

HAMBATAN-HAMBATAN DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF

Tuti Yelvianti¹

¹Universitas Bina Bangsa, Jl. Raya Serang-Jakarta KM. 03 No.1B, Serang, Indonesia
Email: tieyelvi@gmail.com

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding offers numerous benefits for infants, particularly during the first six months of life. However, in reality, many mothers do not practice exclusive breastfeeding. Given this situation, the author is particularly interested in exploring the challenges that prevent mothers from exclusively breastfeeding their infants. Based on a review of the literature, the author has examined five studies discussing the barriers to exclusive breastfeeding. The findings indicate several inhibiting factors. Internal barriers stem from the mothers themselves, including limited knowledge and awareness of the benefits of breastfeeding, which can result in a lack of motivation to practice exclusive breastfeeding. Additionally, insufficient family support often leads to suboptimal breastfeeding practices. Employment commitments further contribute to the introduction of alternatives to breast milk. Cultural beliefs and traditions that favor myths over scientific evidence also play a role, as some infants aged 0–6 months are given food or liquids other than breast milk (prelacteal feeding). To overcome these barriers, comprehensive efforts are needed to provide information and education to both mothers and the broader community. Furthermore, strong support from the government and society regarding the importance of exclusive breastfeeding can help create a more supportive environment for mothers to breastfeed their infants.

Keywords: *Exclusive breastfeeding, barriers, support, prelacteal feeding*

ABSTRAK

Banyak sekali manfaat pemberian ASI eksklusif terhadap bayi terutama usia 0-6 bulan, namun kenyataannya masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif terhadap bayinya. Berdasarkan keadaan tersebut, penulis sangat tertarik untuk mendalami terkait hambatan-hambatan apa saja yang dihadapi para ibu sehingga mereka tidak dapat memberikan ASI eksklusif terhadap bayinya. Dari berbagai literatur yang ada, penulis mengambil 5 (lima) literatur dari beberapa artikel seputar hambatan-hambatan pemberian ASI Eksklusif terhadap bayi. Dari hasil telaah dan kajian literatur tersebut, setidaknya terdapat beberapa faktor penghambat pemberian ASI eksklusif. Hambatan internal berasal dari ibu sendiri. Pengetahuan dan informasi yang minim terkait manfaat ASI menjadikan ibu kurang termotivasi untuk memberikan ASI eksklusif terhadap bayinya. Dukungan keluarga yang kurang pun turut menjadikan pemberian ASI eksklusif tidak maksimal, faktor ibu bekerja turut memberikan andil dalam pemberian selain ASI, begitupula kondisi adat dan budaya yang lebih mempercayai mitos sehingga adakalanya bayi usia 0-6 bulan sudah diberi makanan selain ASI (prelakteal). Untuk meminimalisir hambatan tersebut perlu upaya yang masif dalam memberikan informasi dan edukasi bagi ibu dan juga masyarakat luas. Selain itu, dukungan yang kuat dari pemerintah dan juga masyarakat tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif terhadap bayi akan lebih menunjang kondusifitas ibu dalam memberikan ASI terhadap bayinya.

Kata Kunci : ASI eksklusif, hambatan, dukungan, prelakteal

***Corresponding Author:** tieyelvi@gmail.com

INTRODUCTION

Keberadaan anak merupakan anugerah terindah dari Tuhan yang tiada terhingga. Tentu saja orang tua menginginkan supaya anaknya bisa tumbuh dalam keadaan sehat dan kelak ia bisa menjadi seorang anak yang berguna bagi bangsa dan negara. Namun harapan seperti itu tentu saja harus diimbangi dengan upaya yang sungguh-sungguh terutama dari orang tuanya supaya anak yang di lahirkan tersebut bisa menjadi generasi yang unggul dan sejahtera dikemudian hari.

Salah satu upaya yang perlu dilakukan oleh para orang tua khususnya oleh seorang ibu supaya anaknya bisa lebih sehat adalah dengan pemberian Air Susu Ibu atau ASI eksklusif bagi bayi yang baru lahir. ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja atau ASI perah tanpa memberikan makanan atau minuman lainnya kepada bayi dari usia 0–6 bulan kecuali obat, vitamin dan mineral (World Health Organization, 2023).

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan rekomendasi dari Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO (World Health Organization, 2023). ASI eksklusif memberikan berbagai manfaat penting bagi bayi, seperti meningkatkan daya tahan tubuh, mencegah penyakit infeksi, dan mendukung tumbuh kembang optimal. Demikian pula manfaat bagi ibu, menyusui secara eksklusif juga membantu pemulihan pasca-melahirkan, menurunkan risiko kanker payudara dan ovarium, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak.

Di Indonesia sendiri, pemerintah sejatinya menargetkan pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan bisa mencapai 80 % dari total bayi yang ada. Namun kenyataannya, setidaknya berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023, sampai tahun 2023 target tersebut belum tercapai, hanya sekitar 55,5 % capaian pemberian ASI eksklusif oleh Ibu kepada bayinya. (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023).

Capaian tersebut tentu saja belum maksimal dan perlu ditingkatkan lebih lanjut, supaya bayi-bayi yang baru lahir di Indonesia mendapatkan haknya menerima ASI, karena sejatinya pemberian ASI bagi bayi-bayi yang baru lahir tersebut merupakan hak anak-anak. Pada dasarnya, orang tua bayi menginginkan anaknya bisa selalu sehat dan memiliki daya tahan tubuh yang kuat, salah satu upayanya dengan pemberian ASI eksklusif kepada bayi yang baru lahir usia 0-6 bulan. Namun realitanya tidak semudah membalikan telapak tangan. Sering kali, ibu dan bayi memiliki beberapa hambatan, kalau

tidak dikatakan rintangan dalam upaya untuk memberikan ASI eksklusif untuk si buah hati.

Dalam artikel ini, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait problematika pemberian ASI eksklusif. Dalam hal ini penulis ingin melihat problem-problem yang ada di berbagai daerah di Indonesia. Tentu saja masing-masing daerah memiliki karakteristik problemnya masing-masing. Oleh karena itu setelah membandingkan problem di beberapa daerah tersebut, sejatinya apa problem terbesar dalam pemberian ASI eksklusif bagi bayi baru lahir usia 0-6 bulan tersebut.

METHOD

Dalam penelitian ini, penulis memiliki kegelisahan akademik terkait adanya *Das Sein* dan *Das Sollen* dalam hal pemberian ASI eksklusif terhadap bayi usia 0-6 bulan. Seharusnya (*Das Sollen*), para ibu menyusui bayi mereka dengan ASI eksklusif karena manfaat yang banyak pada ASI eksklusif. Namun kenyataannya (*Das Sein*), masih banyak para ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif terhadap bayinya. Dalam hal ini, penulis ingin menggali pertanyaan besar dalam penelitian ini (*research question*), yakni apa faktor utama yang menghambat pemberian ASI eksklusif di Indonesia?.

Untuk menemukan jawaban tersebut, penulis akan melakukan *literature review*. *Literature review* ini disusun dengan mengumpulkan artikel-artikel menggunakan *Google Scholar* guna menelusuri materi artikel terkait Hambatan Pemberian ASI Eksklusif. Dengan menggunakan pencarian artikel seputar hambatan pemberian ASI eksklusif yang ditulis dalam rentang waktu tahun 2020 – 2024, ditemukan sekitar 6.400 artikel. Tentu saja tidak akan semua artikel penulis bahas dalam penelitian ini, namun penulis hanya akan memilih sekitar 5 (lima) artikel saja yang dinilai relevan terkait tema yang sedang dibahas untuk selanjutnya akan penulis paparkan dan analisa.

Adapun *Inclusion Criteria* dari artikel yang dipilih antara lain : 1) jurnal/laporan ilmiah, 2) Terbit 5 tahun terakhir (tahun 2020 sampai tahun 2024). Sedangkan terkait *exclusion criteria*, artikel tersebut memuat hal-hal sebagai berikut: 1). Artikel memuat terkait hambatan-hambatan pemberian ASI Eksklusif. 2). Dalam artikel tersebut memuat penelitian terkait hambatan pemberian ASI di beberapa daerah di Indonesia dan 3). Artikel tersebut juga memuat beberapa faktor utama hambatan pemberian ASI eksklusif.

Dalam memilih artikel yang akan di analisis, penulis mengambil artikel yang sudah

teruji validitas metodologi, kejelasan data, dan relevansi dengan topik penelitian yang sedang dilaksanakan. Sehingga hasilnya literatur review dapat menghasilkan kesimpulan yang kuat dan valid mengenai hambatan pemberian ASI eksklusif.

RESULTS AND DISCUSSION

Pada *literature review* kali ini, penulis telah memilih 5 (lima) artikel yang berkaitan dengan hambatan Pemberian ASI Eksklusif pada ibu menyusui untuk dijadikan bahan penelitian dalam tulisan ini. Dalam pemilihan 5 (lima) artikel ini, penulis memilih penelitian-penelitian yang diadakan di berbagai wilayah di Indonesia, hal ini dimaksudkan supaya mengetahui beberapa karakter masyarakat (daerah) kaitannya dengan hambatan pemberian ASI eksklusif pada bayinya, penulis juga memilih satu artikel yang menjadi faktor penghambat pemberian ASI eksklusif yakni terkait ibu yang bekerja, hal dimaksudkan kendala apa yang di hadapi para ibu yang bekerja sehingga pemberian ASI eksklusif menjadi terhambat. Adapun alasan hanya 5 (lima) artikel, berdasarkan pengamatan penulis, 5 artikel saja diharapkan sudah bisa menggambarkan hambatan-hambatan yang menjadi problem pemberian ASI eksklusif, adapun kelima artikel tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketidakberhasilan ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. Artikel ini ditulis oleh Frila Juniar dkk, artikel ini dipublish pada Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat (JRKM), tahun terbit 2023;
- b. Hambatan pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja: Teori Ekologi Sosial. Artikel ini ditulis oleh Rahmawati Agustina dkk, artikel ini dipublis pada Jurnal Gizi Klinik Indonesia, tahun terbit 2020;
- c. Study Kasus: Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi di Wilayah Puskesmas Banarsari, Lebak. Artikel ini ditulis oleh Siti Yuyun Yulianah dkk, artikel ini dipublish di Jurnal Gorontalo Journal Of Nutrition Dietetic, tahun terbit 2022.
- d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi di Puskesmas Ile Bura. Artikel ini ditulis oleh Sesilia Serly Kebo, dipublish pada Indonesian Midwifery and Health Science Journal, tahun terbit 2021;
- e. Gambaran dan Permasalahan Capaian ASI Eksklusif Di Puskesmas Olak Kemang Tahun 2023. Ditulis oleh Fitri Yeni, dipublish pada jurnal e-SEHAD, tahun terbit 2022.

Manfaat pemberian ASI eksklusif terhadap bayi berusia 0-6 bulan telah banyak dibahas diberbagai jurnal dan penelitian. Bahkan WHO sendiri telah merekomendasikan hal tersebut. Rekomendasi WHO tersebut bukan tanpa alasan. Berbagai manfaat ASI eksklusif terutama di 6 bulan pertama kehidupannya menunjukkan bahwa ASI eksklusif sangat dibutuhkan oleh bayi. Berbagai penelitian, baik melalui metode laboratorium maupun uji klinis, banyak menyoroti manfaat ASI. Penelitian tentang pemberian ASI eksklusif pada bayi prematur misalnya, menunjukkan bahwa ASI membantu meningkatkan perkembangan otak dan pertumbuhan bayi yang lahir sebelum waktunya. ASI juga melindungi bayi dari risiko seperti sepsis dan *necrotizing enterocolitis*, meningkatkan kesehatan otak dan perkembangan mikrostruktur otak (Ottolini et al., 2021).

Bukan hanya itu, ASI juga sangat dibutuhkan otak bayi, sebuah penelitian mengemukakan (Tanya Alderete, 2023) bahwa metabolit dalam ASI seperti kolesterol sangat mendukung perkembangan kognitif bayi sehingga semakin banyak mengkonsumsi ASI, maka semakin baik pula tes kognitif pada usia 2 tahun. Manfaat-manfaat yang penulis sebutkan hanyalah sebagian kecil saja manfaat ASI bagi perkembangan bayi.

Tidak hanya manfaat untuk bayi, pemberian ASI eksklusif juga memberikan manfaat bagi ibu. Betapa tidak, dengan adanya aktivitas menyusui pada bayi, dapat mengurangi risiko kanker payudara dan ovarium, diabetes tipe 2, hipertensi serta kardiovaskular pada ibu (Roghair, 2024). Tidak hanya itu, pemberian ASI oleh ibu memberikan dampak positif jangka panjang pada ibu, karena di dalam ASI terdapat kandungan yang kaya nutrisi, hormon dan senyawa bioaktif lainnya dan tentu saja dengan adanya aktivitas menyusui secara psikologis meningkatkan hubungan emosional antara ibu dan bayi (Susanti, 2012).

Penelitian yang berjudul Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketidakberhasilan ASI eksklusif pada Ibu Menyusui (Frila Juniar et al., 2023) diperoleh hasil bahwa pemberian ASI eksklusif oleh ibu kepada bayinya dipengaruhi faktor dukungan dari orang-orang terdekat terutama suami. Dukungan orang-orang terdekat merupakan upaya untuk menumbuhkan kepercayaan diri dan meningkatkan semangat untuk terus memberikan ASI Eksklusif walaupun halangan dan rintangan terus menerpa. Disamping itu pengetahuan ibu terkait manfaat ASI eksklusif mempengaruhi pemberian ASI eksklusif kepada bayinya karena berdasarkan penelitian tersebut, responden yang berlatar belakang

pendidikan rendah lebih banyak yang gagal dalam pemberian ASI eksklusif dibanding dengan ibu yang berlatar belakang pendidikan yang lebih tinggi.

Selain itu, faktor tempat bersalin juga ikut mempengaruhi pemberian ASI eksklusif pada bayi, tempat bersalin merupakan titik awal ibu memberikan ASI kepada bayinya. Dalam hal ini, petugas kesehatan yang berada di tempat bersalin tidak memberikan informasi pentingnya ASI eksklusif bagi bayi yang baru lahir, sehingga dengan tidak adanya penekanan dari petugas kesehatan, menjadikan ibu tidak terlalu memperhatikan pemberian ASI eksklusif dan hanya memberikan susu formula bahkan lebih berani memberikan makanan prelakteal pada bayi baru lahir yang tentunya hal tersebut menghambat bahkan menggagalkan pemberian ASI eksklusif pada bayi baru lahir.

Hal lainnya yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif berdasarkan penelitian ini adalah faktor ibu bekerja. Keadaan ini menyebabkan pemberian ASI eksklusif tidak maksimal, karena para ibu yang bekerja pada umumnya hanya diberikan cuti oleh kantor tempatnya bekerja sekitar 2-3 bulan, hal ini menjadikan pemberian ASI pada bayi menjadi terhambat, dikarenakan faktor jam kerja yang cukup lama dan jarak antara rumah dan tempat bekerja yang cukup jauh, tidak adanya ruang laktasi di kantor sehingga tidak adanya privasi bagi ibu untuk memerah ASI, faktor-faktor tersebut membuat ibu lebih memilih menggunakan susu formula walaupun usia bayi belum genap 6 bulan sebagaimana yang direkomendasikan WHO.

Dalam penelitian lain yang berjudul “Hambatan pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja: Teori Ekologi Sosial” (Agustina et al., 2020) Penelitian ini mengungkapkan setidaknya terdapat 4 (empat) hambatan dalam pemberian ASI eksklusif bagi ibu yang bekerja (berkarir). Yaitu Hambatan Interpersonal, hambatan intrapersonal, hambatan institusional dan hambatan budaya.

Hambatan Interpersonal terjadi dari dalam ibu sendiri. Ibu merasa ASI yang dihasilkan tidak akan mencukupi kebutuhan bayi sehingga bayi terus menerus menangis. Hingga akhirnya ibu menyerah dan memberikan susu formula terhadap bayinya tersebut. Hambatan intrapersonal biasanya muncul dari keluarga terdekat. Orang tua ibu menyarankan untuk memberikan susu formula manakala bayi terus-terusan menangis sedangkan ASI tidak kunjung keluar. Apabila saran ini diteruskan, maka pemberian ASI akan terputus. Lain lagi dengan hambatan Institusional, peran lingkungan kerja tidak terlalu mendukung dalam upaya pemberian ASI eksklusif terhadap bayi, dukungan dan

kebijaksanaan pimpinan kantor yang kurang ataupun rekan kerja yang tidak simpatik, menjadikan beban psikologi menjadi bertambah yang akhirnya konsistensi dalam pemberian ASI terhadap bayinya menjadi memudar. Dan terakhir hambatan budaya, tradisi-tradisi budaya yang belum tentu kebenarannya membuat hambatan dalam pemberian ASI eksklusif, peneliti artikel ini memberikan contoh bahwa di Manado, terdapat tradisi dan mitos bahwa ASI hanya akan keluar dari payudara besar, adapula tradisi harus minum air panas sebelum menyusui dan larangan makan dan minuman tertentu bagi ibu menyusui, padahal mitos-mitos tersebut sejatinya tidak sepenuhnya benar.

Penelitian selanjutnya yang berjudul: Studi Kasus: Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Wilayah Puskesmas Banjarsari, Lebak (Yulianah et al., 2022) ditemukan hasil bahwa di Puskesmas Banjarsari sebagian besar (79,3 %) ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, sedangkan sebesar 20,7 % ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Penyebab dari tidak maksimalnya pemberian ASI eksklusif oleh ibu-ibu terhadap bayinya tersebut diakibatkan karena ibu memiliki persepsi ASI tidak cukup, sehingga setelah bayi diberikan ASI, bayi masih menangis atau rewel, ibu merasa bayinya masih lapar hingga pada akhirnya ibu memberikan makanan prelakteal meski bayi masih dibawah usia 6 bulan. Penyebab ibu “berani” memberikan makanan prelakteal karena faktor pengetahuannya yang minim dan adanya dorongan dari pihak luar (keluarga) supaya memberikan makanan prelakteal kepada bayinya tersebut.

Dalam penelitian tersebut juga disebutkan terkait presentase ibu bekerja dan ibu tidak bekerja, dalam hal ini peneliti menemukan fakta bahwa tidak terlalu besar perbedaan proporsi antara kejadian tidak ASI eksklusif antara ibu tidak bekerja dan ibu bekerja. Adapun pemberian tidak ASI eksklusif pada ibu tidak bekerja lebih disebabkan karena faktor pengetahuan terkait manfaat ASI bagi bayi, sedangkan bagi ibu yang bekerja, tidak memberikan ASI eksklusif terhadap bayinya lebih disebabkan karena faktor waktu yang tidak memungkinkan memberikan ASI eksklusif ditambah dengan adanya faktor ekonomi yang lebih menunjang, sehingga ketika ASI tidak keluar, maka ibu yang bekerja lebih menitikberatkan pada pemberian susu formula. Hambatan selanjutnya adalah terkait tidak adanya dukungan dari keluarga, hal ini karena anggota keluarga terdekat seperti suami tidak memiliki informasi yang cukup terkait manfaat ASI sehingga berpengaruh pada dukungan istri untuk memberikan ASI eksklusif terhadap bayinya.

Selanjutnya, penelitian yang berjudul “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Ilebura” (Kebo et al., 2021). Penelitian ini menekankan bahwa Inisiasi Menyusu Dini (IMD) merupakan titik awal keberhasilan pemberian ASI eksklusif terhadap bayi baru lahir. Teknis IMD yang meletakkan bayi diatas perut ibu, bayi dibiarkan untuk menemukan sendiri puting susu ibunya dan menyusui hingga puas dinilai sebagai langkah awal supaya bayi bisa menyusui dengan baik.

Dalam penelitian tersebut, dijabarkan pula keterkaitan antara keberhasilan pemberian ASI eksklusif dengan beberapa hal, seperti (1). hubungan usia ibu dengan Pemberian ASI eksklusif, (2). hubungan pekerjaan ibu dengan pemberian ASI eksklusif, (3). hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian ASI eksklusif, (4). hubungan dukungan keluarga dengan pemberi ASI eksklusif dan (5). Hubungan dukungan tenaga kesehatan dengan Pemberi ASI eksklusif. Dalam tulisan tersebut, peneliti menguraikan bahwa hubungan nomor 1, 2 dan 3 terhadap pemberi ASI Eksklusif tidak menemukan hubungan yang relevan. Adapun hubungan sebagaimana nomor 4 dan 5 menunjukan faktor yang signifikan dalam pemberian ASI eksklusif terhadap bayi.

Penelitian terakhir, yang berjudul “Gambaran dan Permasalahan Capaian ASI Eksklusif di Puskesmas Olak Kemang Tahun 2023” (Yeni, 2023). Hasil penelitian ini menunjukan beberapa hambatan dalam pemberian ASI eksklusif terhadap bayi, yaitu Tingkat pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif rendah, Hambatan dalam pemberian ASI Eksklusif, Dukungan keluarga dalam pemberian ASI Eksklusif masih rendah, Penyuluhan tentang ASI Eksklusif belum optimal, Capaian ASI Eksklusif di puskesmas olak kemang masih rendah yaitu 51,85%.

Dari sekian hambatan yang ada, permasalahan capaian ASI eksklusif di puskesmas Olak Kemang masih rendah 51,85 % merupakan hambatan yang paling prioritas berdasarkan teknis MCUA dan USG. Adapun berdasarkan analisisnya, hambatan tersebut dikarenakan faktor manusianya, yaitu pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif masih rendah, faktor minimnya media penyuluhan, faktor rendahnya dukungan keluarga serta faktor budaya dan adat yang mempengaruhi kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif.

Adapun dari penyebab itu semua, akar masalah yang paling dominan yang mempengaruhi tingkat keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah terkait tingkat pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif masih rendah. Oleh karena itu sebagai upaya untuk

memecahkan masalah tersebut, peneliti memberikan saran agar mengadakan penyuluhan bersama Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia (AIMI) Jambi untuk meningkatkan pengetahuan tentang ASI eksklusif.

Dari beberapa penelitian yang telah Penulis ulas di atas, secara garis besar Penulis dapat mengatakan bahwa hambatan-hambatan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan dapat dikategorikan kepada dua kategori. Yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Dalam hal ini, yang dimaksud faktor internal adalah segala hambatan yang datang dari ibu sendiri. Adapun faktor eksternal merupakan segala hambatan atau pengaruh (negatif) yang datang dari luar diri ibu.

Dari 5 (lima) artikel yang telah Penulis paparkan di atas, faktor penghambat internal dapat terlihat dari pengetahuan atau informasi ibu yang minim terkait manfaat ASI eksklusif. Sehingga ibu tidak terlalu antusias dalam memberikan ASI pada bayinya, begitu ada hambatan, ibu akan cepat-cepat mencari alternatif lain supaya bayi berhenti menangis. Begitupula hambatan yang ada pada ibu adalah persepsi ketidakcukupan ASI, hal ini berawal dari faktor ASI ibu sendiri yang kurang lancar dan hal ini pun berkaitan erat dengan faktor eksternal seperti dukungan keluarga.

Faktor eksternal yang bisa menghambat pemberian ASI eksklusif diantaranya, tidak adanya dukungan yang maksimal dari keluarga terdekat khususnya suami dan orang tua. Hal ini membuat beban psikologi ibu menjadi berat, terlebih apabila ASI yang keluar dari payudara ibu tidak berjalan normal alias kurang maksimal, hal ini akan membuat ibu untuk berfikir bagaimana supaya bayi kenyang dan tidak rewel. Dukungan keluarga terdekat sangat penting sekali terhadap keberlangsungan pemberian ASI eksklusif ini, ketika ASI tidak keluar secara normal, keluarga terdekat memberikan support yang maksimal diantaranya dengan mengupayakan agar payudara ibu bisa mengeluarkan ASI dengan normal kembali seraya memberi pengertian kepada ibu untuk tetap bertahan memberikan ASI untuk bayinya, hal ini akan menambah kepercayaan diri ibu untuk memberikan ASI eksklusif, lain cerita apabila dukungan dari keluarga terdekat minim kalau tidak dikatakan tidak ada. Penelitian-penelitian di atas membuktikan bahwa tidak adanya dukungan keluarga terdekat untuk pemberian ASI eksklusif bagi bayi umur 0-6 bulan cenderung gagal.

Penghambat eksternal lainnya adalah soal pekerjaan ibu, seorang ibu yang memiliki karir atau bekerja di luar rumah cenderung tidak melanjutkan masa pemberian ASI

eksklusifnya sampai 6 bulan. Hal ini karena masa cuti yang terbilang singkat yaitu sekitar 2–3 bulan. Ditambah fasilitas di kantor yang tidak mendukung untuk aktivitas memerah ASI karena tidak ada ruang laktasi dan juga jarak yang jauh antara tempat kerja dan rumah, membuat komitmen pemberian ASI eksklusif menjadi buyar yang akhirnya gagal. Penghambat eksternal lainnya adalah terkait budaya dan adat istiadat, berbagai mitos yang beredar di masyarakat terkait pemberian makanan prelakteal menjadikan konsistensi pemberian ASI eksklusif menjadi terhambat.

Hambatan-hambatan tersebut di atas, tentu saja perlu disikapi secara serius oleh semua stakeholder, kalau tidak target pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan sebagaimana yang sudah dicanangkan pemerintah bisa gagal. Tahun 2024 yang lalu saja, capaiannya hanya sebesar 55,5 % padahal pemerintah menargetkan sebesar 80 %. Salah satu upaya yang perlu dilakukan adalah dengan meningkatkan informasi kepada masyarakat luas terkait manfaat ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan. Tenaga-tenaga kesehatan yang ada khususnya para bidan perlu lebih maksimal diberdayakan, sehingga setiap lapisan masyarakat dapat lebih tercerahkan. Bukan hanya sebatas ibu, namun juga keluarga dan masyarakat luas mengetahui informasi ini sehingga tergerak untuk sama-sama mewujudkan pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan.

Kebijakan pemerintahpun perlu ditingkatkan dan harus konsisten mendukung gerakan pemberian ASI eksklusif ini. Belakangan ini telah terbit Undang-Undang Nomor 4 tahun 2024 tentang kesejahteraan ibu dan anak yang di dalamnya memungkinkan bagi ibu bisa melaksanakan cuti sampai dengan 6 bulan. Bahkan dalam undang-undang tersebut, pemberian cuti bagi ibu melahirkan bersifat wajib, hal ini tentu memberikan angin segar bagi ibu yang ingin memberikan ASI eksklusif bagi bayinya, tentu saja hal ini harus diawasi secara ketat, jangan sampai ada institusi, perusahaan ataupun tempat bekerja yang tidak mengindahkan hak bagi ibu melahirkan ini.

Disamping itu, Pasal 83 Undang-Undang Nomor 13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan mengharuskan tempat kerja memberikan kesempatan kepada tenaga kerja wanita yang anaknya masih menyusui untuk menyusukan anaknya. Bahkan lebih jauh, Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan telah mengamanatkan kepada semua pihak untuk menyediakan tempat khusus bagi ibu menyusui.

CONCLUSION

Dari review jurnal yang telah penulis paparkan tersebut di atas, terdapat banyak hambatan-hambatan yang ada di masyarakat dalam mewujudkan pemberian ASI eksklusif bagi bayi usia 0-6 bulan. Diantara hambatan-hambatan yang ada tersebut terkait pengetahuan/informasi ibu yang kurang, dukungan keluarga yang minim, faktor ibu bekerja, faktor adat dan budaya.

Salah satu upaya yang perlu dilakukan untuk menghilangkan hambatan-hambatan tersebut adalah dengan meningkatkan informasi pada masyarakat luas terkait manfaat ASI bagi bayi usia 0-6 bulan. Pencerahan terkait hal tersebut, jangan sampai berhenti di ibu semata, tapi juga bagi keluarga dan masyarakat luas, karena tanpa adanya dukungan dari mereka, capaian untuk pemberian ASI eksklusif menjadi terhambat. Saran yang dapat diberikan yaitu untuk pemerintah hendaknya lebih memasifkan lagi kampanye-kampanye tentang manfaat ASI bagi bayi usia 0-6 bulan. Pemerintah memiliki SDM tenaga kesehatan. Para tenaga kesehatan di bawah pemerintah hendaknya lebih memperbanyak edukasi-edukasi bukan hanya kepada ibu hamil, namun juga kepada keluarga si ibu, karena berdasarkan penelitian-penelitian di atas, hambatan pemberian ASI kepada bayi usia 0-6 bulan ternyata terdapat pada keluarga dekat ibu dan memberikan perhatian kepada ibu yang menyusui, kebijakan-kebijakan yang lebih menguntungkan bagi ibu menyusui diharapkan bisa lebih mendorong dalam memaksimalkan pemberian ASI bagi bayi.

ACKNOWLEDGMENTS

Dalam penulisan artikel ini, kiranya penulis perlu mengucapkan terimakasih kepada keluarga, suami dan anak-anak yang telah memberikan support serta kepada seluruh pihak yang secara langsung maupun tidak langsung mempermudah penulisan artikel ini.

REFERENCES

- Agustina, R., Prabandari, Y. S., & Sudargo, T. (2020). Hambatan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja: teori ekologi sosial. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(2), 64. <https://doi.org/10.22146/ijcn.50155>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka: Data Akurat Kebijakan Tepat*. 1–925. www.mdpi.com/journal/nutrients

- Frila Juniar, Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Ketidakberhasilan ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 184–191. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18811>
- Kebo, S. S., Husada, D. H., & Lestari, P. L. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Ilebura. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(3), 288–298. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i3.2021.288-298>
- Ottolini, K. M., Schulz, E. V., Limperopoulos, C., & Andescavage, N. (2021). Using nature to nurture: Breast milk analysis and fortification to improve growth and neurodevelopmental outcomes in preterm infants. *Nutrients*, 13(12). <https://doi.org/10.3390/nu13124307>
- Roghair, R. (2024). Breastfeeding: Benefits to Infant and Mother. *Nutrients* , 16(19). <https://doi.org/10.3390/nu16193251>
- Susanti, N. (2012). Peran Ibu Menyusui Yang Bekerja Dalam Pemberian Asi Eksklusif Bagi Bayinya. *Egalita*, 165–176. <https://doi.org/10.18860/egalita.v0i0.2122>
- Tanya Alderete. (2023). *Breast milk shown to boost baby's brain and gut health*. <https://www.colorado.edu/today/2023/12/13/breast-milk-shown-boost-babys-brain-and-gut-health>
- World Health Organization. (2023). *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*. <https://www.who.int/tools/elena/interventions/exclusive-breastfeeding>
- Yeni, F. (2023). Gambaran Dan Permasalahan Capaian Asi Eksklusif Di Puskesmas Olak Kemang Tahun 2023. *Electronic Journal Scientific of Environmental Health And Disease*, 3(2), 102–112. <https://doi.org/10.22437/esehad.v3i2.27651>
- Yulianah, S. Y., Safitri, D. E., & Rahma Maulida, N. (2022). Studi Kasus: Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Wilayah Puskesmas Banjarsari, Lebak Case Study: The Failure of Exclusive Breastfeeding for Infants at Banjarsari Health Center, Lebak. *Gorontalo Journal of Nutrition Dietetic*, 2(1), 11.