

Literatur review: faktor yang berperan Dalam efikasi ibu menyusui

Nelyanawati^{1*}, Azniah², ErnaKadrianti³

^{1*}STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

²STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

³STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

Email: penulis-korespondensi:nelyanawatiar18@gmail.com/082187525360

(Received: 07.08.2021; Reviewed: 20.11.2021 ; Accepted: 31.12.2021)

Abstract

Breastfeeding Self Efficacy is a mother's self-confidence in her ability to breastfeed or breastfeed her baby. The purpose of this literature is to evaluate the efficacy factors that are effective in increasing the efficacy of breastfeeding mothers. The research used is a Systematic Literature Review (SLR) also called a systematic literature review, the literature review method identifies articles collected through the PubMed and Google Scholer databases using the keyword Breastfeeding self efficacy. The inclusion criteria used were midwifery journals and nursing journals, the year of publication of the journal from 2015-2020 and the age of the respondents 19-44 years. The results: from the eleven articles reviewed, six factors that play a role in the efficacy of breastfeeding mothers were found, including educational factors, social support which includes support from family, friends, health workers and certain communities, breastfeeding experience, and peer counseling, stress factors and sleep quality. Conclusion: The thing that has the most role in the efficacy of breastfeeding mothers is the experience of breastfeeding. This is because the success of previous breastfeeding will increase the mother's confidence to return to breastfeeding.

Keywords: Breastfeeding Mother; Efficacy

Abstrak

Efikasi diri menyusui atau Breastfeeding Self Efficacy adalah keyakinan diri seorang ibu pada kemampuannya untuk menyusui atau memberikan ASI pada bayinya . Tujuan dari literatur ini adalah ingin mengevaluasi faktor efikasi yang efektif untuk meningkatkan efikasi ibu menyusui. Penelitian yang digunakan adalah *Systematic Literatur Riview* (SLR) juga disebut tinjauan pustaka sistematis, metode literatur riview mengidentifikasi artikel yang dikumpulkan melalui database PubMed dan Google Scholer dengan menggunakan kata kunci *Breastfeeding self efficacy*. Kriteria inklusi yang digunakan adalah jurnal kebidanan dan jurnal keperawatan, tahun terbitan jurnal mulai dari tahun 2015-2020 dan usia responden 19-44 tahun. Hasil penelitian: dari kesebelas artikel yang review didapatkan enam faktor yang berperan dalam efikasi ibu menyusui diantaranya faktor edukasi, dukungan sosial yang meliputi dukungan keluarga, teman, tenaga kesehatan dan komunitas tertentu, pengalaman menyusui, dan konseling sebaya, factor stress dan kualitas tidur. Kesimpulan: Hal yang paling berperan dalam efikasi ibu menyusui adalah pengalaman menyusui. Hal tersebut dikarenakan bahwa keberhasilan menyusui sebelumnya akan meningkatkan kepercayaan diri ibu untuk kembali menyusui.

Kata kunci: Efikasi; Ibu Menyusui

Pendahuluan

Menyusui adalah proses insting yang dilalui setiap ibu yang memiliki bayi mempunyai dampak yang positif bagi bayi maupun ibu. Bagi bayi, menyusui berperan untuk menunjang pertumbuhan, kesehatan dan kelangsungan hidup bayi karena ASI kaya akan zat gizi dan antibodi. Sedangkan bagi ibu, menyusui mengurangi morbiditas dan mortalitas karena proses menyusui akan merangsang kontraksi uterus hingga mengurangi perdarahan postpartum dan dapat membuat masa amenorhea lebih panjang (Brockway, 2017).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan diseluruh dunia adalah sebesar 40% belum mencapai target untuk cakupan pemberian ASI eksklusif di dunia sebesar 50%. Sedangkan menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016 mengenai cakupan pemberian ASI di Indonesia tahun 2016 sebesar 54%, belum mencapai target nasional yaitu 80%. Menurut data Riskesdas pada tahun 2016, angka cakupan ASI eksklusif di Sulawesi Selatan pada tahun 2016 sebesar 68% dan belum mencapai angka yang di targetkan (83%) dan mengalami penurunan dari tahun sebelumnya yaitu 71,50% di tahun 2015, 68,45% 2014, dan 75% di tahun 2013. Data prevalensi capaian ASI eksklusif di 24 kabupaten kota di provinsi Sulawesi Selatan sebesar 42%. Kabupaten yang paling tinggi capaian targetnya adalah Kabupaten Soppeng yaitu sebesar 81,9% dan yang paling rendah adalah Kota Pare-Pare yaitu 48% (Afrida, 2020).

Alasan tingkat menyusui yang rendah adalah karena beberapa ibu berhenti menyusui sebelum 6 sampai 12 bulan sesuai yang direkomendasikan. Penyebabnya adalah sebagian ibu mengalami kesulitan dalam memerah ASI, ibu kurang memahami manfaat menyusui, dan ibu merasa nyeri sehingga menyebabkan kesulitan menyusui. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan menyusui adalah kondisi ibu yang diamati melalui kepercayaan diri ibu atau keyakinan ibu dalam menyusui atau bisa disebut self efficacy. Menurut (Bandura, 1997) Self-efficacy adalah tingkat kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan atau menyelesaikan tugas-tugas tertentu (Safitri, 2019). Selain itu, untuk mengetahui lebih dalam tentang hubungan antara efikasi diri menyusui dengan menyusui maka munculah istilah istilah efikasi diri menyusui. Self efficacy menyusui adalah keyakinan seorang ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui bayinya. Self efficacy menyusui merupakan faktor penentu dalam menentukan apakah ibu akan menyusui atau berhenti menyusui dan bagaimana ibu akan menghadapi segala kesulitan yang dihadapi selama menyusui. Setiap ibu menyusui membutuhkan self efficacy yang tinggi karena menyusui membutuhkan waktu yang lama dan proses yang lama jika cara yang dilakukan tidak tepat, akan menyakitkan, jika ibu bosan, mungkin ibu akan berhenti menyusui (Abeng, 2020).

Salah faktor yang bisa menghentikan proses menyusui adalah penggunaa empeng dan suplemen, usia kurang dari 25 tahun, tingkat pendidikan, pendapatan keluarga yang rendah, rendahnya dukungan dari tenaga kesehatan dan efikasi menyusui. Peningkatan efikasi diri disorot sebagai salah satu konsep dan prinsip dasar promosi kesehatan dan dijelaskan sebagai kepercayaan ibu bahwa pada pengetahuan dan keterampilannya untuk berhasil menyusui anaknya. Oleh karena itu, ibu perlu yakin bahwa mereka dapat berperilaku sehat sehingga dapat melaksanakansuatu upaya untuk mencapai target menyusui selama 6 bulan bahkan sampai dua tahun (Dias, 2018).

Menurut pendapat (Dennis, 2003) pada penelitiannya menemukan bahwa ibu dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi akan memungkinkan ibu untuk menyusui lebih lama. Selain itu meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui dapat membanu peningkatan prevalensi menyusui eksklusif. Kepercayaan diri wanita menyusui bisa dilihat dari persepsi mereka tentang dukungan dan pengalaman yang dilihat disekitarnya. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Faridvand dan rekan-rekannya yang menemukan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu prediktor efikasi diri menyusui. Dukungan sosial dapat meningkatkan manajemen diri dan kepercayaan diri, serta berdampak positif pada kondisi fisik, psikologis dan sosial individu untuk meningkatkan praktik menyusui. Dukungan yan diberikan kepada perempuan melalui jejaring sosial seperti kehamilan dan persalinan, keluarga, teman, tetangga dan tenaga kesehatan dan dapat dilihat sebagai faktor penentu dalam mempertahankan pemberian ASI (Ngo, 2018)

Sedangkan menurut (Robinson, 2019) salah satu faktor yang bereperan dalam efikasi ibu menyusui adalah dukungan media sosial facebook. Dimana dukungan media sosial memberikan kesempatan bagi pengguna untuk terlibat dalam berbagai pengalaman, berinteraksi memberikan dan menerima dukungan. Dalam sebuah studi dengan ibu Amerika, peserta melaporkan melalui platform, media sosial sebagai mekanisme pilihan untuk mendapatkan informasi penting selama priode antepartum dan postpartum. Diantara ibu menyusui eksklusif, facebook digambarkan sangat berharga dalam memberikan dukungan. Hubungan dengan Asi eksklusif dan dukungan online merupakan temuan penting mengingat ibu di Amerika di bawah rekomendasi untuk menyusui eksklusif selama 6 bulan. Selain memberikan dukungan kepada ibu menyusui penggunaan media sosial juga dapat mempengaruhi sikap menyusui, norma menyusui dan rasa percaya diri dalam menyusui (Robinson, 2019).

Jika efikasi penting maka harus diketahui apa saja yang berperan atau apa yang mempengaruhi efikasi ibu dalam menyusui. Dan pada judul penelitian "*Literatur review* faktor yang berperan dalam efikasi ibu menyusui" peneliti ingin mengetahui faktor apa saja yang berperan dalam efikasi ibu menyusui

Metode

Desain, Waktu dan Sampel Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literatur Riview* (SLR) juga disebut tinjauan pustaka sistematis, metode literatur riview mengidentifikasi, menilai dan menginterpretasi seluruh temuan pada satu topik penelitian, untuk menjawab pertanyaan penelitian (research question) yang telah ditetapkan sebelumnya. Proses yang digunakan untuk melakukan sistematik review adalah reviewer mencari beberapa artikel jurnal penelitian yang dipublikasi melalui data base elektronik yaitu Pubmad dan Google scholar

Hasil

Tabel 1 Sintesis Grid Hasil Penelitian

Study/Author	Tempat Penelitian	Populasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian/Alat ukur	Hasil Pencarian
Marly Javoursk, Andreyana Javorski Rodrigues, Regina Cláudia Melo Dodt, Paulo César de Almeida, Luciana Pedrosa Leal, Lorena Barbosa Ximenes/ 2018/ Brazil	Brazil	Wanita trimester 3 kehamilan	Untuk mengevaluasi efek penggunaan flipchart (album berseri) pada efikasi diri ibu dalam menyusudan pengaruhnya terhadap pemberian ASI eksklusif (EBF) pada dua bulan pertama kehidupan anak	Metode deskriptif, statistik bivariat	Ada perbedaan yang signifikan secara statistik dalam nilai rata-rata skor efikasi diri antara wanita di IG dan CG ($p < 0.001$) dan di tingkat EBF ($p < 0.001$)
Margot A. Hankel, Florentina C. Kunseler, Mirjam Oosterman/ 2019/ Belanda	Belanda	Ibu yang mulai menyusui	Untuk menguji apakah self-efficacy dan pengalaman menyusui berhubungan dengan lintasan self-efficacy dalam domain parenting selamatransisi ke parenthood.	Studi longitudinal prospektif	Efikasi diri menyusui yang tinggi secara signifikan memprediksi peningkatan efikasi diri ibu melalui transisi menjadi orang tua. Pengalaman menyusui yang sukses menjelaskan sepenuhnya efek ini.
Safiya Sabri Piro, Hamdia Mirkhan Ahmed/2020/ Erbil	Erbil	wanita hamil yang menghadiri pusat perawatan kesehatan.	untuk mengevaluasi peran intervensi keperawatan pada ibu ' self-efficacy menyusui.	metode eksperimental	menyusui menjadi target awal untuk meningkatkan self-efficacy ibu. Dengan menunjukkan menyusui sebagai tantangan sejati selama kursus persalinan prenatal, hal itu mungkin mempersiapkan ibu untuk salah satu pengalaman pertama mereka sebagai orang tua.

Study/Author	Tempat Penelitian	Populasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian/Alat ukur	Hasil Pencarian
Ashihan Aksu, Duygu Vefulucay Yilmaz/ 2019/ Turki	Turki	Wanita primipara yangmelahirkan pervaginam dari 2 Januari hingga 27 Mei 2018 di rumah sakitkebidanan umum dan anak di Mersin	untuk mengetahui hubunganantara kualitas tidur dengan ASI pada ibu postpartum	studi deskriptif	Hasil dari penelitian, ditemukan bahwa kualitas tidur ibupada masa nifas meningkat, efikasi diri menyusui mereka juga meningkat dengan skor yang di diperoleh dari skala kualitas tidur,postpartum dan skala self-efikasi menyusui (p <0,01).
Ly Thi Hai Ngo, Hsueh-Fen Chou, Meei-Ling Gau, Chieh-Yu Liu/ 2018/ Vietnam	Vietnam	Wanita postpartum di Rs Tu Du Vietnam dari bulan agustus-september 2017	Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan self-efficacy menyusui dan prediktornya pada wanita postpartum Vietnam.	Metode korelasional prediktif dengan rancangan cross sectional.	Hasil peneitian Self-self-efficacy menyusui berhubungan dengan usia ibu, pekerjaan ibu, pengalaman menyusui sebelumnya, cara persalinan, kontak kulit-ke-kulit dengan bayi, dan lama menyusui di rumah sakit. Itu juga berkorelasi positif dengan dukungan sosial dan secara signifikan lebih rendah pada wanita dengan lebih banyak depresi pascapartum. Variabel independen memprediksikan 36,8% dari self-efficacy menyusui dalam regresi linier hirarkis
Ayanna Robinson, Carolyn Lauckner, Marsha Davis, Jori Hall dan Alex Kojo Anderson/ 2019/ Afrika-Amerika	Afrika-Amerika	ibu-ibu Afrika-Amerika (N ¼ 277) yang berpartisipasi dalam kelompok di dalamkelompok pendukung menyusui di Facebook	Untukmengidentifikasi sumber dukungan menyusui bagi ibu yangberpartisipasi dalam kelompok dukungan di Facebook dan untukmengeksplorasi mekanisme yang memungkinkan dukungan yangditerima di situs jejaring sosial mengarah pada hasil perilaku di antara ibu menyusui.	metode campuran deskriptif, korelasi dan analisis regresi linear	Hasil penelitian rata-rata durasi menyusui yang dimaksudkan di antara peserta dalam penelitian ini adalah 19 bulan. Peserta melaporkan jumlah dukungan menyusui tertinggi yang diterima dari grup dukungan Facebook mereka, dibandingkan dengan sumber dukungan lain, dan dukungan Facebook secara signifikan berkorelasi dengan durasi menyusui yang dimaksudkan (p < 0,05). Efikasi diri dan sikap menyusui tetap

Study/Author	Tempat Penelitian	Populasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian/Alat ukur	Hasil Pencarian
Wai Chi Sally Chan, Wan-Yim Ip, Ling-ling Gao, Xiao Yang/ 2016/ Cina	Cina	Ibu Cina yang dilakukan di rumah sakit regional pada 1 April-14 Juli 2014	untuk menganalisis efikasi menyusui sendiri dan mengidentifikasi prediktornya di antara ibu-ibu di Cina daratan pada periode awal pascapartum.	survei kuesioner deskriptif cross-sectional	menjadi prediktor signifikan dari durasi menyusui yang diinginkan dalam model regresi akhir. Hasil penelitian didapat bahwa dari total 640 wanita yang memenuhi syarat dan 571 ibu menyelesaikan penelitian dengan tingkat tanggapan 89%. Para ibu melaporkan self efikasi menyusui tingkat sedang setelah melahirkan. Analisis regresi mengungkapkan enam variabel yang menjelaskan 43,9% varian dalam menyusui diri sendiri segera setelah melahirkan. Yaitu niat menyusui, dukungan suami, dukungan perawat / bidan, mengikuti kelas menyusui antenatal, waktu mulai melahirkan hingga mulai menyusui dan pengalaman menyusui sebelumnya.
Ganga Srinivas, Benson, Worley, Schulte/ Amerika	L. Mary Sarah Elaine/ 2015/ Amerika	Amerika wanita prenatal.	untuk meningkatkan tingkat pemberian ASI eksklusif pada 1 dan 6 bulan dengan menggunakan intervensi konseling teman sebaya intensitas rendah yang dimulai sebelum lahir. Kami juga berencana untuk mempelajari interaksi sikap menyusui dan efikasi diri dengan intervensi	Uji coba terkontrol secara acak	Hasil pada penelitian ini menunjukkan seratus tiga wanita diikuti setidaknya selama 1 bulan. Wanita dengan sikap positif memiliki tingkat inisiasi yang lebih tinggi secara signifikan (93% vs 61%) dan menyusui pada 1 dan 6 bulan (79% vs 25% dan 12% vs 0%, masing-masing) dibandingkan dengan mereka dengan sikap negatif, terlepas dari intervensi. Setelah menyesuaikan self-efficacy, wanita yang menerima konseling sebaya memiliki tingkat menyusui yang lebih tinggi secara signifikan

Study/Author	Tempat Penelitian	Populasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian/Alat ukur	Hasil Pencarian
					pada 1 bulan (rasio odds = 3,2; interval kepercayaan 95%, 1,02-9,8). Kelompok intervensi sedikit lebih mungkin untuk mencapai tujuan menyusui mereka (43% vs 22%, P = .073)
Emily de Jager, Jaclyn Broadbent, Matthew Fuller-Tyszkiewicz, Cate Nagle, Skye McPhie, Helen Skouteris/ 2015/ Australia	Australia	wanita hamil berusia 22 tahun - 44 tahun.	untuk menguji pengaruh faktor psikososial terhadap lama pemberian ASI eksklusif pada enam bulan pascapersalinan	Metode longitudinal, studi berbasis kuesioner prospektif .	Hasil penelitian ini menunjukkan. Perilaku menyusui eksklusif hingga enam bulan pascapersalinan juga diukur. Pada usia kehamilan 32 minggu seorang mencapai ASI eksklusif merupakan prediktor langsung dari durasi pemberian ASI eksklusif sampai enam bulan postpartum. Pada dua bulan pascapersalinan, penyesuaian psikologis dan self-self menyusui dapat memprediksi durasi menyusui eksklusif. Terakhir, pada enam bulan pascapartum, penyesuaian psikologis, Kehamilan dan perasaan gemuk secara langsung memprediksi durasi pemberian ASI eksklusif.
Siti Nurbayanti Awaliyah, Imami Nur Rachmawati, Hayuni Rahmah/2017/Indonesia	Indonesia	ibu menyusui setelah 4-8 bulan	untuk mengetahui kepuasan ibu menyusui dan faktor-faktor yang mempengaruhinya	metode scross-sectional.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendapatan rumahtangga, jenis persalinan, dan self-efficacy menyusui berhubungan dengan kepuasan menyusui (p<0,05).
Fahimeh Sehatie Shafaei, Mojgan Mirghafourvand, Shiva Havizari/2020/Iran	Iran	ibu hamil yang tidak berhasil menyusui di Puskesmas Tabrizselama tahun2017–2018	untuk mengevaluasi pengaruh konseling prenatal terhadap selfefficacy menyusuidan frekuensi masalah menyusui pada ibu yang sebelumnya tidak berhasil menyusui	uji klinis acak terkontrol	Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling prenatal dapat meningkatkan self-efficacy ibu menyusui dan memecahkan sebagian besar masalah menyusui selama periode postpartum.

1. Pada artikel pertama menunjukan bahwa ada perbedaan yang signifikan secara statistik dalam nilai rata-rata skor efikasi diri antara wanita ibu hamil kelompok intervensi (IG) dan ibu hamil kelompok kontrol (CG) ($p < 0.001$) dan di tingkat Eksklusif Breastfeeding (EBF) ($p < 0.001$) maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan flipchart sebagai alat pendidikan memiliki efek positif pada skor self efficacy untuk menyusui dan dalam pemeliharaan Eksklusif Breastfeeding (EBF) pada ibu hamil kelompok intervensi.
2. Artikel kedua menunjukkan bahwa efikasi diri menyusui yang tinggi secara signifikan memprediksi peningkatan efikasi diri ibu melalui transisi menjadi orang tua. Berarti efek mediasi dari pengalaman menyusui yang positif pada hubungan self-efficacy menyusui dan perubahan self-efficacy ibu selama transisi menjadi orang tua menyiratkan bahwa menyusui menjadi target awal untuk meningkatkan self-efficacy ibu. Dengan menunjukkan menyusui sebagai tantangan sejati selama kursus persalinan prenatal, hal itu mungkin mempersiapkan ibu untuk salah satu pengalaman pertama mereka sebagai orangtua. Hasilnya, menyusui yang sukses bisa menjadi batu loncatan dari ekspektasi prenatal yang positif menjadi menumbuhkan kepercayaan sebagai orang tua.
3. Artikel ketiga menunjukkan bahwa efikasi diri menyusui selama kehamilan dan setelah dua bulan persalinan pada kelompok eksperimen secara signifikan lebih tinggi. Kelompok eksperimen memiliki tingkat pengetahuan dan sikap yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek pada kelompok kontrol. Selain itu, ibu yang menyusui secara eksklusif memiliki tingkat self efficacy pascanatal yang lebih tinggi dari pada kelompok eksperimen dan kontrol dibandingkan dengan ibu yang memberikan susu formula (52,00 vs 39,45 pada kontrol dan 57,69 vs 36,00 pada subjek eksperimen; $P < 0,001$). Jadi dapat dikatakan bahwa pendidikan menyusui antenatal merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan tingkat self-efficacy menyusui dan meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif.
4. Artikel ke-empat menunjukkan bahwa kualitas tidur ibu pada masa nifas meningkat, efikasi diri menyusui mereka juga meningkat dengan skor yang di diperoleh dari skala kualitas tidur, postpartum dan skala self-efikasi menyusui ($p < 0,01$).
5. Artikel ke-lima menunjukkan self-efficacy menyusui berhubungan dengan usia ibu, pekerjaan ibu, pengalaman menyusui sebelumnya, cara persalinan, kontak kulit-ke-kulit dengan bayi, dan lama menyusui di rumah sakit. Itu juga berkorelasi positif dengan dukungan sosial dan secara signifikan lebih rendah pada wanita dengan lebih banyak depresi pascapartum. Variabel independen memprediksikan 36,8% dari self-efficacy menyusui dalam regresi linier hirarkis.
6. Artikel ke-enam menunjukkan bahwa hasil penelitian rata-rata durasi menyusui yang dimaksudkan di antara peserta dalam penelitian ini adalah 19 bulan. Peserta melaporkan jumlah dukungan menyusui tertinggi yang diterima dari grup dukungan facebook mereka, dibandingkan dengan sumber dukungan lain, dan dukungan Facebook secara signifikan berkorelasi dengan durasi menyusui yang dimaksudkan ($p < 0,05$). Efikasi diri dan sikap menyusui tetap menjadi prediktor signifikan dari durasi menyusui yang diinginkan dalam model regresi akhir.
7. Artikel ke-tujuh didapat bahwa dari total 640 wanita yang memenuhi syarat dan 571 ibu menyelesaikan penelitian dengan tingkat tanggapan 89%. Para ibu melaporkan self efikasi menyusui tingkat sedang setelah melahirkan. Analisis regresi mengungkapkan enam variabel yang menjelaskan 43,9% varian dalam menyusui diri sendiri segera setelah melahirkan. Yaitu niat menyusui, dukungan suami, dukungan perawat / bidan, mengikuti kelas menyusui antenatal, waktu mulai melahirkan hingga mulai menyusui dan pengalaman menyusui sebelumnya.
8. Artikel ke-delapan menunjukkan dari seratus tiga wanita diikuti setidaknya selama 1 bulan. Wanita dengan sikap positif memiliki tingkat inisiasi yang lebih tinggi secara signifikan (93% vs 61%) dan menyusui pada 1 dan 6 bulan (79% vs 25% dan 12% vs 0%, masing-masing) dibandingkan dengan mereka dengan sikap negatif, terlepas dari intervensi. Setelah menyesuaikan self-efficacy, wanita yang menerima konseling sebaya memiliki tingkat menyusui yang lebih tinggi secara signifikan pada 1 bulan (rasio odds = 3,2; interval kepercayaan 95%, 1,02-9,8). Kelompok intervensi sedikit lebih mungkin untuk mencapai tujuan menyusui mereka (43% vs 22%, $P = .073$). Kesimpulan dari studi yang dilakukan bahwa tingkat menyusui pada semua wanita meningkat selama masa penelitian. Sikap menyusui lebih terkait erat dengan perilaku menyusui daripada dukungan teman sebaya. Konseling sebaya mendukung wanita dengan efikasi diri rendah dan membantu wanita mencapai tujuan menyusui mereka.
9. Artikel ke-sembilan menunjukkan bahwa perilaku menyusui eksklusif hingga enam bulan pascapersalinan juga diukur. Pada usia kehamilan 32 minggu seorang mencapai ASI eksklusif merupakan prediktor langsung dari durasi pemberian ASI eksklusif sampai enam bulan postpartum. Pada dua bulan pascapersalinan, penyesuaian psikologis dan self menyusui dapat memprediksi durasi menyusui eksklusif. Hasil penelitian menyatakan faktor psikologi adalah signifikan F secara terus-menerus memprediksi durasi menyusui eksklusif. Self efficacy, penyesuaian psikologis, citra tubuh, motivasi dan kontra F dence adalah semua faktor psikososial penting yang terlibat dalam kemampuan wanita untuk mempertahankan ASI eksklusif dari waktu ke waktu.
10. Artikel ke-sepuluh menunjukkan bahwa pendapatan rumahtangga, jenis persalinan, dan self-efficacy menyusui berhubungan dengan kepuasan menyusui ($p < 0,05$). Kesimpulan dari studi yang dilakukan menyatakan bahwa pendidikan, promosi ASI dan pemberian ASI yang diberikan oleh penyedia layanan kesehatan profesional mendorong keberhasilan program menyusui. Bantuan oleh penyedia layanan kesehatan atau konselor menyusui selama tujuh kontak menyusui yang dimulai selama kehamilan sampai setelah melahirkan harus diterapkan

sehingga ibu mendapat informasi tentang menyusui. Kepuasan menyusui dapat membuat ibu tidak dapat terus menyusui bayinya hingga 2 tahun atau lebih.

11. Artikel ke-sebelas menunjukkan bahwa konseling prenatal dapat meningkatkan self-efficacy ibu menyusui dan memecahkan sebagian besar masalah menyusui selama periode postpartum.

Penetapan kriteria yang tepat pada faktor yang berperan dalam efikasi ibu menyusui sangat mempengaruhi jumlah artikel yang didapat. Artikel yang didapatkan yang sesuai dengan kriteria yang diinginkan berjumlah sembilan artikel. Dalam tinjauan literatur ini peneliti membahas enam faktor yang berperan dalam efikasi ibu menyusui diantaranya edukasi, dukungan sosial, pengalaman menyusui, konseling sebaya, kualitas tidur dan faktor psikologis stress.

Pembahasan

1. Faktor Edukasi

Hasil penelitian (Javourski, 2018) di Brazil mengemukakan bahwa penggunaan teknologi edukasi berbasis konsep self efficacy dapat meningkatkan skor self efficacy menyusui dan peningkatan skor tersebut dianggap berdampak positif terhadap kejadian Eksklusif Breastfeeding (EBF) dalam jangka panjang. Beberapa penelitian mengemukakan bahwa penggunaan media sebagai alat bantu seperti leaflet, flipchart, dan poster dapat meningkatkan keberhasilan menyusui. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Idris, 2019) yang berjudul efektivitas media audiovisual dalam inisiasi menyusui dini didapatkan bahwa pemberi dalam meningkatkan perilaku ibu tentang Inisiasi Menyusui Dini (IMD) sehingga disarankan kepada tenaga kesehatan untuk menggunakan pesan audiovisual dalam program promosi kesehatan. Menurut asumsi peneliti edukasi sangat penting dalam penentu keputusan ibu dalam menyusui karena edukasi berdampak terhadap pengetahuan ibu. Edukasi sangat membantu ibu dalam mendapatkan informasi seputar menyusui, pentingnya ASI pada awal kelahiran, pengetahuan tentang manajemen laktasi dan cara menyusui yang benar. Pengetahuan ibu yang kurang akan mempengaruhi keberhasilan ibu dalam menyusui dikarenakan ibu sulit mendapatkan informasi. Oleh karena itu tenaga kesehatan harus terus berusaha memberikan edukasi pada ibu. Karena semakin sering ibu mengikuti kelas edukasi semakin banyak pengetahuan dan informasi yang ibu dapat dan semakin besar potensi keberhasilan ibu dalam menyusui bayinya.

2. Dukungan Sosial

Menurut penelitian (Vitasari, 2018) bahwa dukungan dari suami ditemukan sebagai prediktor self-efficacy menyusui. Hal tersebut dikarenakan bahwa ibu merasa lebih mampu dan percaya diri menyusui jika suami mereka memberikan dukungan verbal dan keterlibatan dalam kegiatan menyusui. Dukungan sosial berikutnya yaitu dari tenaga kesehatan. Pada penelitian ini mengemukakan bahwa perawat atau bidan berperan dalam meningkatkan efikasi diri ibu menyusui. Studi (Rahmawati, 2019) menunjukkan bahwa wanita menganggap dukungan sangat membantu karena dapat mendapatkan empati, dukungan informasi seperti membantu ibu membenarkan posisi dan menempelkan bayi pada payudara mereka. Menurut asumsi peneliti dukungan sosial memiliki peran penting dalam peningkatan efikasi ibu menyusui baik dukungan dari keluarga, teman dan tenaga kesehatan. Karena semakin banyak dukungan yang diterima oleh ibu maka semakin tinggi keinginan ibu untuk terus menyusui. Begitupun sebaliknya semakin sedikit dukungan yang diterima oleh ibu maka semakin tinggi pula peluang ibu untuk berhenti menyusui.

Hal ini didukung oleh Asosiasi Ikatan Menyusui Indonesia (AIMI) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat diberikan dalam bentuk memberikan informasi ataupun pengetahuan mengenai ASI, memberikan pujian dan motivasi agar bisa meningkatkan efikasi diri ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya (Vitasari, 2018).

3. Faktor Pengalaman Menyusui

Pengalaman akan kesuksesan adalah sumber yang paling besar pengaruhnya terhadap self efikasi individu karena didasarkan pada pengalaman otentik. Pengalaman akan kesuksesan menyebabkan self efficacy individu meningkat. Sementara kegagalan yang berulang mengakibatkan menurunnya self efficacy ibu, khususnya jika kegagalan terjadi ketika self efficacy belum benar-benar terbentuk secara kuat. Kegagalan tersebut dapat menurunkan self efficacy individu, jika kegagalan tersebut tidak merefleksikan kurangnya usaha atau pengaruh dari keadaan luar (Wardiyah, 2019). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Isyti'aroh, 2017) bahwa pengalaman keberhasilan menyusui sebelumnya membawa keyakinan untuk menyusui kembali. Demikian pula sebaliknya, jika ibu memiliki pengalaman yang buruk tentang menyusui maka peluang gagal menyusui eksklusif akan lebih besar. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Hankel, 2019) mengemukakan bahwa pengalaman ibu sepenuhnya memicu hubungan antara self-efficacy menyusui dengan perubahan self efficacy ibu. Dengan demikian Self efficacy menyusui yang tinggi dikaitkan dengan pengalaman menyusui yang positif. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Syaipuddin, 2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pengalaman, pengetahuan, kepentingan, minat dan budaya ibu menyusui terhadap persepsi ibu terhadap pemberian ASI. Menurut asumsi peneliti keberhasilan ibu dalam menyusui dipengaruhi oleh pengalaman yang dirasakan dan pengalaman orang yang ada disekitar ibu. Jika pengalaman yang dirasakan dan dilihat oleh ibu itu menyakitkan maka ibu akan mengalami trauma sehingga ibu mengalami percaya diri dan keyakinan ibu akan menurun. Tetapi

jika pengalaman yang dirasakan ibu positif dan kepercayaan diri ibu kuat maka peluang ibu berhasil menyusui lebih besar. Karena keberhasilan menyusui sebelumnya dapat meningkatkan percaya diri serta keinginan ibu untuk terus menyusui. Hal ini sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Bandura yang menyatakan bahwa ada empat sumber yang mempengaruhi breastfeeding self efficacy salah satunya adalah pengalaman menyusui. Ibu yang telah memiliki pengalaman menyusui cenderung lebih percaya diri untuk terus menyusui.

4. Konseling Sebaya

Konseling sebaya merupakan salah satu upaya dalam mendukung ibu bayi selama masa menyusui. Hal ini dikarenakan dukungan sebaya mencakup dukungan psiko-emosional dorongan motivasi, pendidikan tentang menyusui (Sartika, 2020). Dukungan sebaya berupa konseling sebaya dapat berpengaruh baik terhadap pemberian ASI eksklusif bagi bayi dan juga sebagai bagian dari dukungan sosial untuk ibu yang sedang menyusui. Program konseling sebaya biasanya difokuskan pada wanita yang berisiko berhenti menyusui. Seperti yang dinyatakan sebelumnya, tindakan untuk memperpanjang durasi menyusui jelas diperlukan, dan konseling sebaya telah menunjukkan keberhasilan. Pertimbangan penting adalah bahwa program konseling sebaya mendidik dan memberdayakan panutan yang ada di masyarakat dengan keterampilan keras yang dibutuhkan untuk mengubah perilaku kesehatan sebaya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Angio, 2018) bahwa peer education berisi edukasi yang dilakukan dengan pendekatan kelompok teman sebaya dengan topik terkait pemberian ASI dapat mengubah pemikiran dan keyakinan ibu dalam memberikan ASI .. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rosidi, 2018) yang menyatakan bahwa adanya pengaruh edukasi konselor terhadap keberhasilan menyusui dengan mengadakan edukasi yang intensif untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif dan media yang mendukung. Menurut asumsi peneliti konseling sebaya memiliki pengaruh yang positif terhadap efikasi ibu menyusui dikarenakan konseling sebaya dapat memberikan motivasi pada ibu yang memiliki kesulitan menyusui, memberikan dukungan kepada ibu dan saling bertukar pengalaman menyusui mereka. Menurut asumsi peneliti konseling sebaya memiliki pengaruh yang positif terhadap efikasi ibu menyusui dikarenakan konseling sebaya dapat memberikan motivasi pada ibu yang memiliki kesulitan menyusui, memberikan dukungan kepada ibu dan saling bertukar pengalaman menyusui mereka. *Women Infants Children* (WIC) juga menjelaskan seorang konselor sebaya memberikan informasi dasar menyusui dan dukungan seperti kiat untuk menyusui dengan nyaman, bahkan di depan umum, cara agar tetap dekat dengan bayi melalui menyusui setelah kembali bekerja atau sekolah, ide untuk mendapatkan dukungan keluarga dan teman, tips untuk meningkatkan jumlah ASI, serta membantu berbagai masalah menyusui (Sartika, 2020).

5. Faktor Psikologis Stres

Rasa khawatir berlebihan atas kualitas dan kuantitas ASI, takut perubahan tubuh dan payudara, perubahan gaya hidup hingga kurangnya dukungan pasangan dan dukungan sosial. Stres bisa menjadi kendala paling banyak dialami oleh ibu menyusui, stres dapat memicu perubahan hormon oksitosin yang berperan untuk menghasilkan ASI yang berkualitas. Menurut penelitian yang dilakukan (Ilham, 2020) kondisi psikologis ibu dapat mempengaruhi produksi ASI karena butuh penyesuaian pada ibu pasca melahirkan dalam memasuki fase baru dan pengalaman baru menjadi orang tua tidaklah selalu menjadi hal yang menyenangkan bagi setiap wanita sehingga dapat mempengaruhi kondisi ibu dan berdampak pada kelancaran produksi ASI. Menurut asumsi peneliti stres sangat mempengaruhi produksi ASI, namun stres bisa mempengaruhi berbagai wanita secara berbeda. Pada tingkat stres yang tinggi pada ibu menyusui dapat menyebabkan penyapihan dini. Di sisi lain pemberian ASI pada bayi secara teratur bisa membantu menurunkan stres. Hal tersebut dikarenakan adanya hormon yang dilepaskan selama menyusui, sehingga dapat mendorong perasaan yang positif.

6. Kualitas Tidur

Kualitas tidur adalah dimana seseorang memiliki kemudahan dalam memulai tidur dan mempertahankan tidur. Kualitas tidur seseorang digambarkan dengan lamanya waktu tidur, dan keluhan- keluhan yang dirasakan saat tidur ataupun sehabis bangun tidur. Masa postpartum ibu membutuhkan istirahat dan tidur yang cukup. Istirahat sangat penting untuk ibu menyusui serta untuk memulihkan keadaan setelah hamil dan melahirkan. Kurang istirahat dan tidur pada ibu postpartum mengakibatkan kurangnya suplai ASI, memperlambat proses involasi uterus yang mengakibatkan ketidak mampuan merawat bayi serta terjadi depresi pada ibu (Rosidi, 2018). Menurut penyebab ibu postpartum mengalami gangguan kualitas tidur dikarenakan menentukan waktu tidur pada awal pertama postpartum, depresi terhadap peran barunya sehingga mengakibatkan tidur ibu berkurang yang kemudian akan berdampak pada kurangnya suplai ASI. Hal tersebut tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rosidi, 2018) menyatakan bahwa pola tidur tidak berhubungan dengan produksi ASI pada ibu selama masa nifas. Perbedaan hasil penelitian ini dengan penelitian lainnya bisa saja disebabkan oleh karakteristik ibu ataupun responden yang berbeda. Menurut asumsi peneliti kualitas tidur ibu menyusui akan berdampak pada suplai ASI yang dihasilkan oleh ibu karena untuk memproduksi ASI maka kondisi tidur dan pikiran harus tenang, perasaan ibu yang bahagia akan mampu meningkatkan produksi ASI. Tetapi apabila tidur terganggu maka akan mempengaruhi suplai ASI, jika suplai ASI berkurang maka ibu berisiko untuk berhenti menyusui.

Kesimpulan

Dari kesebelas artikel yang review didapatkan enam faktor yang berperan dalam efikasi ibu menyusui diantaranya faktor edukasi, dukungan sosial yang meliputi dukungan keluarga, teman, tenaga kesehatan dan komunitas tertentu, pengalaman menyusui, konseling sebaya, faktor stres, dan kualitas tidur. Dari keenam faktor tersebut yang dianggap paling berperan oleh peneliti yaitu pengalaman menyusui. Hal tersebut dikarenakan, peneliti menganggap bahwa keberhasilan menyusui sebelumnya akan meningkatkan kepercayaan diri ibu untuk kembali menyusui.

Saran

Berdasarkan hasil tinjauan literatur yang dilaksanakan maka saran penulis sampaikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi insitusi pendidikan
Diharapkan bagi intitusi pendidikan dapat menambah bahan bacaan terkait efikasi ibu menyusui.
2. Bagi Masyarakat
Diharapkan kepada seluruh masyarakat agar lebih menggali lagi informasi terkait efikasi ibu menyusui .
3. Bagi kepentingan metodologi
Peneliti berharap penelitian selanjutnya dengan kualitas lebih baik yang akan sangat membantu. Jika ditemukan yang terbaru dengan kualitas penelitian yang lebih baik maka tinjauan literature dapat di upgrade sebagai pedoman agar ibu memiliki kepercayaan diri untuk terus menyusui. Peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian yang serupa diharapkan bisa menambahkan literatur yang lebih update dan lebih memperketat penentuan criteria literatur yang akan direview.

Ucapan Terimakasih

Penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik berkat bantuan berbagai piha, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah membantu memberikan saran, memberikan arahan, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

Referensi

- Abeng, Andi Tendri. 2020. Pengaruh Kelompok Pendukung Asi Eksklusif(Kp-Asi) Terhadap Self Efficacy Ibu Menyusui Di Desa Borong Pa'Lala Kabupaten Gowa.*BINA GENERASI ; JURNAL KESEHATAN* EDISI 12 V(p-ISSN : 1979-150X ; e-ISSN: 2621-2919)
- Afrida. (2020). Hubungan Asi Eksklusif dan Status Imunisasi dengan Kejadian Stanting di Wilayah Kerja Puskesmas Bowong Cindea Kabupaten Pangkep. *Nursing Inside Community* . Vol.2(3)
- Angio, Maya Cobalt. 2018. Pengaruh Peer Education Terhadap Self Efficacy Dan Motivasi Pada Ibu Menyusui Dalam Pemberian Asi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas* Vol.2 (1). <http://dx.doi.org/10.32584/jikk.v2i1.302>
- Brockway, M., Benzies, K., & Hayden, K. A. (2017). Interventions to Improve Breastfeeding Self-Efficacy and Resultant Breastfeeding Rates: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Human Lactation*, 33(3), 486–499. doi:10.1177/0890334417707957
- Dias, S. A., Silva, T. Q., Venâncio, D. O., Chaves, A. F. L., Lima, A. C. M. A. C. C., & Oliveira, M. G. do. (2018). *Breastfeeding self-efficacy among blind mothers. Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(6), 2969–2973. doi:10.1590/0034-7167-2017-0942
- Hankel, M. A., Kunseler, F. C., & Oosterman, M. (2019). Early Breastfeeding Experiences Predict Maternal Self-Efficacy During the Transition to Parenthood. *Breastfeeding Medicine*. doi:10.1089/bfm.2019.0023
- Idris, Fairus Prihatin. 2019. Efektivitas Media Audio Visual Dalam Peningkatan Perilaku Inisiasi Menyusui Dini (IMD) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Tinggimoncong. *E-Jurnal YAPRI* 2. ISSN: 2622-0520
- Ilham. (2020). Hubungan Antara Self Efficacy Ibu Hamil Dengan Potensi Kejadian Depresi Di Puskesmas Batua Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*.eISSN: 2302-2531
- Isyti'aroh. 2017. Breastfeeding Self Efficacy Dan Hubungannya Dengan Perilaku Ibu Menyusui.*URNAL KESEHATAN PENA MEDIKA* Vol & (2).ISSN : 2086-843Xs

- Javorski, M., Rodrigues, A. J., Dodt, R. C. M., Almeida, P. C. de, Leal, L. P., & Ximenes, L. B. (2018). Efeitos De uma Tecnologia Educativa na Autoeficácia Para Amamentar e na Prática do Aleitamento Materno Exclusivo. *Revista Da Escola de Enfermagem Da USP*, 52(0). doi:10.1590/s1980-220x2017031803329
- Ngo, L. T. H., Chou, H.-F., Gau, M.-L., & Liu, C.-Y. (2019). Breastfeeding self-efficacy and related factors in postpartum Vietnamese women. *Midwifery*, 70, 84–91. doi:10.1016/j.midw.2018.12.014
- Rahmawati, S. (2019). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas di RSUD Syeh Yusuf Kabupaten Gowa. *Nursing Inside Community* .Vol.1(3)
- Robinson, A., Lauckner, C., Davis, M., Hall, J., & Anderson, A. K. (2019). Facebook support for breastfeeding mothers: A comparison to offline support and associations with breastfeeding outcomes. *DIGITAL HEALTH* ,5, 205520761985339. doi:10.1177/2055207619853397
- Rosidi, Indah Yun Diniaty. 2018. Pengaruh Edukasi Konselor Laktasi Terhadap Keberhasilan Menyusui 3 Bulan Pertama Di Puskesmas Bontomarannu. *Jurnal Kebidanan Vokasional* 3(1): 83–88.
- Safitri, Maharani Galuh. (2019). Perceived Social Support Dan Breastfeeding Self Efficacy Pada Ibu Menyusui Asi Eksklusif. *Jurnal Psikologi*. 12(2).<https://doi.org/10.35760/psi.2019.v12i2.2436>
- Sartika, Dona. 2020. Konseling Sebaya Bagi Ibu Untuk Meningkatkan Praktik Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* Vol.11 . N. <http://dx.doi.org/10.33846/sf11405>
- Syaipuddin. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Presepsi Ibu Tentang Pemberian Asi Eksklusif di Puskesmas Pampang Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* .Vol.10.No 3.eISSN:2302-2531
- Vitasari, Dian. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Efikasi Diri Ibu Menyusui Dalam Memberikan Asi Eksklusif. *JOM FKp*. Vol 5(2).ISSN:23556846
- Wardiyah, Aryanti. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Breastfeeding Self Efficacy (BSE) Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumur Batubandar Lampung. *Jurnal Dunia Kesmas* Vol.8 (3)