



## **SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN PENINGKATAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU BEKERJA DENGAN PENDEKATAN HAPA (HEALTH ACTION PROCESS APPROACH)**

**Sheeni Feralta<sup>1)</sup>, Murtiningsih<sup>2)</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Magister Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Cimahi, Indonesia

Email: [feraltasheeni@gmail.com](mailto:feraltasheeni@gmail.com)

<b>Submitted</b>	<b>Revised</b>	<b>Accepted</b>	<b>Published</b>
Nov 05, 2024	Dec 03, 2024	Dec 17, 2024	Dec 31, 2024

### **Abstract**

*Breast milk (breast milk) is the main and best food for babies that is incomparable. The benefits of exclusive breastfeeding are huge, especially for the baby's growth and development, immunity, psychology, and the economy of the baby's parents. Although the benefits of exclusive breastfeeding are obvious for mothers and their babies, the coverage of exclusive breastfeeding for babies is still low. The purpose of this study is to analyze the relationship between increasing exclusive breastfeeding in working mothers with the hapa (health action process approach). An example of this study is a working mother who has a baby 0-6 months in Batu Bara Regency. The sampling technique is Non-Probability Sampling using Total Sampling, where the number of samples is equal to a population of 100 people. The data processing method uses Univariate, Bivariate, and Multivariate tests. The results showed that self-efficacy, expectation of results, risk perception, planning, influence of intention, maintenance, and planning strategies to overcome obstacles had a significant effect on breastfeeding practices of working mothers in Batu Bara Regency as evidenced by the p-value of  $0.000 < 0.05$  variables, respectively. The results of the multivariate test showed that together the independent variables had a significant influence on the dependent variables, with the most dominant variable being the maintenance variable with an average value of 10.66.*

**Keywords:** Exclusive Breastfeeding; Intention; Health Action Process Approach (HAPA)

### **Abstrak**

Susu Ibu (ASI) adalah makanan utama dan terbaik untuk bayi yang tidak ada bandingannya. Manfaat pemberian ASI eksklusif sangat besar, terutama untuk tumbuh kembang bayi, kekebalan tubuh, psikologi, dan ekonomi orang tua bayi. Meskipun manfaat ASI eksklusif sudah jelas bagi ibu dan bayinya, cakupan ASI eksklusif untuk bayi masih rendah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan peningkatan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja dengan pendekatan HAPA (health action process approach). Contoh penelitian ini adalah ibu bekerja yang memiliki bayi 0-6 bulan di Kabupaten Batu Bara. Teknik pengambilan sampel adalah Non-Probability Sampling menggunakan Total Sampling, di mana jumlah sampel sama dengan populasi 100 orang. Metode pengolahan data menggunakan uji Univariat, Bivariat, dan Multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri, ekspektasi hasil, persepsi risiko, perencanaan, pengaruh niat, pemeliharaan, dan strategi perencanaan untuk mengatasi hambatan berpengaruh signifikan terhadap praktik menyusui ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara yang dibuktikan dengan nilai p masing-masing variabel  $0,000 < 0,05$ . Hasil uji multivariat menunjukkan bahwa secara bersama-sama variabel independen memiliki pengaruh yang signifikan pada variabel dependen, dengan variabel yang paling dominan adalah variabel pemeliharaan dengan nilai rata-rata 10,66.

**Kata kunci:** ASI Eksklusif; Niat; Pendekatan Proses Aksi Kesehatan (HAPA)

## PENDAHULUAN

ASI adalah susu yang diproduksi oleh manusia untuk bayi yang tidak dapat mencerna makanan padat. ASI mengandung banyak nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi dalam proses tumbuh kembang bayi serta makanan pertama dan terbaik yang memiliki khasiat alami (Hidana, 2018). ASI mengandung komponen makronutrien dan mikronutrien. Yang dimaksud dengan makronutrien adalah protein, karbohidrat, dan lemak. Sedangkan mikronutrientnya adalah mineral dan vitamin. ASI hampir 90% terdiri dari air (Ernawati et al., 2019). Dana Darurat Anak Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNICEF) menyatakan bahwa menyusui dapat menyelamatkan nyawa bayi, terutama di negara berkembang, di negara berkembang pemberian ASI eksklusif dapat mencegah kematian balita hingga 90% akibat diare dan infeksi saluran pernapasan akut. UNICEF dan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menekankan pemberian ASI dalam rangka mengurangi morbiditas dan mortalitas bayi (Mahadewi & Heryana, 2020). Makanan yang dimakan oleh ibu merupakan faktor yang sangat mempengaruhi produksi ASI. Jika makanan yang dikonsumsi ibu mengandung nutrisi yang cukup dan teratur, maka akan sangat mempengaruhi produksi ASI, hal ini dikarenakan kelenjar ASI tidak dapat bekerja dengan baik tanpa makanan yang teratur dan bergizi. Untuk memenuhi semua nutrisi dalam produksi ASI, makanan dari ibu harus memenuhi jumlah kalori, lemak, protein, mineral, dan vitamin yang cukup (Ani T Prianti, Rahayu Eryanti. K, 2020). Fungsi ASI adalah untuk memenuhi asupan gizi bayi, meningkatkan daya tahan tubuh dan mengurangi morbiditas dan mortalitas bayi. Oleh karena itu, pemberian ASI eksklusif sangat dianjurkan dan dianjurkan untuk dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun (Putu et al., 2020). Ibu yang bekerja adalah penyebab kegagalan untuk memberikan ASI eksklusif. Beberapa kegagalan disebabkan oleh peraturan tempat kerja dan sikap ibu terhadap pemberian ASI eksklusif.

Ibu-ibu terpaksa berhenti menyusui eksklusif dan beralih ke susu formula

karena tempat kerjanya jauh dari rumah dan tidak ada fasilitas bagi ibu untuk menyusui bayinya, seperti menyediakan pojok laktasi atau memberikan waktu istirahat untuk memerah ASI. Status gizi buruk atau gizi buruk yang terjadi pada balita dapat terjadi karena berkurangnya durasi menyusui oleh ibu karena pekerjaan. Selain itu, intensitas kerja yang menyebabkan ibu jauh dari bayinya adalah penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif (Putu et al., 2020). Pendekatan Proses Tindakan Kesehatan (HAPA) adalah pendekatan sosial kognitif terhadap perilaku kesehatan yang menunjukkan bahwa perilaku kesehatan adalah proses fase motivasi kehendak. Fase motivasi adalah proses di mana seseorang membentuk niat, sedangkan fase kehendak adalah proses mengubah niat menjadi perilaku. Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan wawancara dengan ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan di Kabupaten Batu Bara, sebanyak 10 orang mendapatkan 7 responden, ibu yang bekerja dan 3 responden yang tidak bekerja. Dari 7 ibu yang bekerja, ada 6 ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena sibuk bekerja. Pekerjaan terkadang mengakibatkan keterlambatan dalam menyusui eksklusif. Sebenarnya, hal ini karena ibu sibuk dan tidak memiliki cukup waktu untuk mengurus kebutuhan ASI. Intinya, pekerjaan seharusnya tidak menjadi alasan dan alasan bagi ibu untuk berhenti menyusui secara eksklusif. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan peningkatan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja dengan pendekatan HAPA (Health Action Process Approach)".

## METODE

Pencarian literatur dilakukan di beberapa database mayor seperti PROQUEST, SCIEDIRECT, DOAJ, SAGEPUB, MEDLINE, dan GOOGLE SCHOLAR dengan memasukkan kata kunci exclusive breastfeeding, intention, Health Action Process Approach (HAPA).

Parameter pemberian ASI eksklusif yang dinilai menggunakan instrumen yang

bervariasi yaitu penelitian menggunakan domain ICF (International Classification of Functioning, Disability, and Health), tiga diantaranya menggunakan metode uji bivariat dan sepuluh penelitian menggunakan metode wawancara, deskriptif dan kuisioner.

## HASIL

### **Pemberian ASI Dengan Pendekatan HAPA (Health Action Process Approach)**

Penelitian Ismar, E. F., et al (2022) menemukan bahwa ASI adalah makanan utama dan terbaik untuk bayi yang tidak memiliki tanding. Manfaat pemberian ASI eksklusif sangat besar, terutama untuk perkembangan tangan bayi yang tumbuh, kekebalan, psikologi, dan ekonomi orang tua bayi. Meskipun manfaat pemberian ASI eksklusif jelas bagi ibu dan bayinya, cakupan pemberian ASI eksklusif untuk bayi masih rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis peningkatan pemberian ASI eksklusif bagi ibu yang bekerja dengan menggunakan Pendekatan Proses Tindakan Kesehatan (HAPA) di Kabupaten Batu Bara. Sampel penelitian ini adalah ibu bekerja yang memiliki bayi 0-6 bulan di Kabupaten Batu Bara. Teknik pengambilan sampel adalah Non-Probability Sampling menggunakan Total Sampling, di mana jumlah sampel sama dengan populasi 100 orang. Metode pengolahan data menggunakan uji Univariat, Bivariat, dan Multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri, ekspektasi hasil, persepsi risiko, perencanaan, pengaruh niat, pemeliharaan, dan strategi perencanaan untuk mengatasi hambatan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap praktik menyusui ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara yang dibuktikan dengan nilai p masing-masing variabel  $0,000 < 0,05$ . Dari 7 ibu yang bekerja, ada 6 ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya karena sibuk bekerja. Pekerjaan terkadang mengakibatkan keterlambatan dalam menyusui eksklusif. Sebenarnya, hal ini karena ibu sibuk dan tidak memiliki cukup waktu untuk mengurus kebutuhan ASI. Intinya, pekerjaan tidak boleh menjadi anak laki-laki dan menyebabkan ibu berhenti

menyusui secara eksklusif. Berdasarkan latar belakang di atas, ada pencari yang tertarik untuk melakukan penelitian "Analisis Dalam Mengerut Pemberian ASI Eksklusif untuk Ibu Bekerja dengan Pendekatan Proses Tindakan Kesehatan (HAPA) di Kabupaten Batu Bara". Struktur payudara meliputi areola, masalah payudara, masalah ikat, dan pendukung lemak, darah, pembuluh limfatik, dan saraf. Jaringan dalam darah, jaringan ini termasuk alveoli, yang merupakan kantung kecil yang dibuat dari sel yang mengeluarkan susu, dan duksi yang membawa susu keluar. Ketika menyusui, susu akan terkumpul di lumen of the alveolus dan saluran. Alveoli di kelilingi oleh myoepithelial jaringan atau sel otot, yang berkontraksi dan membuat susu mengalir sepanjang saluran (Warisan, 2012). Fisiologi laktasi pertama adalah prolaktin di refleksi, prolaktin refleksi terjadi ketika ada stimulasi dari puting susu mereka dan kemudian mengirim sinyal ke hipotalamus dan kemudian mengirim sinyal ke kelenjar hipofisis anterior dan kemudian ke hormon prolaktin. Teori proses membangun gaya hidup sehat ini dapat dijelaskan melalui teori Pendekatan Proses Tindakan Kesehatan (HAPA), yang merupakan model berbasis tahap yang menentukan dua fase berbeda yang harus dilalui sehingga individu dapat mengadopsi, memulai, dan mempertahankan perilaku pendukung. HAPA memiliki dua fase, yaitu fase motivasi dan fase aksi. Penelitian yang dilakukan Agung, A.S. Shirmarti, R.D. (2021) menemukan bahwa penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara hasil ekspektasi dengan niat ASI eksklusif dengan nilai signifikansi  $0,004 < \alpha (0,05)$  dan rasio odds 28,8. Artinya responden yang memiliki ekspektasi tinggi memiliki 28,8 kali lebih banyak niat untuk memberikan ASI eksklusif daripada responden yang memiliki ekspektasi rendah. Studi ini mengambil data sekunder dan primer. Data sekunder tentang ASI eksklusif diperoleh dari Dinas Kesehatan Surabaya dan Puskesmas Primer Sidosermo. Data primer diperoleh melalui lembar kuesioner yang didistribusikan oleh peneliti dan dijawab oleh responden. Jika

responden mengalami kesulitan dalam proses pengisian, para peneliti membantu dengan memberikan penjelasan. Variabel independen dalam penelitian ini adalah efikasi diri, persepsi risiko, dan ekspektasi hasil. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah niat ibu untuk menyusui bayinya. Pusat Kesehatan Primer Sidoserma di Surabaya didirikan pada tahun 1982. Wilayah kerjanya meliputi Bendul Merisi, Sidoserma, dan Margorejo. The Sidoserma. Puskesmas Pratama Sidoserma memiliki beberapa program terkait pemberian ASI eksklusif antara lain Kelas "Ayah Hebat", Kampung ASI, dan Taman Gizi BGM yang rutin diselenggarakan setiap 3 bulan setiap tahunnya. Puskesmas Primer ini juga memiliki 2 Puskesmas Penunjang dan 3 pos kesehatan kecamatan. Kegiatan yang dilakukan di puskesmas ini berupa berbagi informasi tentang menyusui (apa itu menyusui, pentingnya menyusui, cara menyusui), kunjungan rumah jika ditemukan masalah seperti puting lecet, kurang percaya diri, dan dukungan untuk ibu yang bekerja. Persepsi risiko mempengaruhi niat untuk melakukan perubahan perilaku sesuai dengan teori HAPA. Effect of Outcome Expectancies on the Intention of Exclusive Breast feeding Outcome expectancies are the individual's personal beliefs about the results they will get if they take a certain action. Berdasarkan nilai signifikan pada tabel 6,  $0,004 < \alpha (0,05)$ . Hasil perhitungan dari penggunaan uji regresi logistik menunjukkan bahwa hasilnya signifikan, yang berarti bahwa terdapat pengaruh ekspektasi hasil terhadap niat pemberian ASI eksklusif. Exp (B) atau rasio odds yang menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat hasil ekspektasi "tinggi" adalah 28,8 kali lebih mungkin untuk memberikan ASI eksklusif daripada mereka yang memiliki tingkat hasil ekspektasi "rendah".

Penelitian yang dilakukan Alifani, F.F. Sandra, F. (2018) ini adalah studi observasional dengan desain studi cross-sectional. Dalam studi cross-sectional, peneliti mengukur hasil dan paparan dalam penelitian pada saat yang sama. Peserta

dalam studi cross-sectional dipilih berdasarkan kriteria eksklusi dan inklusi yang ditetapkan. Desain studi cross-sectional digunakan untuk survei berbasis populasi dan untuk menilai prevalensi sampel dalam pendekatan titik waktu. Penelitian ini biasanya dapat dilakukan relatif lebih cepat dan murah. Ini memberikan informasi tentang prevalensi hasil dan paparan dan informasi ini dapat berguna untuk desain studi lainnya. Selanjutnya, penelitian ini dapat membantu memperkirakan rasio odds untuk mempelajari hubungan antara paparan dan hasil dan didapatkan hasil. Peserta penelitian ini adalah 122 ibu yang menyusui secara eksklusif selama enam bulan di Kecamatan Cipayung, Depok, Indonesia. Semua peserta tidak memiliki penyakit kronis seperti kanker dan HIV/AIDS. Menyadari manfaat kesehatan penting dari menyusui berdasarkan bukti sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk memeriksa karakteristik sosiodemografi dan menentukan faktor terkait pengetahuan ibu di antara ibu menyusui eksklusif enam bulan. Mayoritas ibu memiliki pengetahuan tentang ASI eksklusif. Di Nigeria, sebuah penelitian melaporkan 95,3% ibu telah mendengar tentang ASI eksklusif dan 82% dari mereka dapat mendefinisikan dengan benar tentang ASI eksklusif. Ini kontras dengan penelitian serupa di Nigeria yang melaporkan pengetahuan rendah tentang ASI eksklusif hanya 30% (n=179) dari ibu yang mendapat informasi yang memadai. Penelitian ini menyelidiki hubungan antara karakteristik sosiodemografis dan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. Ada lima karakteristik sebagai faktor: usia ibu, tingkat pendidikan, status pekerjaan, status sosial ekonomi, dan jumlah anak. Sepengetahuan kami, belum ada penelitian sebelumnya yang meneliti pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif di Kecamatan Cipayung, Depok. Temuan kami menunjukkan bahwa faktor sosiodemografi memainkan peran penting pada tingkat pengetahuan tentang ASI eksklusif. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat pengetahuan tentang ASI eksklusif pada 122 ibu yang menyelesaikan ASI eksklusif selama enam bulan di Kecamatan Cipayung, Depok. Pengetahuan ibu telah

dibagi menjadi dua kategori, rendah dan tinggi. Sekitar 60,7% (n=74/122) ibu memiliki pengetahuan ibu yang tinggi, jika tidak, 39,3% ibu (n=48/122) memiliki pengetahuan ibu yang rendah tentang pemberian ASI eksklusif. Ibu yang menyusui anaknya sebagian besar berusia 20-35 tahun (80,3%) yang berada pada periode terbaik tahap reproduksi wanita. Menurut hasil tabulasi silang, tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan pengetahuan tentang ASI eksklusif (nilai  $p = 1.000$ ; CI 95%=0,362- 2,278). Lebih dari setengah (54,9%) telah menyelesaikan tingkat pendidikan lanjutan/SHS dan beberapa ibu yang menyelesaikan jenjang pendidikan tersier/universitas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berhubungan signifikan dengan pengetahuan tentang ASI eksklusif ( $p$  value=0,010; ATAU=2.851; CI 95% = 1.342-6.056). Hubungan antara dua variabel diukur dengan nilai OR sebesar 2,851, artinya ibu ASI eksklusif dengan tingkat pendidikan rendah (di bawah tingkat lanjutan/SHS) lebih berisiko 2,85 kali lebih tinggi untuk memiliki pengetahuan tentang ASI eksklusif yang rendah dibandingkan dengan mereka dengan tingkat pendidikan tinggi (tingkat lanjutan/SHS ke atas). Pendidikan adalah proses mengubah sikap dan perilaku manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Pendidikan tinggi akan membuat seseorang dapat menerima dan memahami informasi dengan cepat, mempengaruhi pengetahuan individu. Oleh karena itu, tingkat pendidikan ibu terkait dengan pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif. Berdasarkan status pekerjaan sebagai salah satu karakteristik sosiodemografis, hampir semua ibu menyusui eksklusif (91%) tidak bekerja dan sebagian besar (60,4%) memiliki pengetahuan yang lebih tinggi. Hasil tabulasi silang pada penelitian ini menunjukkan bahwa asosiasi tersebut tidak signifikan ( $p$  value=1,000). Faktor lain seperti status sosial ekonomi yang menemukan bahwa kurang dari setengah ibu yang memiliki status sosial ekonomi tinggi (22,1%). Hubungan status sosial ekonomi dengan pengetahuan tentang ASI eksklusif telah ditunjukkan dalam penelitian

ini dan hasilnya tidak berhubungan signifikan (nilai  $p = 0,343$ ; ATAU=1.727; CI 95%=0,688-4,339) tetapi status sosial ekonomi yang baik meningkat hampir 2 kali lipat kemungkinan memiliki pengetahuan yang tinggi dibandingkan dengan status sosial ekonomi yang rendah.

Penelitian yang dilakukan Ani T Prianti, Rahayu Eryanti. K, R. (2020) didapatkan ASI merupakan susu yang diproduksi oleh manusia untuk bayi yang belum bisa mencerna berupa makanan padat. Pada penelitian Maternal and Child Nutrition di bulan Januari tahun 2020 melaporkan bahwa dari 423 ibu yang melahirkan dijumpai 16% yang menghentikan pemberian ASI pada usia anak 3 minggu setelah kelahiran akibat kurangnya ASI. Buah kurma memiliki kandungan protein, zat besi, glukosa, serat, vitamin, niasin, biotin, asam folat, kalsium, kalium dan sodium. Jenis penelitian yang digunakan adalah Quasi Experiment dan desain dari penelitian ini menggunakan Non Equivalent Kontrol Group Design. Subjek pada penelitian ini adalah pasien post partum atau ibu menyusui di Praktek dr. Aidil Akbar Sp. OG. Jumlah sampel sebanyak 30 orang yang di bagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Analisis data menggunakan uji Shapiro-Wilk, Levene test, Independent T test dan uji dependent sample T test. Jumlah ASI sebelum diberikan sari kurma pada ibu menyusui pada kelompok intervensi memiliki rata-rata 66,33. Sedangkan kelompok kontrol memiliki rata-rata 45,40. Hari ke 5 rata-rata pada kelompok intervensi naik menjadi 81,33, sedangkan kelompok kontrol naik menjadi 56,33. Pada hari ke 10 rata-rata pada kelompok intervensi naik menjadi 96,73, sedangkan kelompok kontrol naik menjadi 67,67. Hasil uji Levene's test pada penelitian ini menunjukkan pada hari kelima (post 1) dengan  $p$  value  $0,025 < 0,05$  dan hari kesepuluh (post 2) dengan  $p$  value  $0,012 < 0,05$  yang berarti bahwa  $H_0$  diterima. Didapatkan bahwa sari kurma efektif dalam meningkatkan volume ASI. Dari hasil distribusi sampel berdasarkan karakter sampel pada kelompok intervensi, terdiri dari umur, jenis kelamin bayi, dan

anak ke berapa. Dari distribusi data, umur terbanyak adalah 24-30 tahun dengan sampel 13 (86,7%), jenis kelamin bayi terbanyak adalah perempuan dengan jumlah sampel 9 (60%), dan anak ke 1 merupakan yang terbanyak dengan jumlah sampel 8 (53,3).

Penelitian yang dilakukan Choiriyah M, at.all (2015) didapatkan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) menjadi salah satu penyebab tingginya angka kematian bayi di dunia. Setiap tahun sekitar 20 juta BBLR lahir di dunia dan 96,5% berada di negara berkembang termasuk Indonesia. Di Indonesia, kelahiran BBLR mencapai 10,2% pada tahun 2013. Provinsi Jawa Timur memiliki persentase kelahiran BBLR tertinggi di pulau Jawa sebesar 11,2%. Penyebab kelahiran bayi BBLR sebagian besar karena kelahiran prematur (67%) dan kecil masa kehamilan (KMK) (33%). Bayi prematur memiliki organ dalam yang belum sempurna perkembangannya. Bayi prematur yang disertai BBLR akan sangat rentan terhadap masalah kesehatan yang berakibat kesakitan dan kematian World Health Organization tahun 2003 telah merekomendasikan menyusui sebagai salah satu penanganan BBLR. Namun, ibu yang memiliki bayi BBLR mengalami kesulitan di awal persalinan. Selain itu, menyusui di Indonesia juga dipengaruhi oleh sosial dan budaya yang dipercayai sehingga memengaruhi keputusan ibu untuk memilih tetap menyusui atau tidak sama sekali di periode awal postpartum. Tujuan penelitian ini untuk mengeksplorasi makna pengalaman ibu untuk tetap menyusui bayi dengan BBLR. Penelitian kualitatif ini dengan pendekatan fenomenologi. Tujuh orang partisipan adalah ibu yang pernah menyusui bayi BBLR. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam semiterstruktur, observasi, dan data sekunder pada bulan Mei – Juni 2015. Analisis data menggunakan metode Colaizzi tahun 1978. Ditemukan empat tema, yaitu pengenalan menyusui sejak dini untuk bayi BBLR, pemberian makanan pendamping air susu ibu dini sebagai alternatif dalam mengatasi kesulitan menyusui, tradisi yang dipercayai, dan

lingkungan sosial memengaruhi dukungan bagi ibu menyusui serta menerima menyusui sebagai bagian dari kodrat seorang perempuan. Menyusui bayi BBLR memiliki tingkat kesulitan yang tinggi serta adanya tradisi yang dipercayai keluarga dan pengaruh lingkungan sosial sangat memengaruhi dukungan yang diberikan kepada ibu dalam menyusui. Hasil penelitian ini, salah satu partisipan mengatakan bahwa tidak terdapat pantangan makanan-minuman dan perilaku dari keluarga. Hal itu karena dari pengalaman ibu kandung sebelumnya selama menyusui partisipan, juga tidak pernah ada larangan makanan-minuman, perilaku/ritual di keluarga (dari nenek partisipan). Salah satu partisipan lainnya mengatakan bahwa ibu mertuanya adalah seorang mantan perawat di ruang bayi sehingga tidak mempercayai mitos-mitos terkait menyusui. Pengalaman keluarga sebelumnya akan memengaruhi cara seorang ibu menyusui menyikapi mitos/tradisi yang diturunkan. Hal tersebut sesuai dengan penelitian ini, kedua partisipan merupakan partisipan yang tetap menyusui bayinya. Ibu dan anggota keluarga harus berperan aktif dalam mencari kebenaran tradisi tersebut terdapat justifikasi ilmiah sehingga praktik tersebut tidak merugikan bayi dan ibu.

Penelitian yang dilakukan Fikawati, S.S. Mardatillah. (2017) didapatkan target pencapaian ASI eksklusif 6 bulan pertama kehidupan di Indonesia tetap menjadi tantangan. Studi menunjukkan hubungan antara asupan kalori ibu menyusui dan keberhasilan dalam 6 bulan menyusui eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan kalori yang dikonsumsi antara ibu yang berhasil dalam 6 bulan menyusui eksklusif dan mereka yang tidak dan untuk menyelidiki efek dari berbagai jenis suplementasi. Metode: Tiga kelompok ibu menyusui (n=201) yang dipilih dari daftar kader diikuti selama 6 bulan antara Juni 2015–Juli 2016. Kelompok pertama adalah kontrol, kelompok kedua menerima susu (140 kkal/hari), dan kelompok ketiga menerima susu dan telur (220 kkal/hari). Semua suplementasi makanan diberikan lima hari seminggu selama ibu menyusui

bayi secara eksklusif. Kader menyediakan suplemen ibu dan memastikan konsumsi lengkap. Setiap bulan, semua kelompok diamati dan diukur berdasarkan status menyusui, antropometri, dan konsumsi makanan. Hasil: Untuk semua kelompok, asupan kalori mereka yang berhasil menyusui eksklusif secara signifikan ( $p$ -value < 0,05) lebih tinggi daripada mereka yang gagal. Asupan kalori ibu menyusui merupakan faktor paling dominan (OR=5,6) untuk keberhasilan 6 bulan menyusui eksklusif. Kelompok suplementasi susu memiliki asupan kalori tertinggi dan persentase tertinggi ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan. Suplementasi kalori ditemukan sebagai faktor penting dalam keberhasilan mencapai 6 bulan ASI eksklusif. Dalam penelitian ini, suplementasi susu lebih efektif daripada suplementasi susu dan telur.

Penelitian yang dilakukan Hagger, M. S., & Luszczyńska, A. (2014) didapatkan tujuan dari makalah ini adalah untuk memberikan gambaran literatur tentang dua teknik intervensi perencanaan dalam penelitian perilaku kesehatan, niat implementasi dan perencanaan tindakan, dan untuk mengembangkan rekomendasi berbasis bukti untuk intervensi masa depan yang efektif dan menyoroti area prioritas untuk penelitian di masa depan. Kami memfokuskan tinjauan kami pada empat bidang utama: (1) definisi dan konseptualisasi; (2) format dan pengukuran; (3) mekanisme dan proses; dan (4) masalah desain. Secara keseluruhan, bukti mendukung efektivitas perencanaan intervensi dalam perilaku kesehatan dengan keuntungan termasuk biaya rendah dan beban respons. Namun, ada heterogenitas yang cukup besar dalam efek di seluruh penelitian dan relatif sedikit uji coba acak terdaftar yang mencakup ukuran perilaku objektif. Intervensi perencanaan yang efektif secara optimal harus mengadopsi rencana 'jika-maka', memperhitungkan isyarat yang menonjol dan relevan, menyertakan contoh isyarat, dipandu daripada ditentukan pengguna, dan menyertakan booster. Studi di masa depan harus mengadopsi desain terkontrol

acak, melaporkan protokol studi, menyertakan pemeriksaan kesetiaan dan kelompok perbandingan yang relevan, dan mengadopsi tindakan tindak lanjut perilaku jangka panjang. Bidang prioritas untuk penelitian di masa depan termasuk identifikasi moderator dan mediator perencanaan efek intervensi. Penelitian di masa depan juga perlu mengadopsi komponen 'praktik terbaik' dari intervensi perencanaan secara lebih konsisten untuk menjelaskan mekanisme dan proses yang terlibat.

Penelitian yang dilakukan Hidana, R. (2018) didapatkan Ibu menyusui memerlukan tambahan makanan untuk meningkatkan produksi ASI sehingga dapat membantu meningkatkan berat badan bayi. Kurma merupakan salah satu buah dengan gizi lengkap yang dapat diberikan untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu menyusui serta berfungsi sebagai galactogogues. Tujuan penelitian ini menganalisis pengaruh pemberian sari kurma (*Phoenix dactylifera* L) pada ibu menyusui eksklusif terhadap status gizi bayi usia 0-5 bulan dibandingkan dengan suplemen lain yang bernilai gizi sama. Metode penelitian menggunakan pre-post test control group design. Penelitian diawali skrining terhadap ibu yang melakukan ASI eksklusif di Puskesmas Srandol Kulon, Ngesrep dan Padangsari yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian dibagi dua subjek yakni 28 ibu menyusui eksklusif yang diberikan susu kental manis (SKM) sebanyak 40 gram dan 28 ibu menyusui eksklusif yang diberikan sari kurma sebanyak 45 gram selama 4 minggu. Berdasarkan lokasi. Analisis menggunakan independent t test, paired t test, general linear model. Hasil penelitian didapatkan rerata asupan energi dan protein kelompok SKM lebih tinggi dibandingkan kelompok sari kurma masing-masing  $2.440 \pm 106,67$  Kalori vs  $2.426 \pm 141,77$  kalori dan  $50,00 \pm 3,23$  gram vs  $49,78 \pm 4,63$  gram. Pada kelompok Sari kurma Skor z bayi BB/U sebelum perlakuan adalah  $-0,29 \pm 0,99$  dan sesudah perlakuan mengalami peningkatan menjadi  $0,22 \pm 0,84$  ( $p = 0,001$ ). Sedangkan pada kelompok SKM skor z sebelum perlakuan adalah -

0,63±1,17 dan sesudah perlakuan mengalami penurunan menjadi -0,78±1,26 ( $p = 0,247$ ). Kesimpulannya Sari kurma pada ibu menyusui eksklusif dapat meningkatkan skor z BB/U bayi. Rerata status gizi (BB/U) pada bayi sebelum ibu diberikan sari kurma adalah -0,29 dan sesudah pemberian sari kurma adalah 0,22 sedangkan gambaran rerata status gizi (BB/U) pada bayi sebelum ibu diberikan susu kental manis adalah -0,63 dan sesudah pemberian sari kurma adalah -0,78. Hasil uji paired t- test pada kelompok susu kental manis dan kelompok sari kurma diperoleh bahwa status gizi berdasarkan skor z BB/U sebelum intervensi (pre test) dengan sesudah intervensi (post test) menunjukkan nilai p masing- masing  $p = 0,277$  dan  $p = 0,001$ . Hasil ini dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna status gizi berdasarkan skor z BB/U pada pengukuran awal dan akhir intervensi pada kelompok sari kurma.

Penelitian yang dilakukan Mahadewi, E. P., & Heryana, A. (2020) didapatkan hasil berdasarkan data UNICEF dan juga data WHO pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi lebih dari 88%. Cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif sebesar 61,33%, persentase tertinggi terdapat pada Nusa Tenggara Barat (87,35%) dan persentase terendah terdapat di Papua (15,32%). ASI eksklusif diberikan saat bayi mulai dilahirkan sampai pada usia 6 bulan. Di Indonesia terdapat 31,36% dari 37,94% anak yang sakit dikarenakan tidak dapat menerima ASI eksklusif. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan, pekerjaan dan dukungan keluarga dengan perilaku pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Bekasi. Penelitian menggunakan pendekatan cross sectional, dengan besar sampel sebanyak 130 responden. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling, dan analisis data menggunakan uji chi-square yang dilakukan pada bulan Juli 2019 sampai April 2020. Hasil penelitian terdapat 96 (73,8%) ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif dan 34

responden (26,2%) yang telah memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ( $p = 0,000$  dan  $PR = 1,588$ ), pekerjaan ( $p = 0,000$  dan  $PR = 1,995$ ) dan dukungan keluarga ( $p = 0,001$  dan  $PR = 1,514$ ) dengan perilaku pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kota Bekasi. Disimpulkan bahwa pengetahuan, pekerjaan, dan dukungan keluarga berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif. Disarankan untuk petugas kesehatan membuat inovasi dan program baru untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif, dan pada tingkat keluarga kiranya memberikan dukungan terhadap pemberian ASI eksklusif. proporsi tertinggi pada responden yang memiliki pengetahuan kurang adalah responden yang tidak memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 55 responden dengan persentase 88,7% dan proporsi yang tertinggi pada responden yang memiliki pengetahuan baik adalah responden yang tidak memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 36 responden dengan persentase 52,9%. Proporsi tertinggi pada responden yang bekerja adalah responden yang tidak memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 59 responden dengan persentase 93,7% dan proporsi yang tertinggi pada responden yang tidak bekerja adalah responden yang memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 37 responden dengan persentase 55,3%. Analisis bivariat menunjukkan nilai p value = 0,000 dengan nilai  $\alpha = 0,05$  dan derajat kepercayaan CI 95% 1,995 (1,530-2,601). Jadi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pekerjaan dengan perilaku pemberian ASI eksklusif. Sementara nilai PR (Prevalence Ratio) variabel pekerjaan sebesar 1,995 (1,530-2,601) yang berarti responden yang bekerja 1,995 kali tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dibandingkan dengan responden yang tidak bekerja.

Penelitian yang dilakukan Putu, N., et al. (2020), ASI eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan pertama masa kehidupan bayi tanpa asupan makanan ataupun minuman lain kecuali vitamin, obat dan oralit. ASI berfungsi sebagai antibodi

pemenuhan asupan nutrisi bayi dan menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi. Ibu yang bekerja cenderung menjadi penyebab kegagalan untuk memberikan ASI eksklusif. Ibu terpaksa menghentikan penyusuan bayi dan menggantikan dengan susu formula karena jarak tempat kerja yang jauh dari rumah dan tidak tersedia fasilitas bagi ibu untuk menyusui bayinya seperti menyediakan pojok laktasi atau memberikan waktu istirahat untuk memerah ASI. Salah satu pekerjaan yang memiliki beban kerja tinggi yaitu tenaga kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku pemberian ASI eksklusif pada wanita tenaga kesehatan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional dengan metode pendekatan deskriptif cross sectional menggunakan teknik simple random sampling. Penelitian dan pengambilan sampel dilakukan di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah pada 97 responden pada periode Juni-November 2018. Penelitian ini menggunakan data primer, yaitu dengan kuisioner pengukuran dilakukan secara simultan, satu kali dalam satu waktu tanpa dilakukan follow up. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 61,9% pekerja tenaga kesehatan wanita memberikan ASI eksklusif untuk anaknya dimana hasil tertinggi ditunjukkan pada karakteristik usia 24-30 tahun (70,3%), tingkat pendidikan sarjana (69%) dan bekerja sebagai tenaga kesehatan paramedis (62,7%) dengan lama jam kerja kurang dari delapan jam (62,3%). Faktor dukungan pada penelitian ini hasil menunjukkan bahwa hampir seluruh ibu tenaga pekerja tenaga kesehatan yang memberikan ASI eksklusif mendapatkan dukungan suami yaitu sebesar 61,6%, selain suami ibu yang memberikan ASI eksklusif juga memperoleh dukungan dari keluarga terdekat yaitu hasil tertinggi ditunjukkan oleh ibu yang mendapatkan dukungan orang tua sebesar 58,3%. Dimana jenis dukungan yang paling banyak diberikan oleh suami yaitu menemani ibu memberikan ASI eksklusif (70,8%), sedangkan jenis dukungan yang paling banyak diberikan oleh keluarga dan kerabat terdekat yaitu dukungan

emosional. Hasil ini berbeda dengan penelitian Astuti yang menunjukkan nilai sebesar 24,6% ibu yang memberikan ASI eksklusif memperoleh dukungan suami, dan sebesar 29,7% ibu mendapat dukungan dari orang tua. Perbedaan dalam hasil dukungan suami dan orang tua pada penelitian ini diduga karena perbedaan lokasi dari penelitian dan populasi sampel yang diteliti yang menyebabkan adanya perbedaan budaya yang mempengaruhi pemberian dukungan dari berbagai pihak terhadap ibu. Perilaku ibu terhadap pemberian ASI dipengaruhi oleh dukungan orang terdekatnya dalam memberikan ASI seperti dukungan suami, keluarga maupun orang tua. Ibu membutuhkan perhatian dan dukungan karena proses melahirkan merupakan proses biologis yang berat bagi ibu. Periode post partum diperkirakan memberikan beban psikologis kepada ibu sehingga apabila ia tidak mendapatkan dukungan dari orang terdekatnya maka sikap dan perilakunya terhadap pemberian ASI juga akan terganggu. Studi yang dilakukan oleh Boateng menunjukkan bahwa pengaruh sosial dapat mempengaruhi sikap ibu terhadap ASI. Ketika komunitas dimana ibu tersebut tinggal mendukung praktik ASI, mereka juga akan memiliki sikap yang baik terhadap ASI. Dukungan dari pasangan, keluarga dan pemberi layanan kesehatan juga memotivasi ibu untuk mempunyai sikap baik terhadap pemberian ASI Eksklusif. Ibu sangat sensitif terhadap hal kecil di sekitarnya. Pasangan yang menemani ibu dalam memberikan ASI sambil memberikan senyuman hangat dapat menciptakan suasana yang baik untuk ibu dan menghilangkan kebingungan dan ketakutan ibu dalam menyusui anaknya. Pada penelitian ini diperoleh bahwa ibu yang mempunyai sikap baik terhadap pemberian ASI eksklusif sebesar 72,9%, sedangkan ibu yang mempunyai sikap buruk terhadap pemberian ASI eksklusif sebesar 44,7%. Dibandingkan dengan hasil penelitian Wowor yang menunjukkan hasil yang berbeda yaitu ibu dengan sikap baik terhadap pemberian ASI eksklusif sebesar 10,5% dan ibu dengan sikap kurang terhadap pemberian ASI eksklusif sebesar 52,6%. Hal ini

menunjukkan bahwa tingkat pemahaman sampel terhadap pemberian ASI eksklusif sudah sangat baik daripada penelitian sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan Agung, A.S. Shirmarti, R.D. 2021 ASI eksklusif dapat mendorong tumbuh kembang yang optimal, terutama pada masa kritis anak yang berlangsung dari saat bayi lahir hingga usia 2 tahun. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis fase motivasi teori Health Action Process Approach (HAPA) dengan maksud pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Pusat Kesehatan Primer Sidosermo. Penelitian ini merupakan penelitian cross-sectional kuantitatif dengan desain penelitian observasional. Teknik pengambilan sampel dilakukan melalui teknik systematic random sampling dengan total sampel sebanyak 32 orang. Studi menunjukkan bahwa persepsi risiko memiliki pengaruh yang signifikan terhadap niat pemberian ASI eksklusif dengan nilai signifikansi  $0,014 < \alpha (0,05)$  dan rasio odds 0,101. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang memiliki persepsi yang benar tentang pemberian ASI eksklusif 0,101 kali lebih mungkin untuk memberi makan secara eksklusif kepada anak mereka daripada responden yang memiliki persepsi yang salah. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap niat pemberian ASI eksklusif, dengan nilai signifikansi  $0,006 < \alpha (0,05)$ . Responden yang merasa bahwa mereka

dapat memberikan ASI eksklusif 17 kali lebih mungkin untuk memberikan ASI eksklusif daripada mereka yang merasa kurang mampu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara ekspektasi hasil dengan niat pemberian ASI eksklusif dengan nilai signifikansi  $0,004 < \alpha (0,05)$  dan rasio odds 28,8. Artinya, responden yang memiliki ekspektasi tinggi memiliki niat untuk memberikan ASI eksklusif 28,8 kali lebih banyak dibandingkan responden yang memiliki ekspektasi rendah. Pusat Kesehatan Primer Sidosermo di Surabaya didirikan pada tahun 1982. Wilayah kerjanya meliputi Bendul Merisi, Sidosermo, dan Margorejo. Sidosermo Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa mayoritas responden bekerja sebagai pegawai swasta sebesar 50% tersebar di seluruh wilayah. Puskesmas Pratama Sidosermo memiliki beberapa program terkait pemberian ASI eksklusif antara lain Kelas "Ayah Hebat", Kampung ASI, dan Taman Gizi BGM yang rutin diselenggarakan setiap 3 bulan setiap tahunnya. Puskesmas Primer ini juga memiliki 2 Puskesmas Penunjang dan 3 pos kesehatan kecamatan. Kegiatan yang dilakukan di puskesmas ini berupa berbagi informasi tentang menyusui (apa itu menyusui, pentingnya menyusui, cara menyusui), kunjungan rumah jika ditemukan masalah seperti puting lecet, kurang percaya diri, dan dukungan untuk ibu yang bekerja.

**Tabel 1. Systematic Literature Review: Hubungan Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Bekerja Dengan Pendekatan Hapa (Health Action Process Approach)**

Sitasi	Negara	Pertanyaan penelitian/ Hipotesis	Variabel Independen dan Pengukuran	Variabel Dependent dan Pengukuran	Jumlah Sampel	Hasil	Kelebihan	Kelemahan, Batasan dan Bias
Ismar, E. F., <i>et al</i> , (2022)	Indonesia	Untuk mengetahui efek dari teknik HAPA ( <i>Health Action</i> )	Pengetahuan yang diberikan pada ibu menggunakan	Teknik HAPA ( <i>Health Action</i> Proses	Populasi pada penelitian ini adalah ibu yang memiliki	Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri,	- Jenis instrumen yang digunakan dalam	- Jumlah sampel yang kecil - Tidak adanya follow up

eksklusif dengan teknik HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> )	<i>Process Approach</i> ) terhadap pemberian asi eksklusif yang dilakukan ibu pekerja	teknik HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> ) dimana ibu menyimpan asi sebanyak - banyaknya agar dapat diberikan pada bayinya saat bekerja	<i>Approach</i> )	bayi usia 7–12 bulan dengan sampel sebanyak 130 responden	ekspektasi hasil, persepsi risiko, perencanaan, pengaruh niat, pemeliharaan, dan strategi perencanaan untuk mengatasi hambatan berpengaruh signifikan terhadap praktik menyusui ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara yang dibuktikan dengan nilai <i>p</i> masing-masing variabel 0,000 <0,05	teknik pemberian HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> ) - Memiliki kriteria inklusi yang jelas	jangka panjang setelah intervensi - Responden yang sibuk bekerja - Tidak ada follow up	
Alifani, F.F. Sandra, F. (2018)	Indonesia	Untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan ibu dalam pemberian asi eksklusif	Pengetahuan yang diberikan pada ibu dalam menyusui	Edukasi	122 ibu dengan menyusui eksklusif enam bulan. Para peserta diseleksi melalui purposive sampling di Kecamatan Cipayung pada tahun 2017.	Hanya 80% ibu yang menyusui secara eksklusif selama enam bulan. Lebih dari setengah ibu (59%) memiliki tingkat pendidikan tinggi, maju dan tersier. Sebagian besar ibu (91%) menganggur. Kira-kira	- Kriteria inklusi yang jelas - Banyaknya sampel yang digunakan - Teknik yang tidak rumit	- Pendidikan ibu menyusui - Kesulitan dalam seleksi sampel

22.1% ibu memiliki status sosial ekonomi yang tinggi. 82% ibu yang memiliki anak lebih dari satu. Ibu menyusui eksklusif enam bulan yang memiliki tingkat pendidikan tinggi lebih mungkin memiliki pengetahuan yang tinggi daripada mereka yang memiliki tingkat pendidikan rendah ( $p=0,010$ ;  $ATAU=2,85$ ;  $CI95\%=1.34-6.06$ ). Ibu yang memiliki tingkat pendidikan rendah berisiko 2,85 kali lebih tinggi untuk memiliki pengetahuan ibu yang rendah tentang ASI eksklusif dibanding

---

Ani T Prianti, Rahayu Eryanti. K, R. (2020)	Indonesia	Untuk mengetahui efek dari pemberian kurma terhadap penambahan asi eksklusif yang diberikan pada bayi	Mirror Terapi : latihan menyusui dan cara pemberian kurma	Pemberian kurma	Penelitian dibagi dua subjek yakni 28 ibu menyusui eksklusif yang diberikan susu kental manis (SKM) sebanyak 40 gram dan 28 ibu menyusui eksklusif yang diberikan sari kurma sebanyak 45 gram selama 4 minggu	Hasil penelitian didapatkan rerata asupan energi dan protein kelompok SKM lebih tinggi dibandingkan kelompok sari kurma masing-masing $2.440 \pm 106,67$ Kalori vs $2.426 \pm 141,77$ kalori dan $50,00 \pm 3,23$ gram vs $49,78 \pm 4,63$ gram. Pada kelompok Sari kurma Skor z bayi BB/U sebelum perlakuan adalah $-0,29 \pm 0,99$ dan sesudah perlakuan mengalami peningkatan menjadi $0,22 \pm 0,84$ ( $p = 0,001$ )	- Kriteria inklusi jelas - Waktu penelitian yang lama - Jumlah sampel yang banyak	- Tingkat pengetahuan ibu - Tidak ada follow up
Choiriyah M, <i>et.al</i> (2015)	Indonesia	Untuk mengetahui pengaruh	Mirror terapi mengajarkan teknik	Instrumen: Wawancara	Ibu primipara yang pernah	Pemberian makanan pendampi	- Kriteria inklusi jelas	- Tidak adanya pembuktian secara

Pengaruh lingkungan terhadap ibu menyusui	lingkungan terhadap produksi ASI ibu menyusui	relaksasi pada ibu	cara melahirkan dalam semesters, observasi, dan data sekunder dan edukasi	melahirkan bayi dengan BBLR di Rumah Sakit Dr. Saiful Anwar Malang pernah memberikan ASI, tinggal di wilayah kota Malang, dan suku Jawa	ng ASI dini sebagai alternatif dalam mengatasi kesulitan menyusui, tradisi yang dipercayai, dan lingkungan sosial memengaruhi dukungan bagi ibu menyusui serta menerima menyusui sebagai bagian dari kodrat seorang perempuan.	- Waktu penelitian yang lama	neuro imaging secara langsung setelah terapi - Follow up yang kurang lama untuk mengkaji kualitas hidup responden setelah dilakukan terapi - Responden yang tidak jelas jumlahnya
Fikawati, S.S. Mardatih. (2017) Pengaruh ASI eksklusif	Indonesia	Teknik laktasi dapat memperbanyak pengeluaran ASI dan membantu ibu pekerja dalam proses pengeluaran ASI	Perbanyak ASI	Mirror terapi laktasi	Tiga kelompok ibu menyusui Untuk semua kelompok, asupan kalori mereka yang berhasil menyusui eksklusif secara signifikan (nilai-p < 0,05) lebih tinggi daripada mereka yang gagal. Asupan kalori ibu menyusui merupakan faktor paling dominan (OR=5,6).	Penerapan laktasi memperbanyak ASI sehingga ibu tidak perlu khawatir bayi kekurangan ASI	Penelitian ini tidak memaparkan kriteria inklusi yang sangat jelas

Hagger, M. S., & Luszczyńska, A. (2014)	Australia	Mirror terapi dapat meningkatkan fungsi HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> ) terhadap ibu menyusui	Peningkatan ASI	Terapi individu	30 responden	Intervensi perencanaan yang efektif secara optimal harus mengadopsi rencana 'jika-maka', memperhatikan isyarat yang menonjol dan relevan, menyertakan contoh isyarat, dipandu daripada ditentukan pengguna, dan menyertakan booster.	Pada penelitian ini perawat-an dilakukan di rumah sehingga bisa dilakukan untuk jangka waktu lama dan cocok	Penelitian ini tidak signifikan ketika digunakan pada dengan kriteria inklusi
Hidana, R. (2018)	Indonesia	Manakah diantara mirror terapi individu dan atau mirror terapi grup yang lebih efektif untuk meningkatkan ASI	- Pemberian kurma - Teknik HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> )	Mirror terapi individu & mirror terapi grup	28 responden	Didapatkan rerata asupan energi dan protein kelompok SKM lebih tinggi dibandingkan kelompok sari kurma masing-masing 2.440±106,67 Kalori vs 2.426±141,77 kalori dan 50,00±3,23 gram vs 49,78±4,63 gram	Pada penelitian ini aspek yang dinilai lebih banyak dibandingkan penelitian sebelumnya	Sampel yang digunakan pada penelitian ini terlalu sedikit yaitu 28 responden

Mahadewi, E. P., & Heryana, A. (2020)	Indonesia	Untuk mengetahui pengaruh pemberian ASI eksklusif bagi bayi	Kelompok perlakuan : Responden 96 (73,8%) ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif dan 34 responden (26,2%) yang telah memberikan ASI eksklusif	Kemampuan dalam pemberian asi eksklusif	130 responden	Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan (p = 0,000 dan PR = 1,588), pekerjaan (p = 0,000 dan PR = 1,995) dan dukungan keluarga (p = 0,001 dan PR = 1,514) dengan perilaku pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kota Bekasi	Memiliki kriteria inklusi yang jelas dengan sampel yang banyak	Penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol sehingga tidak diketahui antara yang dapat perlakuan dan yang tidak dilakukan perlakuan
Putu, N., <i>et.al</i> (2020)	Indonesia	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kendala pekerja dalam memberikan ASI	Pemberian ASI eksklusif	Teknik HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> )	97 responden pada periode Juni-November 2018	Menunjukkan sebanyak 61,9% pekerja tenaga kesehatan wanita memberikan ASI eksklusif untuk anaknya dimana hasil tertinggi ditunjukkan pada karakteristik usia 24-30 tahun (70,3%), tingkat pendidikan sarjana (69%) dan bekerja	Memiliki kriteria inklusi yang jelas dengan menggunakan sample random	- Sample yang digunakan kecil - Generalisasi hasil yang kurang

Agung, A.S. Shirmarti, R.D. 2021	Indonesia	Untuk menggambar bagaimana cara kerja metode HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> ) terhadap pemberian ASI eksklusif	Pemberian ASI eksklusif bagi ibu pekerja	Metode HAPA ( <i>Health Action Process Approach</i> )	32 responden	sebagai tenaga kesehatan paramedis (62,7%) dengan lama jam kerja kurang dari delapan jam (62,3%) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara ekspektasi hasil dengan niat pemberian ASI eksklusif dengan nilai signifikansi $0,004 < \alpha (0,05)$ dan rasio odds 28,8	Memiliki kriteria inklusi yang jelas dengan menggunakan kelompok kontrol	- Untuk menggeneralisasi hasil ini untuk total responden yang sedikit - Waktu penelitian yang singkat
----------------------------------	-----------	--	--	---	--------------	--	--	--

## PEMBAHASAN

Efikasi diri ibu yang bekerja dalam memberikan ASI eksklusif di Kabupaten Batu Bara tergolong efikasi diri yang baik. Ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap praktik menyusui pada ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara, yang dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak lepas dari salah satu faktor, yaitu faktor psikologis ibu, keinginan dan keyakinan ibu untuk memberikan ASI eksklusif, yang disebut kalimat efikasi diri dalam menyusui. Hasil yang diharapkan pada praktik menyusui bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara memiliki pengaruh yang signifikan yang dibuktikan dengan p-value 0,000 ( $<0,05$ ). Orang tidak hanya perlu menyadari ancaman

kesehatan, tetapi mereka juga perlu tahu bagaimana mengatur perilaku mereka dengan memahami kemungkinan antara tindakan mereka dan hasil selanjutnya. Harapan akan hasil ini adalah keyakinan yang memengaruhi motivasi untuk berubah. Persepsi risiko praktik menyusui bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara memiliki pengaruh yang signifikan yang dibuktikan dengan p-value sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Jika seseorang sama sekali tidak menyadari sifat berisiko dari tindakannya, motivasi tidak akan berkembang. Biasanya orang menyadari beberapa tingkat risiko meskipun keakuratan persepsi mereka mungkin bias. Perencanaan praktik menyusui bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara memiliki efek yang signifikan yang

dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,000 (<0,05). Perencanaan berasal dari kata rencana, yang berarti desain atau kerangka sesuatu yang harus dilakukan.

Dari pemahaman sederhana ini, beberapa komponen penting dapat dijelaskan, yaitu tujuan (apa yang ingin anda capai), aktivitas (tindakan untuk mewujudkan tujuan), dan waktu (kapan kegiatan tersebut akan dilakukan). Apa pun yang direncanakan tentu saja adalah tindakan masa depan (untuk masa depan). Dengan demikian sebuah rencana dapat dipahami sebagai respons (reaksi) terhadap masa depan. Niat praktik menyusui di kalangan ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara memiliki pengaruh yang signifikan yang dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,000 (<0,05). Niat didefinisikan sebagai kemungkinan seseorang melakukan perilaku tertentu. Pemeliharaan praktik menyusui bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara berpengaruh signifikan yang dibuktikan dengan p-value sebesar 0,000 (<0,05).

Maintenance dapat didefinisikan sebagai kegiatan yang diperlukan untuk menjaga kualitas pemeliharaan, maintenance dalam penelitian ini adalah maintenance waktu dan pemberian ASI eksklusif yang harus dijaga agar ASI eksklusif akan diberikan kepada bayi tetap dapat berjalan lancar selama mungkin. proses menyusui bayi saat ibu bayi bekerja. Strategi perencanaan untuk mengatasi hambatan praktik menyusui bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara memiliki efek yang signifikan yang dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,000 (<0,05). Dalam strategi perencanaan, mayoritas responden menjawab bahwa tidak ada kendala ketika ibu ingin merencanakan pemberian ASI kepada bayinya dan untuk memaksimalkan pemberian ASI bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Baru Bara, rencananya adalah menyiapkan ASI sebelum ibu bekerja dengan memerah ASI terlebih dahulu dan kemudian menyimpan ASI pada suhu yang seharusnya, hal ini dilakukan untuk mengatasi jika ibu yang bekerja tidak memiliki waktu istirahat yang cukup untuk

memberikan ASI kepada bayinya (Fikawati, 2019).

Dari hasil uji bivariat, kita dapat melihat bahwa rata-rata dan standar deviasi variabel frekuensi dan durasi menyusui adalah  $0,88 \pm 0,715$ , dengan nilai p 0,988 yang berarti nilai p > 0,05 yang berarti tidak ada pengaruh antara frekuensi dan durasi menyusui terhadap praktik menyusui bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara. Pada frekuensi menyusui, rata-rata jawaban responden adalah memaksimalkan pemberian ASI untuk bayi dengan frekuensi minimal 2 kali sehari, dan ada juga beberapa responden yang menjawab bahwa mereka akan memaksimalkan pemberian ASI eksklusif untuk bayi dengan frekuensi lebih dari 2 kali sehari. Mengenai durasi ASI eksklusif bagi bayi berstatus ibu yang bekerja, responden menjawab akan berusaha untuk terus memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan dan bahkan beberapa responden menjawab akan memberikan ASI eksklusif kepada bayinya hingga usia 2 tahun. Dalam penelitian menggunakan pendekatan Health Action Process Approach (HAPA) untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif bagi ibu yang bekerja di Kabupaten Batu Bara rekomendasi terbaik yang harus dipertahankan oleh ibu menyusui yang bekerja adalah pemeliharaan, hal ini dikarenakan nilai rata-rata pemeliharaan tertinggi jika dibandingkan dengan dimensi lain dalam penelitian ini, nilai rata-rata adalah 10,66 dengan standar deviasi 2,664. Pemeliharaan dalam penelitian ini adalah pemeliharaan ASI waktu dan ASI eksklusif yang harus dijaga agar ASI eksklusif yang akan diberikan kepada bayi tetap terjaga dan dapat berjalan lancar selama proses menyusui bayi selama ibu bayi bekerja.

Penelitian yang dilakukan Ernawati, D., et al (2019) didapatkan kandungan zat besi baik di dalam ASI maupun susu formula keduanya rendah serta bervariasi, namun bayi yang mendapat ASI mempunyai risiko yang lebih kecil untuk mengalami kekurangan zat besi dibanding dengan bayi yang mendapat susu formula. Hal ini

disebabkan karena zat besi yang berasal dari ASI lebih mudah diserap, yaitu 20-50% dibandingkan hanya 4 -7% pada susu formula. Keadaan ini tidak perlu dikhawatirkan karena dengan pemberian makanan padat yang mengandung zat besi mulai usia 6 bulan masalah kekurangan zat besi ini dapat diatasi. Fe merupakan salah satu zat yang berperan dalam pertumbuhan bayi dan banyak masyarakat yang beranggapan bahwa status gizi pada ibu berpengaruh dalam komponen dalam ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besar kandungan Fe dalam ASI dengan metode Atomic Absorption Spectroscopy (AAS). Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah ASI pada ibu anemia ringan sebanyak 6 sampel, anemia sedang 6 sampel dan ibu yang tidak anemia 6 sampel, sehingga totalnya 18 sampel ASI. Hasil penelitian didapatkan tidak ada perbedaan yang signifikan kadar Fe dalam ASI ibu anemia ringan, sedang dan tidak anemia.

## KESIMPULAN

Ringkasan dari penelitian yang dilakukan review, menunjukkan efek yang positif dari Teknik HAPA (Health Action Process Approach) terhadap pemberian ASI eksklusif bagi ibu yang menyusui dan sedang bekerja. Tujuh dari sembilan penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa Teknik HAPA (Health Action Process Approach) dengan dibantu metode lain sangat berguna bagi kelancaran ASI. Dua dari sepuluh penelitian menunjukkan bahwa Teknik HAPA (Health Action Process Approach) juga bermanfaat dalam pemberian ASI eksklusif pada bayi ketika ibu sedang sibuk. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa Teknik HAPA (Health Action Process Approach) berpengaruh dalam waktu pemberian ASI karena bayi tidak harus menunggu ibu pulang untuk minum asi saat sedang haus. Dari sepuluh penelitian yang dilakukan review menunjukkan karakteristik responden sebagai berikut: melibatkan ibu yang sedang bekerja dan juga sedang proses menyusui, meskipun terdapat hasil penelitian yang diinginkan tetapi tidak

menutup kemungkinan bahwa metode HAPA (Health Action Process Approach) juga tidak efektif bagi ibu menyusui jika asi yang dihasilkan hanya sedikit.

## SARAN

### 1. Untuk Peneliti Selanjutnya:

- a. Lakukan penelitian lebih lanjut dengan desain eksperimental untuk mengevaluasi efektivitas pendekatan HAPA dalam konteks lokal.
- b. Kaji lebih dalam faktor-faktor budaya, sosial, dan kebijakan yang dapat memengaruhi keberhasilan pendekatan HAPA.

### 2. Untuk Praktisi Kesehatan:

- a. Implementasikan intervensi berbasis HAPA di fasilitas kesehatan, seperti pelatihan untuk ibu bekerja tentang perencanaan dan pengelolaan waktu pemberian ASI.
- b. Libatkan keluarga dan lingkungan kerja dalam mendukung ibu bekerja untuk menerapkan pendekatan ini.

### 3. Untuk Pembuat Kebijakan:

- a. Dorong pengembangan kebijakan ramah ibu menyusui di tempat kerja, seperti penyediaan ruang laktasi dan fleksibilitas waktu kerja.
- b. Tingkatkan kampanye publik yang mempromosikan pentingnya pemberian ASI eksklusif dengan pendekatan yang mendukung perubahan perilaku secara berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

Agung, A.S. Shirmarti, R.D. 2021. Analysis Of Motivation Phase Of The Hapa Theory (Health Action Process Approach) And Intention To Exclusive Breastfeeding In The Sidoarjo Primary Healthcare Center, Surabaya. Faculty of Public Health Airlangga University, Surabaya

Alifani, F.F. Sandra, F. Factors Associated With Maternal Knowledge On Exclusive Breastfeeding In Cipayung Sub-District, Depok City, Indonesia. Proceedings of International

- Conference on Applied Science and Health (No. 3, 2018)
- Ani T Prianti, Rahayu Eryanti. K, R. (2020). Efektivitas Pemberian Sari Kurma Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Post Partum Di Rskdia Siti Fatimah Makassar. *Jurnal Antara Kebidanan*, 3(1), 11–20
- Choiriyah M, Hapsari ED, Lismidiati W. (2015) Tradisi dan Lingkungan Sosial Memengaruhi Dukungan Menyusui pada Bayi Berat Badan Lahir Rendah di Kota Malang. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* Vol. 10 No.1. Diunduh 28 Maret 2017
- Ernawati, D., Ismarwati, I., & Hutapea, H. P. (2019). Analisa Kandungan FE dalam Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(1), 051–055
- Fikawati, S.S. Mardatillah. (2017). Maternal Calorie Intake is a Significant Factor Associated with 6 Months of Exclusive Breastfeeding among Lactating Mothers in Depok City, Indonesia. *Center for Nutrition and Health Studies, Faculty of Public Health, University of Indonesia, Depok Indonesia*
- Hagger, M. S., & Luszczynska, A. (2014). Implementation intention and action planning interventions in health contexts: State of the research and proposals for the way forward. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 6(1), 1-47
- Haryono R, Setianingsih S. Manfaat ASI Eksklusif Untuk Buah Hati Anda. Gosyen Publishing; 2014. Heird WC. *Infant Nutrition. Present Knowl Nutr Tenth Ed.* Published online 2012:624-636. doi:10.1002/9781119946045.ch40
- Hidana, R. (2018). Pengaruh Pemberian Sari Kurma Pada Ibu Menyusui Eksklusif Terhadap Status Gizi Bayi Usia 0-5 Bulan Di Kota Semarang. *Hearty*, 6(1)
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). *Buku KIA Revisi 2020 Lengkap*. Published online 2020:16. [13] Lawrence R. (2015). *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession*. 8th ed. Elsevier; 2015
- Mahadewi, E. P., & Heryana, A. (2020). Analisis Perilaku Pemberian ASI Eksklusif Di Puskesmas Bekasi. *Gorontalo Journal of Public Health*, 3(1), 23
- Maharani, G,S. Ajeng, F.C. 2019. Perceived Social Support Dan Breastfeeding Self Efficacy Pada Ibu Menyusui Asi Eksklusif. *Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*
- Netti, Y. Sandra. F. Ahmad. S. 2021. Factors Associated with Energy Consumption of Lactating Mothers in Cipayung District, Depok City, Indonesia. *Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia*
- Putu, N., Sukma, W., S, W. C. W., Y, P. C. D., Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., Udayana, U., & Udayana, U. (2020). Perilaku Pemberian Asi Eksklusif Pada Wanita Pekerja Tenaga Kesehatan Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah. *Jurnal Medika Udayana*, 9(1), 70–78
- WHO. (2016). *Recommendations on Antenatal Care for Positive Pregnancy Experience*.