

## Pengaruh Intervensi Edukasi Menyusui Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif: *Systematic Literature Review*

Monalisa<sup>1</sup>, Nina Rahmawati<sup>2</sup>, Lasmini<sup>3</sup>, Lisa Trina Arlym<sup>4</sup>

Universitas Nasional

cutemonalisa291@gmail.com, ninarahmawati05@gmail.com,

lasminim45@gmail.com, lisatrina@civitas.unas.ac.id

### ABSTRACT

*Exclusive breastfeeding during the first six months of a baby's life plays an important role in optimal growth and development, but its coverage is still low in Indonesia. This study aims to review the effectiveness of breastfeeding education interventions on the success of exclusive breastfeeding through a Systematic Literature Review (SLR) using the PICOS framework. The search was conducted in the PubMed, ProQuest, SpringerLink, and ScienceDirect databases using the keywords "Breastfeeding Education" AND "Exclusive Breastfeeding" for English-language articles published between 2020 and 2025. Out of 260 articles found, 11 met the inclusion criteria and passed the quality assessment using the CEBM guidelines (score 8–12; Kappa=1.00). The analysis results showed that breastfeeding education, whether through conventional methods or digital technologies such as mHealth and chatbots, consistently improved self-efficacy, knowledge, and exclusive breastfeeding practices. Factors supporting the effectiveness of interventions include the role of healthcare workers, social support, and program integration into primary healthcare services. This review concludes that breastfeeding education has a significant positive impact on improving exclusive breastfeeding success and recommends its sustained implementation using a contextual approach that combines face-to-face and digital methods.*

**Keywords:** *breastfeeding education, exclusive breastfeeding, interventions, systematic review, PICOS.*

### ABSTRAK

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama merupakan faktor kunci untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal, namun tingkat cakupannya di Indonesia masih tergolong rendah. Penelitian ini bertujuan menelaah efektivitas intervensi pendidikan menyusui terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif melalui *Systematic Literature Review* (SLR) dengan pendekatan PICOS. Pencarian literatur dilakukan pada basis data PubMed, ProQuest, SpringerLink, dan ScienceDirect menggunakan kata kunci "*Breastfeeding Education*" dan "*Exclusive Breastfeeding*" pada artikel berbahasa Inggris yang terbit antara 2020–2025. Dari total 260 artikel yang diidentifikasi, sebanyak 11 memenuhi kriteria inklusi dan lolos uji kualitas berdasarkan panduan CEBM (skor 8–12; Kappa = 1,00). Analisis menunjukkan bahwa edukasi menyusui, baik melalui metode tradisional maupun teknologi digital seperti mHealth dan *chatbot*, secara konsisten meningkatkan kepercayaan diri, pengetahuan, serta praktik ASI eksklusif. Efektivitas intervensi dipengaruhi oleh keterlibatan tenaga kesehatan, dukungan sosial, serta integrasi program ke dalam layanan kesehatan primer. Kajian ini menyimpulkan bahwa pendidikan menyusui memberikan dampak positif signifikan terhadap keberhasilan ASI eksklusif dan merekomendasikan penerapan berkelanjutan dengan pendekatan kontekstual yang memadukan metode tatap muka dan digital.

**Kata kunci:** pendidikan menyusui, ASI eksklusif, intervensi, tinjauan sistematis, PICOS.

## PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan salah satu strategi kesehatan yang paling ampuh untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan, dan imunitas bayi. Walaupun WHO dan Kementerian Kesehatan RI telah mengeluarkan rekomendasi serta gencar mengampanyekan praktik ini, pencapaian nasional di Indonesia masih belum memenuhi target. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa hanya 68,6% bayi berusia 0–5 bulan yang memperoleh ASI eksklusif, dan angkanya menurun menjadi 55,5% pada bayi usia 6–23 bulan. Kondisi ini menandakan adanya kesenjangan yang nyata antara kebijakan yang diterapkan dan praktik di lapangan (Yesil et al., 2023).

Rendahnya keberhasilan ASI eksklusif salah satunya dipengaruhi oleh terbatasnya edukasi menyusui yang tepat, berkesinambungan, dan sesuai kebutuhan. Berbagai studi membuktikan bahwa ibu yang menerima edukasi menyusui—baik melalui konseling langsung, pemanfaatan media digital, maupun penggunaan media cetak—cenderung memiliki pengetahuan, sikap, serta keterampilan menyusui yang lebih baik (Corrêa et al., 2023; Putri & Anggraeni, 2023). Edukasi yang dimulai sejak masa kehamilan dan dilanjutkan hingga periode pasca persalinan, khususnya dengan pendampingan intensif, dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu serta mengurangi risiko penghentian ASI eksklusif sebelum waktunya (O'Reilly et al., 2024).

Selain aspek pengetahuan, dukungan sosial dan budaya juga berperan penting dalam keberhasilan menyusui. Tantangan yang sering dihadapi antara lain norma sosial yang kurang mendukung, mitos terkait ASI, dorongan keluarga untuk memberi susu formula, serta keterbatasan sarana seperti ketersediaan ruang laktasi di tempat kerja (Quebu et al., 2023). Program edukasi yang melibatkan keluarga, tenaga kesehatan, dan komunitas terbukti efektif dalam mengatasi hambatan tersebut dan membentuk lingkungan yang mendukung praktik ASI eksklusif (Aboul-Enein et al., 2023).

Sejumlah penelitian telah menyoroti berbagai metode edukasi yang berhasil, mulai dari penerapan *Ten Steps to Successful Breastfeeding* di fasilitas pelayanan kesehatan (Bookhart et al., 2023), pemanfaatan booklet untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil (Dhita Kris Prasetyanti et al., 2023), hingga penggunaan teknologi seperti *chatbot* edukasi menyusui (Corrêa et al., 2023). Melalui kajian literatur sistematis ini, dihimpun bukti terkini mengenai intervensi edukasi menyusui yang paling efektif dalam mendorong keberhasilan ASI eksklusif, sehingga dapat menjadi acuan dalam merancang kebijakan dan program yang lebih terarah.

## Tujuan

Penelitian ini bertujuan menilai efektivitas berbagai jenis intervensi edukasi menyusui—mulai dari konseling langsung, pelatihan berbasis kelompok, penggunaan media cetak, hingga pemanfaatan teknologi digital—dalam meningkatkan

keberhasilan ASI eksklusif pada enam bulan pertama kehidupan bayi. Selain itu, kajian ini berfokus mengidentifikasi metode, waktu pelaksanaan, serta bentuk dukungan paling optimal dari pihak terkait, khususnya bagi ibu primipara dan ibu yang bekerja. Hasilnya diharapkan dapat memberikan rekomendasi berbasis bukti untuk perancangan program dan kebijakan yang lebih tepat sasaran, sehingga mampu meningkatkan cakupan ASI eksklusif di Indonesia sekaligus mendukung kesehatan ibu dan anak secara berkesinambungan.

## Metode

Studi ini menggunakan metode *Systematic Literature Review (SLR)* dengan pendekatan PICOS. Data diperoleh dari *database* ProQuest, PubMed, SpringerLink, dan ScienceDirect dengan kata kunci "*Breastfeeding Education*" AND "*Exclusive Breastfeeding*". Artikel disaring menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi, dilakukan penilaian kualitas menggunakan alat CEBM, serta kesepakatan penilai dihitung menggunakan Kappa statistic. Kajian ini mengadopsi pendekatan *Systematic Literature Review (SLR)* dengan kerangka PICOS sebagai landasan analisis. Empat *database* ilmiah digunakan untuk penelusuran literatur: PubMed, ProQuest, SpringerLink, dan ScienceDirect. Pencarian difokuskan pada artikel tahun 2020 hingga 2025 yang memuat kata kunci "*Breastfeeding Education*" AND "*Exclusive Breastfeeding*". Setelah proses penyaringan dan seleksi yang ketat, termasuk uji kualitas artikel menggunakan panduan CEBM, diperoleh 11 artikel yang memenuhi kriteria dan layak untuk dianalisis lebih dalam. Nilai Kappa sebesar 1,00 antara dua penilai menunjukkan kesepakatan penuh dalam proses seleksi artikel. **Hasil:** Sebanyak 260 artikel ditemukan, dan setelah proses skrining dan eliminasi, 11 artikel memenuhi kriteria untuk dianalisis lebih lanjut. Intervensi edukasi menyusui, baik melalui metode konvensional maupun digital seperti mHealth dan *chatbot*, secara konsisten meningkatkan efikasi diri, pengetahuan ibu, dan keberhasilan praktik ASI eksklusif.

## Kesimpulan

Edukasi menyusui memiliki dampak positif signifikan terhadap peningkatan keberhasilan ASI eksklusif. Disarankan untuk mengintegrasikan program edukasi menyusui ke dalam pelayanan kesehatan primer dengan pendekatan yang kontekstual dan berkelanjutan. Proses seleksi artikel ditunjukkan pada gambar

## METODE PENELITIAN

### Kriteria Kelayakan

Kriteria kelayakan pada kajian ini dirumuskan dengan mengacu pada kerangka PICOS untuk memastikan kesesuaian topik penelitian dengan tujuan studi. Artikel yang termasuk dalam kriteria inklusi adalah penelitian dengan populasi ibu hamil atau ibu menyusui pada periode awal pasca persalinan, terutama yang memiliki bayi berusia 0–6 bulan. Intervensi yang ditelaah meliputi berbagai bentuk edukasi menyusui, seperti konseling laktasi, pelatihan kelompok, penyuluhan, pemanfaatan

media cetak (*booklet, leaflet*), serta penggunaan media digital seperti mHealth dan *chatbot*. Penelitian harus menyajikan perbandingan antara kelompok yang mendapatkan edukasi dan kelompok yang tidak memperoleh edukasi atau hanya menerima edukasi standar.

Studi yang dipilih diharapkan melaporkan luaran berupa keberhasilan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, atau adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan menyusui. Artikel yang masuk seleksi hanya yang diterbitkan dalam rentang tahun 2020–2025, menggunakan bahasa Inggris, relevan dengan bidang kesehatan ibu dan anak, dan tersedia dalam bentuk *full text* yang dapat diakses secara gratis. Jenis publikasi yang diterima mencakup artikel jurnal ilmiah, prosiding konferensi, serta tinjauan literatur yang relevan.

## Strategi Pencarian

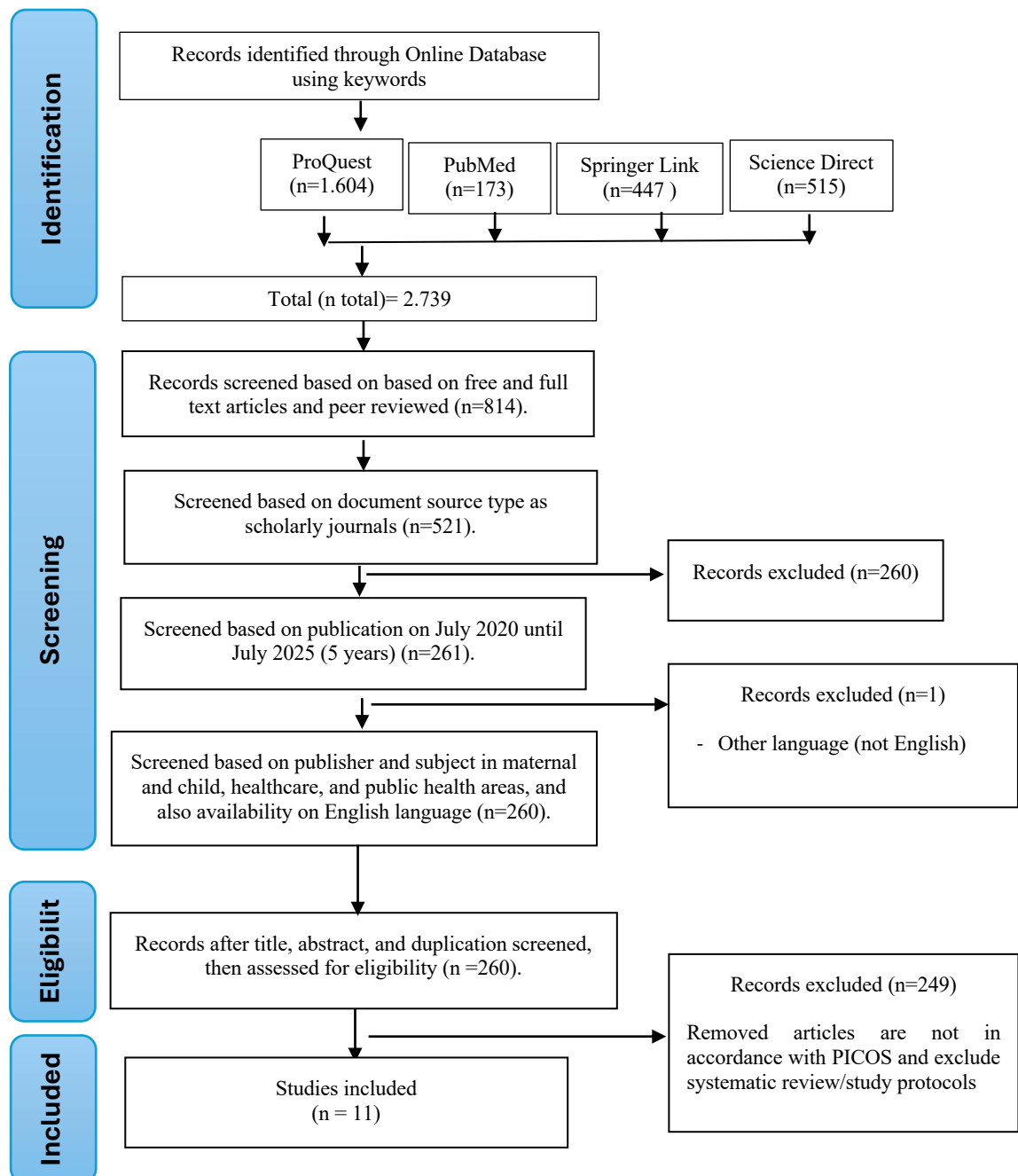
Pencarian literatur dilakukan secara terstruktur melalui empat basis data elektronik utama, yaitu PubMed, ProQuest, SpringerLink, dan ScienceDirect. Pemilihan keempat sumber ini didasarkan pada kelengkapan publikasi ilmiah di bidang kesehatan ibu dan anak serta ketersediaan akses penuh terhadap artikel yang relevan.

Kata kunci pencarian dirumuskan dengan mengacu pada kerangka PICOS, mencakup istilah utama "*Breastfeeding Education*", "*Counselling Lactation*", dan "*Exclusive Breastfeeding*". Kata kunci tersebut dikombinasikan menggunakan operator logika AND untuk memperoleh hasil yang lebih spesifik. Setiap basis data menerapkan format pencarian yang disesuaikan dengan sistem masing-masing platform.

Batasan pencarian meliputi artikel berbahasa Inggris yang diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2025. Filter tambahan yang digunakan adalah jenis publikasi *peer-reviewed* atau *scholarly journals*, tipe dokumen *research articles*, serta ketersediaan *full text* secara gratis. Artikel yang dipilih harus berada dalam bidang kesehatan ibu dan anak, kedokteran, kebidanan, keperawatan, atau kesehatan masyarakat.

Hasil pencarian awal memperoleh 260 artikel yang memenuhi kriteria awal (ProQuest: 114, PubMed: 11, SpringerLink: 79, ScienceDirect: 56). Seluruh artikel diunduh dalam format sitase dan dikelola menggunakan Mendeley untuk menghilangkan duplikasi, dipisahkan yang sesuai PICOS dan setelah difilter didapatkan sisa 11 artikel. Proses selanjutnya adalah penyaringan judul dan abstrak berdasarkan kriteria inklusi-eksklusi, diikuti dengan penelaahan *full text* pada artikel yang lolos tahap awal untuk memastikan kesesuaian dengan pertanyaan penelitian.

## 1. Prisma Flow Diagram



Gambar 1. Preferred Reporting Items for Systematic Review

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengidentifikasi 11 artikel yang berasal dari 8 negara yaitu Turki, Arab, Brasil, Indonesia, Amerika Serikat, Afrika Selatan, Irlandia dan Inggris. Hasil menunjukkan adanya korelasi yang kuat, intervensi edukasi menyusui, baik dalam bentuk tatap muka, media cetak, maupun teknologi digital, berhubungan positif dengan peningkatan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Intervensi tersebut

terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, rasa percaya diri, dan keterampilan ibu dalam menyusui. Karakteristik artikel yang diperoleh terlampir pada Tabel :

**Tabel 1. Daftar Artikel**

No	Penulis (Tahun)	Metode	Sampel	Lokasi	Intervensi	Skor CEBM
1	Yesil et al. (2023)	Quasi-eksperimen	60 ibu	Turki	Edukasi kelompok perinatal	11
2	Aboul-Enein et al. (2023)	Scoping review	30+ studi	Negara Arab	Beragam intervensi edukasi	9
3	Corrêa et al. (2023)	Mixed methods	48 ibu	Brasil	Edukasi via chatbot	10
4	A. et al. (2023)	Pre-eksperimen	32 ibu	Indonesia	Edukasi dengan booklet	10
5	Putri & Anggraeni (2023)	Scoping review	20+ studi	Indonesia	mHealth	9
6	Ulfa et al. (2023)	Scoping review	25 studi	Indonesia	Edukasi pasca persalinan	8
7	Bookhart et al. (2023)	Observasional	1500+ RS	USA	WHO 10 langkah	11
8	Quebu et al. (2023)	Kualitatif	12 ibu	Afrika Selatan	Edukasi tidak optimal	10
9	Prasetyanti et al. (2023)	Quasi-eksperimen	50 ibu hamil	Indonesia	Booklet edukasi stunting	10
10	McGuinness et al. (2024)	Deskriptif	37 nakes	Irlandia	Pengetahuan nakes	9
11	O'Reilly et al. (2024)	RCT	350 ibu	Irlandia & UK	Edukasi perinatal	12

Artikel-artikel tersebut menggunakan berbagai metode penelitian dari studi-studi terinklusi, antara lain **eksperimen dan kuasi-eksperimen** seperti yang

dilakukan di Turki (Yesil et al., 2023) dan Indonesia (Dhita Kris Prasetyanti et al., 2023), serta pre-eksperimental (*pre-post design*) pada penelitian penggunaan *booklet* di Indonesia. Pendekatan *Randomized Controlled Trial (RCT)* digunakan dalam studi multinasional di Irlandia dan Inggris (O'Reilly et al., 2024), sementara penelitian *observasional/cross-sectional* diterapkan di Amerika Serikat (Bookhart et al., 2023) dan studi kualitatif fenomenologi dilakukan di Afrika Selatan (Quebu et al., 2023). Selain itu, terdapat penelitian dengan metode campuran (*mixed-methods*) di Brasil yang memanfaatkan *chatbot* untuk edukasi menyusui (Corrêa et al., 2023), beberapa studi *scoping review* seperti di negara Arab (Aboul-Enein et al., 2023) dan Indonesia (Putri & Anggraeni, 2023; Ulfa et al., 2023), serta *descriptive evaluative study* di Irlandia (McGuinness et al., 2024) yang menilai tingkat pengetahuan tenaga kesehatan terkait ASI eksklusif. Teknik pengambilan sampel yang paling banyak digunakan adalah *purposive sampling*.

**Tabel 2. Atribut Penelitian**

N o	Peneli ti/Tah un	Judul	Eksklusif breastfeedin g	Breastfeeding Education	Hasil	Kesimpu lan	Rekomen dasi
1	(Yesil et al., 2023)	The effect of hospital-based breastfeeding group education given early perinatal period on breastfeeding self-efficacy and breastfeeding status	Penelitian menilai dampak intervensi terhadap keberhasilan ASI eksklusif pada ibu postpartum	Edukasi dilakukan secara kelompok di rumah sakit selama periode perinatal	Meningkatkan efikasi diri dan angka keberhasilan ASI eksklusif	Edukasi menyusui di awal masa perinatal terbukti efektif	Diperlukan program edukasi menyusui terstruktur di rumah sakit
2	(Aboul-Enein et al., 2023)	Interventions and Programs to Promote Breastfeeding in	Membahas keberhasilan dan tantangan program ASI eksklusif di negara Arab	Mengkaji berbagai bentuk intervensi edukasi seperti penyuluhan, pelatihan, kampanye	Edukasi menyusui berperan penting namun implementasi	Perlu peningkatan sistem edukasi dan monitori	Rekomendasi peningkatan dukungan kebijakan dan

		Arabic-Speaking Countries : A Scoping Review			sinya masih bervariasi	ng program	pelatihan tenaga kesehatan
3	(Corrêa et al., 2023)	Lhia: A Smart Chatbot for Breastfeeding Education and Recruitment of Human Milk Donors	Menyebutkan peningkatan pemahaman menyusui, termasuk eksklusif, lewat chatbot	Chatbot Lhia digunakan sebagai sarana edukasi digital menyusui	Edukasi berbasis chatbot dinilai responsif dan mudah diakses	Teknologi chatbot mampu mendukung edukasi menyusui modern	Perluasan penggunaan chatbot untuk konseling menyusui berbasis komunitas
4	(. et al., 2023)	Increasing Mothers' Knowledge and Attitude on Exclusive Breastfeeding Using Booklets as Media in Watershed Areas	Fokus utama pada promosi ASI eksklusif melalui peningkatan pengetahuan ibu	Menggunakan media booklet dalam edukasi pada ibu di daerah aliran sungai	Terdapat peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap ibu	Media cetak sederhana dapat berkontribusi pada keberhasilan ASI eksklusif	Distribusi media edukasi perlu ditingkatkan di wilayah terpencil
5	(Putri & Anggraeni, 2023)	mHealth interventions to improve self efficacy and exclusive breastfee	Meninjau efektivitas intervensi digital terhadap praktik ASI eksklusif	Mengkaji berbagai aplikasi dan platform digital sebagai media edukasi	mHealth meningkatkan efikasi diri ibu dan memotivasi pemberian ASI eksklusif	Intervensi digital dapat melengkapi edukasi konvensional	Perlu integrasi mHealth ke dalam sistem pelayanan kesehatan

		ding: a scoping review					
6	(Ulfa et al., 2023)	Early initiation of breastfeeding up to six months among mothers after cesarean section or vaginal birth: A scoping review	Menelaah praktik menyusui eksklusif hingga 6 bulan pasca berbagai jenis persalinan	Edukasi oleh tenaga kesehatan disebut penting dalam mendukung keberlanjutan menyusui	Ditemukan bahwa edukasi pasca persalinan meningkatkan keberhasilan menyusui	Dukungan petugas kesehatan sangat penting terutama pasca operasi caesar	Perlu pelatihan tenaga kesehatan untuk fokus pada edukasi menyusui sejak awal
7	(Bookhart et al., 2023)	A dose-response relationship found between the Ten Steps to Successful Breastfeeding indicators and in-hospital exclusive breastfeeding in US hospitals	Studi observasional yang menganalisis hubungan 10 langkah WHO dengan ASI eksklusif	Penekanan pada pelaksanaan 10 langkah sebagai bentuk edukasi terstruktur	Ditemukan hubungan linear antara jumlah langkah diterapkan dan keberhasilan menyusui	Edukasi yang komprehensif di fasilitas kesehatan meningkatkan ASI eksklusif	Implementasi penuh 10 langkah WHO di semua rumah sakit bersalin
8	(Quebu et al., 2023)	Barriers to Exclusive Breastfeeding for	Menyoroti hambatan yang menyebabkan rendahnya	Edukasi disebut sebagai salah satu faktor yang belum optimal dilakukan	Hambatan mencakup kurangnya informasi, norma	Rendahnya praktik ASI eksklusif	Perlu pendekatan komunitas dan

		Mothers in Tswelopele Municipality, Free State Province, South Africa: A Qualitative Study	tingkat ASI eksklusif		sosial, dan dukungan keluarga	dipengaruhi oleh kurang edukasi dan lingkungan	berbasis budaya untuk meningkatkan praktik menyusui
9	(Dhita Kris Prasetyanti et al., 2023)	Efforts To Promote Exclusive Breastfeeding Education For Stunting Prevention Through Booklet Media For Third Trimester Pregnant	Fokus pada pemberian edukasi ASI eksklusif untuk cegah stunting	Edukasi diberikan kepada ibu hamil trimester akhir dengan media booklet	Pengetahuan dan niat menyusui eksklusif meningkat setelah intervensi	Edukasi menjelang persalinan dapat berperan penting dalam pencegahan stunting	Edukasi menyusui perlu masuk dalam program pemeriksaan kehamilan rutin
10	(McGuinness et al., 2024)	A co-designed evaluation study to identify Breastfeeding Knowledge of General Practitioners' and Practice Nurses'	Penelitian menilai pengetahuan nakes terhadap ASI eksklusif sebagai bagian pelayanan primer	Edukasi menyusui dinilai dari perspektif penyedia layanan (nakes)	Ditemukan adanya kesenjangan pengetahuan antara dokter dan perawat	Pelatihan menyusui bagi tenaga kesehatan sangat diperlukan	Sertifikasi dan pelatihan wajib untuk praktik profesional tentang menyusui

1 1	(O'Reilly et al., 2024)	Multicomponent perinatal breastfeeding support in women with BMI >25: The Latch On multi-centre randomised trial	Penelitian menilai dampak intervensi terhadap keberhasilan ASI eksklusif pada ibu postpartum	Edukasi dilakukan secara kelompok di rumah sakit selama periode perinatal	Meningkatkan efikasi diri dan angka keberhasilan ASI eksklusif	Edukasi menyusui di awal masa perinatal terbukti efektif	Diperlukan program edukasi menyusui terstruktur di rumah sakit
--------	-------------------------	--	--	---	--	--	--

## Karakteristik Variabel

### 1. Variabel Independen: Edukasi Menyusui

Dalam kajian ini, variabel independen yang diteliti adalah edukasi menyusui. Intervensi ini bertujuan memberikan pengetahuan, keterampilan, dan dukungan kepada ibu hamil maupun ibu menyusui agar mampu menjalankan pemberian ASI eksklusif secara optimal. Bentuk pelaksanaannya beragam, mulai dari konseling tatap muka di fasilitas kesehatan, pelatihan kelompok, hingga penyuluhan di masyarakat (Yesil et al., 2023). Edukasi yang efektif dilakukan secara berkesinambungan sejak masa kehamilan hingga setelah melahirkan, sehingga ibu dapat mempersiapkan diri dengan baik.

#### - Edukasi Tatap Muka dan Kelompok

Pendekatan tatap muka, baik individual maupun kelompok, menjadi metode yang terbukti mampu meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menyusui. Penelitian di Turki mengungkap bahwa pelatihan kelompok di rumah sakit pada periode perinatal berpengaruh signifikan terhadap keberhasilan ASI eksklusif (Yesil et al., 2023). Kegiatan ini memungkinkan ibu mempraktikkan teknik menyusui yang tepat, mendapatkan bimbingan langsung, serta memperoleh dukungan dari sesama peserta.

#### - Edukasi Melalui Media Cetak

Media cetak seperti *booklet* atau *leaflet* menjadi sarana edukasi yang sederhana namun efektif, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses informasi. Studi di Indonesia menunjukkan bahwa penyuluhan melalui *booklet* berhasil meningkatkan pemahaman dan sikap ibu terhadap ASI eksklusif, termasuk di daerah terpencil seperti wilayah aliran sungai (Dhita

Kris Prasetyanti et al., 2023). Keunggulan media cetak adalah fleksibilitas penggunaannya, karena dapat dibaca ulang dan dibagikan kepada keluarga

- Edukasi Berbasis Teknologi Digital

Pemanfaatan teknologi digital seperti mHealth dan *chatbot* menawarkan alternatif edukasi yang lebih interaktif dan mudah diakses. Di Brasil, penggunaan *chatbot* “Lhia” terbukti meningkatkan pemahaman ibu terkait ASI eksklusif (Corrêa et al., 2023). Sementara itu, di Indonesia, intervensi berbasis mHealth efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi ibu untuk menyusui (Putri & Anggraeni, 2023). Metode ini memudahkan ibu memperoleh informasi kapan saja dan di mana saja.

## 2. Variabel Dependen: Keberhasilan ASI Eksklusif

Keberhasilan ASI eksklusif, sebagai variabel dependen, diukur dari jumlah ibu yang mampu memberikan ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama enam bulan pertama. Beberapa penelitian juga mengamati perubahan pengetahuan, sikap, efikasi diri, serta keterampilan menyusui sebagai indikator tambahan (Yesil et al., 2023; Corrêa et al., 2023). Ukuran ini menjadi tolok ukur utama keberhasilan intervensi edukasi.

- -Faktor Sosial dan Budaya

Dukungan sosial dan norma budaya berperan penting dalam menentukan keberhasilan program edukasi menyusui. Hambatan yang sering muncul meliputi kepercayaan tradisional yang keliru, tekanan keluarga untuk memberikan susu formula, serta minimnya dukungan dari lingkungan sekitar (Quebu et al., 2023). Penelitian di negara Arab juga menegaskan bahwa keterlibatan keluarga dan komunitas menjadi penentu utama keberhasilan intervensi (Aboul-Enein et al., 2023).

- -Dukungan Tenaga Kesehatan dan Sistem Layanan

Keterlibatan tenaga kesehatan dan dukungan sistem pelayanan menjadi faktor yang memperkuat pengaruh edukasi menyusui. Implementasi penuh *Ten Steps to Successful Breastfeeding* di rumah sakit terbukti meningkatkan angka keberhasilan ASI eksklusif (Bookhart et al., 2023). Selain itu, intervensi multi-komponen yang dilakukan sejak masa perinatal hingga pasca persalinan, terutama yang terintegrasi ke dalam layanan kesehatan primer, menunjukkan hasil yang lebih optimal (O'Reilly et al., 2024).

## Pembahasan

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan strategi kesehatan yang efektif untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan, dan imunitas anak. Namun, capaian nasional di Indonesia masih belum memenuhi target, dengan angka 68,6% pada bayi usia 0–5 bulan dan menurun menjadi 55,5% pada usia 6–23 bulan. Rendahnya capaian ini menunjukkan adanya

kesenjangan antara kebijakan dan implementasi di lapangan (Yesil et al., 2023). Edukasi menyusui menjadi salah satu faktor penentu yang mampu menjembatani kesenjangan tersebut, terutama jika dilakukan secara tepat, berkelanjutan, dan sesuai konteks sosial budaya. Berbagai studi menunjukkan bahwa pendekatan tatap muka, baik secara individu maupun kelompok, mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kepercayaan diri ibu dalam menyusui. Pelatihan kelompok yang dilakukan di rumah sakit pada masa perinatal terbukti efektif dalam meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif (Yesil et al., 2023). Model ini memberikan kesempatan bagi ibu untuk mempraktikkan teknik menyusui yang benar, mendapatkan umpan balik langsung dari tenaga kesehatan, dan membangun jaringan dukungan dengan sesama ibu.

Selain metode tatap muka, penggunaan media cetak seperti *booklet* memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu, termasuk di wilayah terpencil seperti daerah aliran sungai di Indonesia (Dhita Kris Prasetyanti et al., 2023). Di sisi lain, inovasi berbasis teknologi digital seperti *mHealth* (Putri & Anggraeni, 2023) dan *chatbot* “Lhia” (Corrêa et al., 2023) menawarkan kemudahan akses informasi dan fleksibilitas waktu, sehingga mampu menjangkau ibu dengan mobilitas tinggi atau keterbatasan akses layanan kesehatan. Pendekatan terstruktur seperti *Ten Steps to Successful Breastfeeding* terbukti memiliki hubungan positif yang signifikan dengan tingkat keberhasilan ASI eksklusif di rumah sakit (Bookhart et al., 2023). Studi RCT di Irlandia dan Inggris juga menunjukkan bahwa dukungan perinatal multi-komponen yang melibatkan tenaga kesehatan sejak masa kehamilan hingga pasca persalinan menghasilkan peningkatan efikasi diri dan keberhasilan ASI eksklusif, terutama pada ibu dengan kondisi khusus seperti BMI >25 (O’Reilly et al., 2024).

Faktor sosial dan budaya berperan besar dalam menentukan keberhasilan edukasi menyusui. Hambatan seperti norma sosial yang tidak mendukung, mitos seputar ASI, dan tekanan keluarga untuk memberikan susu formula menjadi tantangan di berbagai negara (Quebu et al., 2023). Studi di wilayah Arab menekankan pentingnya dukungan keluarga dan masyarakat dalam mengoptimalkan hasil intervensi (Aboul-Enein et al., 2023). Oleh karena itu, edukasi yang melibatkan pihak keluarga dan komunitas dapat menciptakan lingkungan yang kondusif bagi praktik ASI eksklusif. Secara keseluruhan, hasil SLR ini menunjukkan bahwa edukasi menyusui, baik melalui metode konvensional seperti konseling tatap muka dan media cetak maupun pendekatan inovatif berbasis teknologi digital, secara konsisten berdampak positif terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Efektivitas intervensi meningkat jika didukung oleh tenaga kesehatan yang terlatih, kebijakan yang mendukung, serta keterlibatan keluarga dan komunitas. Temuan ini memberikan dasar kuat bagi pengembangan program edukasi menyusui yang terintegrasi ke dalam layanan kesehatan primer, dengan mengombinasikan pendekatan tatap muka dan digital untuk menjangkau lebih banyak ibu di berbagai konteks sosial dan geografis.

## Keterbatasan

Berdasarkan hasil SLR dalam *file*, terdapat sejumlah keterbatasan yang dapat dicermati ketika menafsirkan temuan penelitian. Pertama, pembatasan publikasi hanya pada periode 2020–2025 dan penggunaan bahasa Inggris dapat mengakibatkan terlewatnya studi relevan yang diterbitkan di luar rentang waktu tersebut atau menggunakan bahasa lokal. Kondisi ini berpotensi mengurangi kelengkapan data dan membatasi sudut pandang yang tercakup dalam analisis. Keterbatasan berikutnya berkaitan dengan sumber literatur yang digunakan. Penelusuran hanya dilakukan pada empat basis data besar, yaitu PubMed, ProQuest, SpringerLink, dan ScienceDirect. Pembatasan ini berisiko mengecualikan publikasi dari basis data lain atau *grey literature* yang mungkin memuat temuan penting. Akibatnya, kemungkinan bias seleksi dapat terjadi dan mempengaruhi representasi keseluruhan hasil kajian.

Di samping itu, perbedaan desain penelitian, metode pengumpulan data, serta indikator yang digunakan antar studi memunculkan tingkat heterogenitas yang cukup tinggi. Situasi ini menyulitkan pelaksanaan meta-analisis kuantitatif dan mengurangi kekuatan generalisasi hasil. Perbedaan kondisi sosial, budaya, dan geografis antar lokasi penelitian juga menjadi kendala, sebab intervensi yang efektif di satu negara belum tentu memberikan hasil yang sama di wilayah lain. Terakhir, sebagian besar penelitian yang dianalisis hanya menilai dampak edukasi menyusui dalam jangka waktu singkat. Hal ini menyebabkan gambaran mengenai efek jangka panjang terhadap keberlanjutan praktik ASI eksklusif masih terbatas. Padahal, informasi jangka panjang sangat diperlukan untuk menilai sejauh mana intervensi edukasi dapat mempertahankan pemberian ASI eksklusif hingga enam bulan sesuai rekomendasi WHO.

## KESIMPULAN

Hasil kajian SLR ini menunjukkan bahwa berbagai bentuk edukasi menyusui—mulai dari konseling tatap muka atau kelompok, penerapan metode terstruktur di fasilitas kesehatan, hingga penggunaan teknologi digital—mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, kepercayaan diri, dan praktik ASI eksklusif. Intervensi yang dikaji mencakup penerapan *Ten Steps to Successful Breastfeeding*, distribusi media cetak seperti *booklet*, serta pemanfaatan platform digital seperti mHealth dan *chatbot* untuk mempermudah akses informasi dan pendampingan. Secara umum, temuan dari berbagai studi memperlihatkan bahwa pemberian edukasi yang tepat sasaran dan berkesinambungan berkontribusi besar terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Hal ini memberikan dasar yang kuat untuk menarik kesimpulan bahwa edukasi menyusui memang efektif dan relevan untuk dijadikan acuan dalam program intervensi.

Analisis lebih lanjut mengungkapkan tiga faktor utama yang memengaruhi keberhasilan intervensi. Pertama, *timing* pelaksanaan, di mana edukasi yang diberikan pada masa perinatal—terutama segera setelah persalinan—memberikan

pengaruh signifikan terhadap keberlanjutan menyusui. Kedua, intensitas dan kelengkapan intervensi, di mana implementasi yang mencakup lebih banyak langkah dalam *Ten Steps to Successful Breastfeeding* cenderung menghasilkan capaian lebih tinggi. Ketiga, bentuk penyampaian, di mana metode digital seperti mHealth dan *chatbot* berperan sebagai pelengkap yang memperluas jangkauan, memastikan tindak lanjut, dan mempersonalisasi dukungan kepada ibu. Keberhasilan edukasi tidak hanya bergantung pada metode, melainkan juga pada dukungan lingkungan sosial, budaya, dan kebijakan. Hambatan seperti norma sosial yang kurang mendukung, tekanan keluarga, mitos terkait ASI, serta keterbatasan fasilitas laktasi di tempat kerja dapat mengurangi efektivitas intervensi. Oleh sebab itu, peran tenaga kesehatan perlu diperkuat dengan melibatkan keluarga, komunitas, dan menciptakan lingkungan kerja yang ramah terhadap praktik menyusui agar perilaku positif dapat dipertahankan hingga enam bulan penuh. Dengan demikian, program edukasi menyusui idealnya diintegrasikan ke dalam layanan kesehatan primer dan dirancang menggunakan pendekatan gabungan antara tatap muka dan digital. Fokus intervensi perlu diarahkan pada momen kritis seperti akhir kehamilan dan awal masa nifas, dengan sasaran prioritas pada ibu primipara dan ibu bekerja.

## DAFTAR PUSTAKA

- A., Hasanah, A., & . B. (2023). Increasing Mothers' Knowledge and Attitude on Exclusive Breastfeeding Using Booklets as Media in Watershed Areas. *KnE Medicine*. <https://doi.org/10.18502/kme.v3i1.12701>
- Aboul-Enein, B. H., Dodge, E., Benajiba, N., & Mabry, R. M. (2023). Interventions and Programs to Promote Breastfeeding in Arabic-Speaking Countries: A Scoping Review. In *Maternal and Child Health Journal* (Vol. 27, Issue 5). <https://doi.org/10.1007/s10995-023-03595-7>
- Bookhart, L. H., Anstey, E. H., Kramer, M. R., Perrine, C. G., Ramakrishnan, U., & Young, M. F. (2023). A dose-response relationship found between the Ten Steps to Successful Breastfeeding indicators and in-hospital exclusive breastfeeding in US hospitals. *Birth*, 50(4). <https://doi.org/10.1111/birt.12742>
- Corrêa, J. S., Neto, A. P. de A., Pinto, G. R., Lima, L. D. B., & Teles, A. S. (2023). Lhia: A Smart Chatbot for Breastfeeding Education and Recruitment of Human Milk Donors. *Applied Sciences (Switzerland)*, 13(12). <https://doi.org/10.3390/app13126923>
- Dhita Kris Prasetyanti, Anis Nikmatul Nikmah, Rahma Kusuma Dewi, & Hilda Oktafia Sukmawati. (2023). Efforts To Promote Exclusive Breastfeeding Education For Stunting Prevention Through Booklet Media For Third Trimester Pregnant. *Journal of Global Research in Public Health*, 8(1). <https://doi.org/10.30994/jgrph.v8i1.433>
- McGuinness, D., Mhurchu, S. N., Frazer, K., Bhardwaj, N., Cornally, P., Cantwell, M., Cullen, M., McNamara, E., McDonald, R., Carroll, L., Cullen, W., Kincaid, R., &

- Vickers, N. (2024). A co-designed evaluation study to identify Breastfeeding Knowledge of General Practitioners' and Practice Nurses'. *Health Promotion International*, 39(2). <https://doi.org/10.1093/heapro/daae021>
- O'Reilly, S. L., McNestry, C., McGuinness, D., Killeen, S. L., Mehegan, J., Coughlan, B., O'Brien, E. C., O'Brien, D., Szafranska, M., Brosnan, M., Sheehy, L., Murtagh, R., O'Hagan, L., Corbett, M., Walsh, M., Keogh, R., Power, P., Woodcock, M., Phelan, M., ... McAuliffe, F. M. (2024). Multicomponent perinatal breastfeeding support in women with BMI >25: The Latch On multi-centre randomised trial. *BJOG: An International Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 131(9). <https://doi.org/10.1111/1471-0528.17782>
- Putri, A. D., & Anggraeni, M. D. (2023). mHealth interventions to improve self efficacy and exclusive breastfeeding: a scoping review. *British Journal of Midwifery*, 31(10). <https://doi.org/10.12968/bjom.2023.31.10.567>
- Quebu, S. R., Murray, D., & Okafor, U. B. (2023). Barriers to Exclusive Breastfeeding for Mothers in Tswelopele Municipality, Free State Province, South Africa: A Qualitative Study. *Children*, 10(8). <https://doi.org/10.3390/children10081380>
- Ulfa, Y., Maruyama, N., Igarashi, Y., & Horiuchi, S. (2023). Early initiation of breastfeeding up to six months among mothers after cesarean section or vaginal birth: A scoping review. In *Heliyon* (Vol. 9, Issue 6). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e16235>
- Yesil, Y., Ekşioğlu, A., & Turfan, E. C. (2023). The effect of hospital-based breastfeeding group education given early perinatal period on breastfeeding self-efficacy and breastfeeding status. *Journal of Neonatal Nursing*, 29(1). <https://doi.org/10.1016/j.jnn.2022.02.013>