

Hubungan Breastfeeding Self Efficacy Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif

Dwi Rahayu*

Akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri

*Corresponding author: alfarezapriyoputra@yahoo.com

ABSTRAK

Manfaat pemberian ASI eksklusif sangat besar untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, imunologis, dan psikologis serta ekonomi. Meskipun manfaat pemberian ASI eksklusif sudah jelas bagi ibu dan bayi, namun cakupan pemberian ASI eksklusif kepada bayi masih rendah. Kegagalan pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu masalah yang terjadi pada ibu postpartum. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan pemberian ASI adalah kondisi ibu seperti percaya diri atau keyakinan ibu untuk memberikan ASI. Self efficacy memiliki pengaruh dalam pemberian ASI eksklusif. Keyakinan diri disebut dengan self efficacy menggambarkan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan tertentu agar dapat mewujudkan hasil-hasil yang diharapkan atau diinginkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara breastfeeding self efficacy dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel secara *purposive sampling* dan didapatkan sebanyak 30 responden. Instrumen yang digunakan ada 2 yaitu breastfeeding self efficacy scale short form (BSES-SF) dan kuesioner untuk mengetahui keberhasilan menyusui. Hasil penelitian didapatkan nilai signifikansi nya 0,036 dimana $< 0,05$ berarti dapat diinterpretasikan adanya hubungan yang signifikan antara breastfeeding self efficacy dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu postpartum. Pemberian tindakan untuk meningkatkan breastfeeding self effikasi ibu postpartum dapat dilakukan pada masa antenatal.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Breastfeeding Self Efficacy

RELATIONSHIP BETWEEN BREASTFEEDING SELF EFFICACY AND THE SUCCESS OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING

Dwi Rahayu*

Nursing Academy of Dharma Husada, Kediri, Indonesia

*Corresponding author: alfarezapriyoputra@yahoo.com

ABSTRACT

The benefits of exclusive breastfeeding are very large for the growth and development of infants, immunologists, psychological and economic. Although the benefits of exclusive breastfeeding are clear to mothers and infants, the scope of exclusive breastfeeding for infants is still low. Failure of exclusive breastfeeding is the problems that occur in postpartum. factors that determine the success of breastfeeding is the condition of mother such as confidence or the belief of mother to give breast milk. Self efficacy has an influence in giving exclusive breastfeeding. Self-confidence called self-efficacy describes a person's belief in his ability to carry out certain actions in order to realize the expected or desired results. The purpose of this study was to determine the relationship between Breastfeeding Self Efficacy and the Success of Exclusive Breastfeeding. This study used observational analytic study using a cross sectional approach. Sampling by purposive sampling and obtained 30 respondents. The variables in this study were Breastfeeding Self Efficacy and Exclusive Breastfeeding. The instruments used were 2, namely breastfeeding self-efficacy scale short form (BSES-SF) and questionnaire to determine the success of breastfeeding. The results showed a significance value of $0.036 < 0.05$ means that there are significant relationship between Breastfeeding Self Efficacy and Exclusive Breastfeeding Success in Postpartum Mothers. Considering that Self-Efficient Breastfeeding has an effect on the Success of Exclusive Breastfeeding, it is hoped that giving actions to improve Breastfeeding Self-Efficacy for Postpartum Mothers can be done in the antenatal period.

Keywords: Exclusive breastfeeding, breastfeeding self efficacy

PENDAHULUAN

Manfaat pemberian ASI Eksklusif sangat besar untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, imunologis, dan psikologis serta ekonomi. Meskipun manfaat pemberian ASI Eksklusif sudah jelas bagi ibu dan bayi, namun cakupan pemberian ASI Eksklusif kepada bayi masih rendah. Kegagalan pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu masalah yang terjadi pada ibu postpartum. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan pemberian ASI adalah kondisi ibu seperti percaya diri atau keyakinan ibu untuk memberikan ASI (Pratidina, 2017). Self efficacy memiliki pengaruh dalam pemberian ASI eksklusif. Keyakinan diri disebut dengan self efficacy menggambarkan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan tertentu agar dapat mewujudkan hasil-hasil yang diharapkan atau diinginkan (Bandura, 2007). Menurut Dennis

Breastfeeding Self Efficacy (BSE) adalah 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 (Dennis, 2010).

Self efficacy pada ibu menyusui sangat penting. Hal tersebut dibuktikan dengan penelitian Zakiah (2012) menyebutkan 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 pemberian ASI pada 2 bulan post partum. Ibu post partum yang memiliki efikasi diri tinggi lebih lama memberikan ASI dibandingkan ibu dengan efikasi rendah (Pratidina, 2017).

Breastfeeding self efficacy yang masih rendah dan tindakan menyusui yang belum efektif sering terjadi pada ibu yang belum pernah mempunyai pengalaman menyusui sebelumnya. Ibu dengan pengalaman pertama menyusui seringkali sangat sensitif terhadap segala sesuatu yang menyangkut keadaan bayinya, sehingga mudah terprovokasi dengan berbagai anggapan yang negatif seperti, bayi tidak akan cukup kenyang bila hanya mendapat ASI, apalagi di awal periode postpartum ibu hanya memproduksi kolostrum yang berjumlah sedikit atau bahkan belum mengeluarkan ASI. Ibu dengan harapan yang tinggi tentang perawatan bayi yang optimal, tetapi tidak ditunjang dengan pengetahuan dan dukungan yang adekuat dapat menyebabkan ibu jatuh pada kondisi stres selama periode postpartum (postpartum blues). Ibu yang mengalami gejala postpartum blues di awal periode postpartum mempunyai kecenderungan berhenti menyusui lebih awal, mengalami berbagai kesulitan dalam hal menyusui dan breastfeeding self efficacy yang rendah (Dennis & McQueen, 2009)

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa breastfeeding self efficacy merupakan faktor penting yang berhubungan dengan inisiasi, durasi dan keeksklusifan menyusui (McQueen, 2011). 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 (Pratidina,

2017). Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara breastfeeding self efficacy dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel secara *purposive sampling* dan didapatkan sebanyak 30 responden. Responden dalam penelitian ini adalah Ibu Postpartum Primipara di Kelurahan Pojok Kota Kediri. Variabel dalam penelitian ini adalah *breastfeeding self efficacy* dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Instrumen yang digunakan ada 2 yaitu breastfeeding self efficacy scale short form (BSES-SF) dan kuesioner untuk mengetahui keberhasilan menyusui. BSES-SF merupakan kuesioner yang berisi 14 item pernyataan tentang keyakinan dan kepercayaan diri dalam hal menyusui. Masing-masing item mempunyai 5 poin skala likert dan kemudian dijumlahkan untuk memperoleh total skor yang berkisar antara 14-70. BSES-SF. Data yang diperoleh dianalisa dengan *Spearman rank correlation* dengan menggunakan *SPSS for Windows* dengan Tingkat kemaknaan yang digunakan untuk uji adalah $\alpha \leq 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Seluruh responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia yang produktif dan masuk pada kategori kehamilan risiko rendah menurut skor Poedji Rochjati yaitu 20-35 tahun. Seluruh responden dalam penelitian ini berstatus menikah dan tidak ada kehamilan di luar nikah (unwanted pregnancy). Sebagian besar responden yaitu sebanyak 70% responden tidak bekerja atau sebagai Ibu Rumah Tangga. Sebanyak 43% responden dalam penelitian ini memiliki tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA), 30% responden memiliki tingkat pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP), 4% responden memiliki tingkat pendidikan Perguruan Tinggi dan 4% responden memiliki pendidikan Sekolah Dasar.

Tabel 1. Breastfeeding Self Efficasi

No.	Kriteria Breastfeeding Self Efficasi	Jumlah	Prosentase
1.	Tinggi	21	70%
2.	Sedang	7	30%
3.	Rendah	-	-
	Jumlah	30	100%

Pada tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar responden yaitu sebesar 70% responden yang memiliki Breastfeeding Self Efficacy kategori tinggi.

Tabel 2. Praktik Pemberian ASI

No.	Kriteria Pemberian ASI	Jumlah	Prosentase
1.	ASI Eksklusif	12	40%
2.	ASI Predominan	10	33,33%
3.	Non- ASI	8	26,67%
	Jumlah	30	100%

Berdasarkan tabel 2 didapatkan 40% dari responden yang berhasil memberikan ASI secara Eksklusif pada bayinya selama 6 bulan.

Tabel 3. Hasil Analisa Data

Kriteria	Breasfeeding Self Efficacy	Pemberian ASI Eksklusif
Mean	2,766	2,1333
SD	0,43018	0,81931
P = 0,036		

Pada tabel 3 ini didapatkan nilai signifikansi nya 0,036 dimana $< 0,05$ berarti dapat diinterpretasikan adanya hubungan yang signifikan antara Breastfeeding Self Efficacy dan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Postpartum.

PEMBAHASAN

Self efficacy merupakan keyakinan yang dimiliki oleh individu terhadap suatu hal yang belum dilakukan sehingga dapat menjadi indikator seseorang dalam menentukan pilihan dan memotivasi diri sendiri agar berhasil dalam mencapai tujuan tindakan yang akan dilakukan (Bandura, 1994). Breastfeeding self efficacy yang tinggi menunjukkan rasa keyakinan yang tinggi dalam diri seorang ibu dalam hal menyusui (Dennis, 2010). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi Breastfeeding self efficacy seseorang antara lain budaya, gender, sifat dari tugas yang dihadapi, insentif eksternal, status atau peran individu dalam lingkungan serta informasi tentang kemampuan diri (Bandura, 1997).

Masa postpartum merupakan masa transisi Ibu terutama Ibu Postpartum primipara untuk mencapai peran sebagai seorang ibu. Masa tersebut penuh dengan berbagai harapan tentang peran ibu yang ideal serta kesehatan bayi yang optimal. Hal tersebut dapat menjadi pemicu bagi ibu postpartum untuk mencari tahu cara perawatan bayi yang baik termasuk dalam hal menyusui. Seluruh responden adalah ibu postpartum yang belum pernah mempunyai pengalaman menyusui sebelumnya dan seluruh anak yang dilahirkan dapat diterima dengan baik oleh ibu dan keluarganya. Hal tersebut mendorong ibu dan keluarga untuk selalu ingin memberikan yang terbaik bagi bayinya, termasuk dalam hal pemberian ASI secara eksklusif (Pradanie, 2015)

Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden yaitu sebesar 70% responden mempunyai Breastfeeding self Efficacy dengan kategori tinggi, yang berarti bahwa Ibu mempunyai keyakinan serta kepercayaan diri yang tinggi akan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Penilaian akan keberhasilan pemberian ASI eksklusif didapatkan 40% responden berhasil memberikan ASI secara eksklusif, 33,33% responden berhasil memberikan ASI secara predominan dan 26,67%

responden tidak berhasil memberikan ASI kepada bayinya. Sedangkan dari hasil uji statistik Spearman rank correlation didapatkan nilai signifikansi 0,036 dimana $< 0,05$ berarti dapat diinterpretasikan adanya hubungan yang signifikan antara Breastfeeding Self Efficacy dan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Postpartum. Hal ini menunjukkan bahwa ibu postpartum 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 dan Shimada (2010) mengungkapkan bahwa program breastfeeding self-care yang dikembangkan untuk meningkatkan breastfeeding self efficacy ibu dalam menyusui secara signifikan meningkatkan efikasi diri ibu pada kelompok yang mendapat intervensi dan berdampak positif terhadap keberlanjutan menyusui pada 1 bulan (Rasyad & Sujatno, 2012).

Efikasi diri yang didasarkan pada social cognitive learning theory oleh Bandura (1977). Efikasi diri menggambarkan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan tertentu agar dapat mewujudkan hasil-hasil yang diharapkan atau diinginkan.(Bandura A:1997). Hasil penelitian oleh Taveras dkk. (2003) mengungkapkan bahwa keyakinan ibu akan kemampuannya dalam menyusui secara signifikan berhubungan dengan keberlanjutan menyusui secara eksklusif.

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)

Berdasarkan teori efikasi diri, ibu menyusui akan menilai empat sumber utama informasi sebagai dasar dalam menentukan kemampuan mereka dalam menyusui bayinya, yaitu pencapaian kinerja (seperti pengalaman menyusui terdahulu), pengalaman orang lain (seperti melihat ibu menyusui yang lain, peer konseling), persuasi verbal (seperti dorongan dari orang yang berpengaruh, seperti teman, keluarga, dan konsultan laktasi), dan respons fisiologisnya (seperti nyeri, lelah, cemas, atau stres).(Bandura, 1997). Efikasi diri didasarkan pada empat sumber informasi, sehingga ibu menyusui akan menentukan apakah ibu akan melanjutkan dan terus menyusui bayinya secara penuh dan eksklusif selama 6 bulan atau memulai memberikan bayinya makanan atau minuman tambahan atau melakukan penyapihan pada bayinya. Semakin lengkap informasi yang didapatkan ibu maka akan semakin tinggi efikasi diri yang ibu miliki (Rasyad & Sujatno, 2012)

Efikasi 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 (Rasyad & Sujatno, 2012)

KESIMPULAN DAN SARAN

Breastfeeding Self Efikasi ibu postpartum mempunyai korelasi positif dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu postpartum. Mengingat Breastfeeding Self Efikasi berpengaruh terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif maka diharapkan pemberian tindakan untuk meningkatkan Breastfeeding Self Efikasi Ibu Postpartum dapat dilakukan pada masa antenatal.

Selain itu, perawat diharapkan dapat memberikan informasi tentang kesehatan, mengoptimalkan support system serta informasi tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif kepada ibu postpartum yang memiliki Breastfeeding Self Efikasi rendah sehingga dapat meningkatkan Breastfeeding Self Efikasi Ibu sehingga Ibu menyusui bisa memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Albery IP, Munafo M. (2011). Psikologi Kesehatan Panduan lengkap dan komprehensif bagi studi psikologi kesehatan. Yogyakarta: Palmall.
- Awano M, Shimada K. Development and evaluation of a self care program on breastfeeding in Japan: a quasi-experimental study. *International Breastfeeding*. 2010;5(9):1-10.
- Bandura, A. 1997, 'Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change', *Psychological Review*, vol 84, no.2, hal. 191–215.
- Bandura, Albert. (2007). *Self-efficacy; The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Blyth, R, Creedy, DK, Dennis, C-L, Moyle, W, Pratt, J & Vries, SMD. (2012). effect of maternal confidence on breastfeeding duration: an application of breastfeeding self-efficacy theory, *birth: Issues in Prenatal Care*, vol 29, no. 4, hal. 278–284.
- Britton, et al (2017). *Maternal Self-Concept and Breastfeeding*. journals.sagepub
- Dennis, CL & McQueen, K 2009, 'The relationship between infant-feeding outcomes and postpartum depression: a qualitative systematic review', *Pediatrics*, vol. 123, no. 4, pp. e736– e751.
- Dennis, C.L (2010). The breastfeeding self-efficacy scale : psychometric assessment of the short form. *JOGNN*. 2010;6:734-744
- McQueen, KA, Dennis, CL, Stremmler, R, Norman, CD (2011). A pilot randomized controlled trial of a breastfeeding self efficacy intervention with primiparous mothers, *JOGNN*, vol 40, hal. 35–46.
- Pradanie, R. (2015). Paket Dukungan Terhadap Breastfeeding Self Efficacy Dan Keberhasilan Menyusui Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Ners*, 10/1(April), 20–29.
- Pratidina, F. A. (2017). *Breastfeeding Self Efficacy Pada Ibu Post Partum Di Rs Pku Muhammadiyah Gombong*.
- Rasyad, A. S., & Sujatno, H. R. M. (2012). Efikasi Diri Dan Lama Pemberian Air Susu Ibu Saja Selama 2 Bulan Postpartum, 9(2), 7–16.
- Spaulding, D.M., Gore, R. (2009). Breastfeeding self-efficacy in women of african descent. *JOGNN*, 38, 230-243; 2009. doi : 10.1111/j.1552.6909.2009.01011.x
- Taveras EM, Capra AM, Braveman PA, Jensvold NG, Escobar GJ, Lieu TA. Clinician support and psychosocial risk factors associated with breastfeeding discontinuation. *Pediatrics* [serial online] 2003 [diunduh 30 Mei 2016];112;108-15. Tersedia dari url: <http://pediatrics.aappublications.org/content/112/1/108.full.html#related-urls>
- Zakiah. (2012). Efikasi Diri Dan Lama Pemberian Air Susu Ibu Saja Selama 2 Bulan Postpartum. *Jurnal. GASTER Vol. 9 No. 2 Agustus 2012*