

Efektifitas Edukasi Laktasi Terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif

The Effectiveness of Lactation Education on the Success of Exclusive Breastfeeding

¹Romlah

¹Universitas Katolik Musi Charitas, Indonesia

Email : ireneromlah@ukmc.ac.id

Submisi: 12 September 2025; Penerimaan: 10 Desember 2025; Publikasi 30 Desember 2025

Abstrak

Latar Belakang: Cakupan ASI eksklusif secara nasional baru mencapai 52,5%, masih jauh dari target 70% dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas edukasi laktasi terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Metode: Jenis penelitian menggunakan analitik obsevasional dengan menggunakan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, total responden 46 responden. Data diambil dengan observasi data retrospektif catatan medik responden. Teknik analisa menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil: Hasil uji statistik ada hubungan yang signifikan antara edukasi laktasi dengan keberhasilan ASI eksklusif ($p=0.035$). Kesimpulan: ada hubungan antara edukasi laktasi terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Berdasarkan hasil ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bahwa semua perempuan yang merencanakan kehamilan perlu dibekali secara dini mengenai manfaat laktasi, edukasi mengenai manfaat IMD juga dibekali saat persalinan, serta mengatasi keraguan ibu tentang kesulitan dalam menyusui melalui edukasi laktasi.

Kata kunci : edukasi laktasi, ASI eksklusif

Abstract

Background: Exclusive breastfeeding coverage nationally has only reached 52.5%, still far from the target of 70% in the National Medium-Term Development Plan (RPJMN). This study aims to determine the effectiveness of lactation education on the success of exclusive breastfeeding. Methods: The type of research used observational analytics using a *cross sectional design*. Purposive sampling technique, a total of 46 respondents. Data were taken by observing retrospective data of respondents' medical records. The analysis technique uses the *Chi-Square test*. Results: The results of statistical tests showed a significant relationship between lactation education and the success of exclusive breastfeeding ($p=0.035$). Conclusion: there is a relationship between lactation education and the success of exclusive breastfeeding. Based on these results, it is hoped that it can be additional information that all women who are planning a pregnancy need to be equipped early on about the benefits of lactation, education about the benefits of IMD is also provided during childbirth, and overcomes mothers' doubts about difficulties in breastfeeding through lactation education.

Keywords: lactation education, exclusive breastfeeding

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah sumber nutrisi terbaik untuk bayi, terutama selama enam bulan pertama kehidupannya. Pemberian ASI eksklusif terbukti meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mengurangi kematian bayi, dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (WHO, 2020). Namun, Meskipun ASI memiliki banyak

manfaat yang diketahui, tujuan nasional untuk mencakupnya secara eksklusif belum tercapai. Cakupan ASI eksklusif nasional baru pada tahun 2021 mencapai 52,5%, jauh dari target 70% dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) (Kemenkes RI, 2021), karena seperti diketahui banyak faktor resiko yang mempengaruhi keberhasilan ASI eksklusif (Sari & Romlah, 2022, 2024).

Tidak adanya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengelola laktasi adalah salah satu faktor utama yang menyebabkan ASI eksklusif tidak berhasil. Banyak ibu menghadapi berbagai masalah, seperti pelekatan yang tidak sesuai, pendapat bahwa ASI tidak cukup, pembengkakan payudara, dan kurangnya dukungan dari keluarga. Ibu sering menghentikan menyusui lebih awal karena kesalahan persepsi dan teknik menyusui yang salah (Maryunani, 2017; Romlah & Sari, 2019; Sari & Romlah, 2022).

Untuk meningkatkan keberhasilan menyusui, edukasi laktasi sangat penting. Sebagai tenaga kesehatan yang berperan langsung dalam pelayanan maternal, bidan memiliki tanggung jawab untuk memberikan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dan konseling tentang menyusui mulai dari masa kehamilan hingga periode nifas. Penelitian menunjukkan bahwa edukasi laktasi yang terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu tentang menyusui, sehingga berpengaruh positif pada keberhasilan ASI eksklusif (Aritonang, 2020). Pemberian edukasi ini baiknya dimulai ketika ibu mengalami kehamilan, saat persalinan dan juga pada masa nifas yang diberikan secara kesinambungan didalam dokumentasi SOAP agar tidak hanya terjadi penambahan pengetahuan tapi juga perubahan sikap dan keterampilan ibu (Sari et al., 2024). Selain itu, berkat kemajuan teknologi informasi, sekarang ada berbagai jenis media yang dapat digunakan untuk mengajar, seperti buku, video, aplikasi digital, dan konseling secara langsung. Media yang tepat dapat meningkatkan pemahaman ibu dan

membantu mereka mengatasi masalah menyusui secara mandiri (Pratiwi, 2021). Terbukti bahwa intervensi edukasi laktasi yang menyeluruh meningkatkan rasa percaya diri ibu dan meningkatkan keberhasilan menyusui (Rahayu & Wulandari, 2019).

Oleh karena itu, studi tentang seberapa efektif edukasi laktasi dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif sangat penting untuk dilakukan. Ini dilakukan untuk mengukur seberapa besar pengaruh intervensi edukasi terhadap perilaku menyusui ibu dan untuk memberikan saran tentang cara meningkatkan layanan promosi kesehatan di bidang kebidanan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan diskripsi analitik yang dilaksanakan pada bulan November 2025. Populasi pada penelitian ini semua ibu yang memberikan ASI eksklusif dan Ibu memberikan ASI dicampur susu tambahan (Bayi 0-6 bulan) berjumlah total 46 Ibu menyusui ASI. Teknik pengambilan sampel dengan *Total Sampling*. Data dianalisa menggunakan uji statistik *Chi - Square*.

Sampel yang diambil memenuhi kriteria inklusi, yaitu ibu yang memberikan ASI eksklusif yang mana pada saat masa nifas telah diberikan edukasi laktasi, kelompok lainnya ibu yang memberikan ASI namun dicampur susu formula, ibu melahirkan dengan riwayat usia kehamilan cukup bulan, Ibu yang tidak mengkonsumsi suplemen pelancar ASI. Pengambilan sampel menggunakan kuisioner dan dilakukan setelah calon responden diberikan penjelasan tentang latar belakang, tujuan dan manfaat penelitian serta mendapatkan persetujuan tertulis dari subjek penelitian.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	F	%
ASI Eksklusif		
Ya	35	76,1
Tidak	11	23,9
Pekerjaan		
IRT	25	54,3
Bekerja	21	45,7

Karakteristik responden berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa distribusi karakteristik responden mayoritas ibu memberikan ASI Eksklusif sebanyak 35 responden (76,1%). Status pekerjaan responden mayoritas responden adalah Ibu Rumah Tangga berjumlah 25 responden (54,3%).

Tabel 2. Hubungan Edukasi Laktasi Terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif

Edukasi Laktasi	ASI Eksklusif				TOTAL		P	OR
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Ya	21	45,7	14	30,4	35	76,1	0,035	6,750
Tidak	2	4,3	9	19,6	11	23,9		1,265-36,029

Berdasarkan Tabel 2. menunjukan bahwa mayoritas ibu yang diberikan edukasi laktasi memberikan ASI eksklusif berjumlah 21 responden (45,7%), dan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif sebanyak 14 responden (30,4%). Sedangkan pada ibu yang tidak diberikan edukasi laktasi memberikan ASI eksklusif berjumlah 2 responden (4,3%), dan ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif sebanyak 9 responden (19,6%). Berdasarkan uji *Chi-Square* didapatkan *P Value* 0.035 lebih kecil dari 0.05, maka ada hubungan signifikan antara edukasi laktasi terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Dari analisis keeratan hubungannya menunjukkan nilai *Odd Ratio* (OR) 6,750 yang berarti bahwa responden yang diberikan edukasi laktasi sebanyak 6,750 kali berpeluang memberikan ASI eksklusif. Edukasi laktasi memberikan pemahaman kepada ibu mengenai teknik menyusui yang tepat, yang meliputi posisi,

pelekatan, manajemen produksi ASI, serta cara mengatasi permasalahan menyusui seperti puting lecet, payudara bengkak, dan persepsi “ASI kurang”. Pengetahuan yang memadai terbukti dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif, sebagaimana disampaikan oleh (T Baranowski et al., 2022) bahwa pendidikan laktasi membuat ibu lebih percaya diri dalam menyusui, yang pada gilirannya berdampak pada keberhasilan ASI eksklusif. Selain pengetahuan, edukasi laktasi juga berperan dalam membentuk persepsi positif terhadap manfaat ASI eksklusif, baik bagi kesehatan bayi maupun ibu. Studi oleh (Rollins et al., 2016) menyatakan bahwa pemberian informasi menyeluruh tentang manfaat ASI dapat mendorong ibu untuk mempertahankan pemberian ASI eksklusif hingga enam bulan. Penemuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ibu pada kelompok intervensi lebih

konsisten dalam memberikan ASI tanpa makanan atau minuman tambahan dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Interaksi langsung selama sesi pendidikan juga memungkinkan ibu untuk bertanya dan berbicara tentang masalah yang mereka hadapi saat menyusui. Edukasi interpersonal telah terbukti lebih efektif daripada hanya mengajar melalui leaflet atau media cetak. Penelitian oleh (Demilew & Belachew, 2017) menegaskan bahwa konseling laktasi tatap muka dapat meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif hingga dua kali lipat dibanding ibu yang tidak menerima konseling. Pendidikan laktasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mempengaruhi perilaku menyusui melalui instruksi praktis. Dalam penelitian ini, sebagian besar ibu yang mengikuti pendidikan mampu menerapkan teknik menyusui yang tepat dan mempertahankan frekuensi menyusui yang disarankan WHO (WHO, 2020). Hal ini konsisten dengan laporan (Kavle & Landry, 2018) bahwa praktik menyusui yang benar berkaitan erat dengan keberhasilan ASI eksklusif pada enam bulan pertama. Selain itu, ditemukan bahwa variabel lain, seperti dukungan usia, hisapan bayi, keluarga, paritas, berat badan ibu dan pendidikan, berperan sebagai faktor pendukung. Namun, setelah mempertimbangkan faktor pendukung ini, pendidikan masih memiliki pengaruh yang signifikan (Sari & Romlah, 2019, 2022, 2024). Hasil ini memperkuat pernyataan (Lumbanrau et al., 2020) bahwa edukasi laktasi merupakan intervensi paling efektif dan dapat berdiri sendiri dalam meningkatkan pencapaian ASI eksklusif bahkan di populasi dengan dukungan sosial minimal. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi laktasi harus dimasukkan ke dalam program promosi kesehatan ibu dan anak di berbagai fasilitas kesehatan. Meningkatkan pendidikan dan konseling laktasi secara terpadu dapat menjadi cara yang efektif untuk meningkatkan jumlah

orang yang mendapatkan ASI eksklusif di masyarakat.

Kesimpulan dan Saran

Dari hasil penelitian diatas menunjukkan ada hubungan antara edukasi laktasi terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Berdasarkan hasil ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi bahwa semua perempuan yang merencanakan kehamilan perlu dibekali secara dini mengenai manfaat laktasi, edukasi mengenai manfaat IMD juga dibekali saat persalinan, serta mengatasi keraguan ibu tentang kesulitan dalam menyusui melalui edukasi laktasi.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas yang telah memberikan support dari segi materi dalam penelitian ini.

Referensi

- Aritonang. (2020). *Promosi Kesehatan dalam Pelayanan Kebidanan*. Salemba Medika.
- Demilew, & Belachew. (2017). Effect of lactation counseling on breastfeeding practice in Ethiopia: A randomized controlled trial. *International Breastfeeding Journal*, 12(1), 1–9.
- Kavle, & Landry. (2018). Addressing barriers to exclusive breastfeeding in low- and middle-income countries: A systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 14(1), e12588.
- Kemenkes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020*. Kemenkes RI.
- Lumbanrau et al. (2020). Impact of breastfeeding education on exclusive breastfeeding practices among postpartum mothers. *Nurse Media Journal of Nursing*, 10(2), 123–133.
- Maryunani. (2017). *Asuhan Kebidanan pada Neonatus, Bayi, dan Balita*. Trans Info Media.
- Pratiwi. (2021). Efektivitas Media Video terhadap Pengetahuan Ibu tentang Teknik Menyusui. *Jurnal Kesehatan*

- Komunitas*, 9(1), 45–53.
- Rahayu, & Wulandari. (2019). Pengaruh Edukasi Laktasi terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 8(2), 120–128.
- Rollins et al. (2016). Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices? *The Lancet*, 387(10017), 491–504.
- Romlah, R., & Sari, A. P. (2019). Faktor Risiko Ibu Menyusui Dengan Produktif Asi Di Puskesmas 23 Ilir Kota Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(1), 32–37. <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i1.285>
- Sari, A. P. et al. (2024). *Simplikasi Format Dokumentasi SOAP Asuhan Kebidanan*. 6(3), 407–415.
- Sari, A. P., & Romlah. (2019). *Faktor Risiko Ibu Menyusui Dengan Produksi ASI Di Puskesmas 23 Ilir Kota Palembang*. 14(1), 32–37.
- Sari, A. P., & Romlah. (2022). Hubungan Pengetahuan , Frekuensi Menyusui Dan Hisapan Bayi Dengan Produksi ASI. *Urnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 6(1), 59–63.
- Sari, A. P., & Romlah. (2024). Kenaikan Berat Badan Selama Kehamilan terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 25–29.
- T Baranowski et al. (2022). Breastfeeding self-efficacy and health education: Impacts on exclusive breastfeeding outcomes. *Journal of Maternal and Child Health*, 26(4), 512–520.
- WHO. (2020). *Infant and Young Child Feeding Guidelines*. World Health Organization.