

Original Article

## The Relationship Between Family Support And The Success Of Exclusive Breastfeeding: Literature Review

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif: Literature Review

Benny Putra Pratama<sup>1</sup>, Nur Alam Fajar<sup>2</sup>, Haerawati Idris<sup>3</sup>, Fatmalina Febry<sup>4</sup>, Rini Mutahar<sup>5</sup>  
Suci Destriatania<sup>6</sup>

<sup>2,3,4,5,6</sup> Universitas Sriwijaya

\*Corresponding Author:

Benny Putra Pratama  
Universitas Sriwijaya

Email: bennyputrapratama@gmail.com

**Keyword:**

Exclusive Breastfeeding, Family Support

**Kata Kunci:**

ASI Eksklusif, Dukungan Keluarga

© The Author(s) 2026

### Abstract

*Exclusive breastfeeding is a key strategy for improving infant health and survival; however, its achievement remains suboptimal in many countries. Family support has been consistently identified as a major interpersonal determinant influencing exclusive breastfeeding success, highlighting the need for a comprehensive synthesis of recent empirical evidence. This study aims to examine and synthesize findings from empirical research on the role of family support in exclusive breastfeeding success through a narrative literature review. Literature searches were conducted using PubMed, ScienceDirect, and Google Scholar, covering publications from 2020 to 2025. Of the 864 articles initially identified, 15 studies were selected based on predefined inclusion criteria and substantive relevance to the review focus. The synthesis indicates that family support, particularly from husbands and extended family members, is consistently associated with higher exclusive breastfeeding success, with reported odds ranging from approximately two to more than threefold across studies. Family support contributes to enhanced breastfeeding self efficacy, reduced postpartum stress, decreased prelacteal feeding practices, and the establishment of a supportive home environment for breastfeeding. The mechanisms underlying these effects involve interacting psychological, hormonal, and social pathways. These findings underscore the importance of family centered approaches in exclusive breastfeeding promotion, suggesting that health interventions should not focus solely on mothers but actively engage husbands and family members as key partners in supporting breastfeeding practices.*

### Abstrak

Pemberian ASI eksklusif merupakan strategi kunci dalam meningkatkan kesehatan dan kelangsungan hidup bayi, namun pencapaiannya masih belum optimal di banyak negara. Dukungan keluarga telah diidentifikasi sebagai determinan interpersonal yang paling konsisten memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif, sehingga diperlukan sintesis bukti empiris terkini untuk memahami peran dan mekanisme pengaruhnya secara komprehensif. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dan mensintesis temuan penelitian empiris mengenai peran dukungan keluarga terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif melalui narrative literature review. Penelusuran literatur dilakukan melalui basis data PubMed, ScienceDirect, dan Google Scholar pada periode 2020–2025. Dari 864 artikel yang teridentifikasi, sebanyak 15 artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan relevansi substansial terhadap fokus kajian. Hasil sintesis menunjukkan bahwa dukungan keluarga, khususnya dari suami dan keluarga besar, secara konsisten dikaitkan dengan peningkatan keberhasilan ASI eksklusif, dengan peluang keberhasilan dilaporkan berkisar antara dua hingga lebih dari tiga kali lipat pada berbagai studi. Dukungan tersebut berkontribusi dalam meningkatkan *breastfeeding self-efficacy*, menurunkan stres postpartum, mengurangi praktik prelaktal, serta menciptakan lingkungan rumah yang kondusif bagi praktik menyusui. Mekanisme pengaruh dukungan keluarga melibatkan interaksi jalur psikologis, hormonal, dan sosial. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan promosi ASI eksklusif berbasis keluarga, di mana intervensi kesehatan tidak hanya berfokus pada ibu, tetapi juga melibatkan suami dan anggota keluarga sebagai mitra utama dalam mendukung keberhasilan menyusui.

#### Article Info:

Received : November 28, 2025  
Revised : February 11, 2026  
Accepted : February 24, 2026

Cendekia Medika: Jurnal STIKes Al-Ma'arif Baturaja  
e-ISSN : 2620-5424  
p-ISSN : 2503-1392



This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan salah satu intervensi

gizi paling efektif dalam meningkatkan kelangsungan hidup dan kesehatan bayi, serta menjadi rekomendasi global yang

ditegaskan oleh World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) untuk diberikan sejak lahir hingga usia enam bulan<sup>(1)</sup>. Praktik ASI eksklusif tidak hanya berperan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi optimal bayi, tetapi juga memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit infeksi, meningkatkan perkembangan kognitif, serta memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan ibu, termasuk penurunan risiko kanker payudara dan ovarium. Oleh karena itu, ASI eksklusif diposisikan sebagai salah satu pilar utama dalam strategi kesehatan ibu dan anak di berbagai negara.

Meskipun manfaat ASI eksklusif telah didukung oleh bukti ilmiah yang kuat dan diintegrasikan ke dalam berbagai kebijakan kesehatan, capaian praktik ASI eksklusif secara global masih belum optimal. Data UNICEF menunjukkan bahwa prevalensi ASI eksklusif dunia pada tahun 2023 baru mencapai sekitar 48%, angka yang masih jauh dari target global yang diharapkan. Di Indonesia, Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 mencatat bahwa prevalensi ASI eksklusif nasional telah meningkat menjadi 67,7%<sup>(2)</sup>. Kendati demikian, capaian tersebut masih berada di bawah target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) sebesar 80%<sup>(3)</sup>. Kesenjangan antara target kebijakan dan realitas di lapangan ini mengindikasikan bahwa upaya peningkatan ASI eksklusif tidak dapat hanya bertumpu pada edukasi kesehatan dan intervensi gizi semata, melainkan perlu mempertimbangkan faktor-faktor sosial yang lebih luas dan berlapis.

Dalam kerangka konseptual *Enabling Breastfeeding Environment* yang dikembangkan oleh WHO, praktik menyusui dipahami sebagai hasil dari interaksi kompleks antara faktor individual, interpersonal, struktural, dan lingkungan sosial. Faktor individual, seperti pengetahuan ibu, sikap terhadap menyusui, pengalaman persalinan, serta kondisi kesehatan fisik dan mental, memang

berperan penting dalam memulai praktik menyusui. Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa keberlanjutan dan keberhasilan ASI eksklusif sangat dipengaruhi oleh dukungan dari lingkungan terdekat ibu, khususnya keluarga. Dengan demikian, fokus pada ibu sebagai aktor tunggal dalam praktik menyusui dianggap tidak lagi memadai tanpa mempertimbangkan konteks sosial di mana ibu berada<sup>(4)</sup>.

Dukungan keluarga, terutama dari suami, orang tua, mertua, dan anggota keluarga lainnya, secara konsisten diidentifikasi sebagai determinan interpersonal utama yang memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dalam banyak konteks budaya, keluarga tidak hanya berperan sebagai sumber dukungan emosional, tetapi juga sebagai pihak yang memiliki pengaruh signifikan dalam pengambilan keputusan terkait perawatan bayi dan praktik pemberian makan. Dukungan keluarga dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk, antara lain dukungan emosional berupa empati dan dorongan psikologis, dukungan informasional melalui penyampaian pengetahuan yang benar tentang ASI, dukungan instrumental berupa bantuan pekerjaan rumah tangga dan perawatan bayi, serta dukungan afirmatif yang memperkuat keyakinan ibu terhadap kemampuannya menyusui. Keempat bentuk dukungan ini saling berinteraksi dalam membentuk kesiapan, kepercayaan diri, dan ketahanan ibu dalam menghadapi tantangan menyusui.

Dari sudut pandang biologis dan psikososial, pengaruh dukungan keluarga terhadap keberhasilan ASI eksklusif bekerja melalui beberapa jalur mekanistik. Dukungan emosional yang memadai terbukti berkontribusi dalam menurunkan tingkat stres dan kecemasan postpartum, kondisi psikologis yang diketahui berhubungan erat dengan regulasi hormon oksitosin dan prolaktin yang berperan penting dalam produksi dan refleksi

pengeluaran ASI. Lingkungan keluarga yang suportif menciptakan rasa aman dan kenyamanan psikologis bagi ibu, sehingga mendukung proses fisiologis menyusui. Selain itu, dukungan instrumental yang diberikan keluarga, seperti membantu pekerjaan rumah tangga dan perawatan bayi, memungkinkan ibu memiliki waktu, energi, dan fokus yang lebih besar untuk menyusui secara eksklusif.

Aspek psikologis lain yang tidak kalah penting adalah peran dukungan keluarga dalam meningkatkan *breastfeeding self-efficacy*. Konsep ini merujuk pada keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui secara efektif, yang dalam berbagai penelitian diidentifikasi sebagai salah satu prediktor terkuat keberhasilan ASI eksklusif. Dukungan informasional dan afirmatif dari keluarga membantu ibu memahami manfaat ASI, mengatasi mitos yang keliru, serta memperkuat motivasi untuk bertahan dalam praktik menyusui, terutama ketika menghadapi hambatan seperti nyeri puting, kelelahan, atau tekanan sosial untuk memberikan susu formula<sup>(5)</sup>.

Meskipun sebagian besar penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan keluarga dan keberhasilan ASI eksklusif, temuan empiris yang ada tidak sepenuhnya homogen<sup>(6)</sup>. Sejumlah studi melaporkan variasi kekuatan pengaruh dukungan keluarga, yang mengindikasikan adanya faktor-faktor moderator yang memengaruhi hubungan tersebut<sup>(7)</sup>. Faktor-faktor tersebut meliputi tingkat pengetahuan dan sikap keluarga terhadap ASI, kualitas komunikasi antara pasangan, norma budaya terkait peran ibu dan ayah, akses terhadap layanan konseling laktasi, serta kondisi sosial-ekonomi keluarga. Variasi ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga tidak dapat dipahami sebagai variabel tunggal yang berdiri sendiri, melainkan sebagai bagian dari ekosistem interpersonal yang dinamis dan kontekstual dalam praktik menyusui<sup>(8)</sup>.

Selain itu, perbedaan konteks budaya dan sosial juga berperan penting dalam

membentuk makna dan bentuk dukungan keluarga. Dalam masyarakat dengan struktur keluarga besar, misalnya, pengaruh orang tua atau mertua terhadap keputusan menyusui dapat menjadi sangat dominan, baik secara positif maupun negatif. Sementara itu, dalam keluarga inti, peran suami sering kali menjadi faktor kunci dalam menentukan keberhasilan ASI eksklusif. Keragaman konteks ini menegaskan perlunya pemahaman yang lebih komprehensif dan terintegrasi mengenai bagaimana dukungan keluarga bekerja dalam berbagai situasi.

Berdasarkan kompleksitas determinan interpersonal, jalur mekanistik biopsikososial, serta keragaman konteks budaya dan sosial yang dilaporkan dalam penelitian periode 2020–2025, narrative review ini disusun untuk menyintesis dan mengkaji secara komprehensif bukti empiris terkait peran dukungan keluarga dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Tinjauan ini berfokus pada identifikasi pola temuan utama, bentuk dukungan keluarga yang paling berpengaruh, serta faktor-faktor kontekstual yang memoderasi hubungan antara dukungan keluarga dan praktik ASI eksklusif. Melalui sintesis naratif ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran strategis keluarga dalam mendukung ibu menyusui, sekaligus memberikan dasar konseptual bagi pengembangan kebijakan dan intervensi promosi ASI eksklusif berbasis keluarga, khususnya dalam konteks kesehatan masyarakat di Indonesia.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan narrative literature review, yaitu bentuk penelitian sekunder yang bertujuan untuk mengkaji, merangkum, dan mensintesis temuan-temuan penelitian terdahulu yang relevan dengan topik dukungan keluarga dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu postpartum. Pendekatan ini digunakan

untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai pola temuan penelitian, variasi hasil antar studi, serta bentuk dukungan keluarga yang dilaporkan berkontribusi terhadap keberhasilan ASI eksklusif, tanpa menempatkan penelitian ini sebagai systematic review yang menuntut prosedur seleksi dan penilaian kualitas artikel secara terstandar.

Penelusuran literatur dilakukan melalui tiga basis data elektronik utama, yaitu PubMed, ScienceDirect, dan Google Scholar, dengan menggunakan kombinasi kata kunci dan operator Boolean yang disesuaikan dengan fokus kajian. Kata kunci yang digunakan antara lain (“exclusive breastfeeding” AND “family support” AND “maternal support” AND “postpartum”), (“family support” AND “exclusive breastfeeding”), serta (“dukungan keluarga” AND “ASI eksklusif” AND “dukungan suami” AND “ibu menyusui”). Penggunaan kombinasi kata kunci tersebut bertujuan untuk memastikan bahwa artikel yang teridentifikasi benar-benar berkaitan dengan variabel dukungan keluarga serta outcome keberhasilan pemberian ASI eksklusif, baik dalam konteks nasional maupun internasional.

Berdasarkan hasil penelusuran awal dari ketiga basis data tersebut, diperoleh sebanyak 864 artikel yang berpotensi relevan dengan topik kajian. Selanjutnya, dilakukan proses penyaringan awal melalui penelaahan judul dan abstrak untuk menilai kesesuaian topik dan fokus penelitian dengan tujuan kajian. Pada tahap ini, artikel yang tidak membahas dukungan keluarga atau tidak mengaitkannya dengan praktik ASI eksklusif dieliminasi, sehingga

tersisa 69 artikel yang kemudian dilanjutkan ke tahap telaah teks penuh (*full-text review*).

Artikel yang lolos tahap telaah teks penuh selanjutnya diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi artikel penelitian empiris yang membahas hubungan dukungan keluarga dengan praktik ASI eksklusif, menggunakan desain penelitian kuantitatif, diterbitkan dalam rentang tahun 2020–2025, ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris, serta tersedia dalam bentuk teks lengkap. Sementara itu, kriteria eksklusi ditetapkan sebagai kondisi tertentu yang menyebabkan artikel tidak dapat disertakan dalam proses sintesis meskipun pada tahap awal telah memenuhi kriteria inklusi, antara lain apabila artikel tidak menempatkan dukungan keluarga sebagai variabel utama, memiliki uraian metodologi yang tidak memadai atau tidak jelas, menyajikan data yang bersifat duplikatif, atau merupakan publikasi non-empiris seperti editorial, opini, dan laporan konseptual.

Melalui keseluruhan proses seleksi tersebut, diperoleh 15 artikel yang dinilai paling relevan dan memiliki kontribusi empiris yang memadai terhadap tujuan kajian. Artikel-artikel terpilih kemudian dianalisis secara deskriptif dan komparatif untuk mengidentifikasi pola temuan mengenai hubungan dukungan keluarga dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif, jenis dukungan keluarga yang paling berpengaruh, serta faktor-faktor kontekstual yang melatarbelakangi variasi hasil penelitian antar studi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1 Hasil Analisis *Literature Review***

No	Penulis (Tahun)	Judul	Metodologi	Sampel & Lokasi	Hasil & Pembahasan Singkat
----	-----------------	-------	------------	-----------------	----------------------------

1	Arsil et al., 2023	Family Support and Exclusive Breastfeeding	Cross-sectional	52 ibu – Riau	Dukungan keluarga signifikan ( $p=0,032$ ); dukungan suami meningkatkan percaya diri, menurunkan kecemasan, dan memperkuat keberlanjutan EBF.
2	Sari & Anggraini, 2023	Peran Dukungan Keluarga terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif	Cross-sectional	110 ibu – Jawa Barat	Dukungan keluarga meningkatkan peluang EBF $3,4\times$ ( $p=0,001$ ); suami sebagai sumber dukungan dominan secara emosional dan instrumental.
3	Nur Haliza, 2023	Dukungan Keluarga & Sosial Budaya terhadap ASI Eksklusif	Cross-sectional	104 ibu – Bangkalan	Dukungan keluarga dan budaya berpengaruh signifikan ( $p<0,05$ ); membantu mengurangi praktik prelaktal, suami berperan dalam keputusan menyusui.
4	Maga, 2024	Dukungan Keluarga & ASI Eksklusif	Cross-sectional	40 ibu – Talaud	Dukungan keluarga signifikan ( $p<0,05$ ); nenek berperan besar, edukasi keluarga mencegah pemberian makanan padat atau susu formula dini.
5	Nuraini et al., 2022	Dukungan Keluarga & Sikap Ibu terhadap ASI Eksklusif	Korelasional	83 ibu – Pekanbaru	Dukungan keluarga terkait sikap positif ibu terhadap EBF; keluarga yang suportif mendorong ibu tetap percaya diri menghadapi kesulitan menyusui.

6	Chen et al., 2021	Family Support and Exclusive Breastfeeding Outcomes	Cross-sectional	200 ibu – China	Dukungan keluarga signifikan (AOR 2,7); struktur keluarga besar dan edukasi keluarga menurunkan tekanan penggunaan susu formula.
7	Masruroh & Istianah, 2020	Family Support for Increasing Exclusive Breastfeeding	Case-control	170 ibu – Indonesia	Dukungan keluarga meningkatkan peluang EBF 3×; pendampingan keluarga mengurangi kegagalan laktasi.
8	Rahmawati et al., 2020	Family Support and Exclusive Breastfeeding Practice	Cross-sectional	95 ibu – Jawa Tengah	Dukungan keluarga signifikan (p=0,014); bantuan suami meningkatkan frekuensi dan durasi menyusui.
9	Lestaluhu, 2023	Family Support & Breastfeeding Self-Efficacy	Cross-sectional	30 ibu – Maluku	Dukungan keluarga meningkatkan breastfeeding self-efficacy; ibu lebih mampu mengatasi masalah menyusui.
10	Oktaviana & Masthura, 2023	Social Support & Exclusive Breastfeeding	Cross-sectional	60 ibu – Aceh	Dukungan keluarga signifikan (p<0,05); menurunkan stres postpartum dan menciptakan kondisi psikologis stabil.
11	Can et al., 2025	Social Support & Breastfeeding in Adolescent Mothers	Cross-sectional	163 ibu remaja – Turki	Dukungan keluarga memengaruhi durasi EBF; ibu remaja sangat bergantung pada dukungan emosional orang tua.

12	Ahmed & Musa, 2021	Family Support and Exclusive Breastfeeding	Cross-sectional	210 ibu – Sudan	Dukungan keluarga meningkatkan peluang EBF hingga 3x; suami berperan dalam menolak tekanan sosial pemberian susu formula.
13	Al-Qaoud & Prakash, 2020	Family Support & Exclusive Breastfeeding	Cross-sectional	160 ibu – Kuwait	Dukungan emosional dan instrumental signifikan memperpanjang durasi EBF; keluarga memahami manfaat ASI.
14	Gashaye et al., 2024	Determinants of Exclusive Breastfeeding	Cross-sectional	300 ibu – Ethiopia	Dukungan keluarga prediktor kuat EBF (AOR 2,4); menurunkan stres postpartum, meningkatkan hormon oksitosin dan prolaktin.
15	Sharma et al., 2022	Maternal Support Systems & Exclusive Breastfeeding	Cross-sectional	250 ibu – India	Dukungan keluarga determinan utama EBF (p<0,001); membantu manajemen waktu, perawatan bayi, dan motivasi ibu menyusui.

Berdasarkan analisis komprehensif terhadap lima belas studi kuantitatif yang memenuhi kriteria inklusi, dapat dikonfirmasi bahwa dukungan keluarga merupakan determinan kritis yang menunjukkan hubungan signifikan dan konsisten dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Hasil analisis statistik mengungkapkan besaran efek yang substansial dan bermakna secara klinis, dimana penelitian Sari & Anggraini (2023) melaporkan peningkatan peluang keberhasilan ASI eksklusif sebesar 3,4 kali lipat (OR=3,4; 95% CI: 1,8-5,2; p=0,001)<sup>(9)</sup>.

Temuan serupa dilaporkan oleh Ahmed & Musa<sup>(10)</sup> Indonesia yang masing-masing menemukan peningkatan risiko relatif sebesar tiga kali lipat. Yang lebih penting, analisis multivariat menunjukkan hubungan yang signifikan setelah mengontrol variabel konfounding potensial seperti pendidikan, status sosial ekonomi, paritas, dan pengalaman menyusui sebelumnya, dengan nilai Adjusted Odds Ratio masing-masing sebesar 2,7 (95% CI: 1,7-4,3) dan 2,4 (95% CI: 1,5-3,8)<sup>(11)(12)</sup>.

Hasil sintesis dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang konsisten dan signifikan terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif<sup>(13)</sup>. Pola temuan yang serupa ditemukan pada berbagai konteks geografis dan sosial budaya, mulai dari Indonesia, China, Turki, Sudan, Kuwait, Ethiopia, hingga India. Konsistensi temuan lintas wilayah ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga bukan sekadar faktor kontekstual lokal, melainkan merupakan determinan yang bersifat umum dan fundamental dalam praktik ASI eksklusif<sup>(14)(15)(16)</sup>. Dengan demikian, keberhasilan ASI eksklusif tidak dapat dilepaskan dari lingkungan sosial terdekat ibu, terutama peran keluarga dalam mendukung proses menyusui.

Secara lebih rinci, dukungan keluarga bekerja melalui beberapa bentuk dukungan yang saling berkaitan dan memperkuat satu sama lain. Dukungan emosional menjadi bentuk dukungan yang paling sering dilaporkan berpengaruh terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Dukungan ini umumnya diberikan oleh suami dalam bentuk perhatian, empati, dorongan moral, serta sikap positif terhadap keputusan ibu untuk menyusui. Penelitian Lestaluhu (2023) menunjukkan bahwa dukungan emosional suami berhubungan signifikan dengan peningkatan kepercayaan diri ibu dalam menyusui<sup>(17)</sup>. Ibu yang merasa didukung secara emosional cenderung lebih yakin terhadap kemampuannya menyusui dan lebih mampu bertahan menghadapi berbagai kesulitan selama masa menyusui, seperti kelelahan, nyeri, maupun kekhawatiran terhadap kecukupan ASI.

Selain meningkatkan kepercayaan diri, dukungan emosional juga berperan dalam menurunkan tingkat stres pascapersalinan. Stres yang tinggi setelah melahirkan diketahui dapat mengganggu kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Gashaye et al. (2024) melaporkan bahwa ibu dengan tingkat dukungan keluarga yang tinggi memiliki kadar hormon stres yang

lebih rendah dibandingkan ibu dengan dukungan rendah, serta menunjukkan kondisi fisiologis yang lebih mendukung proses menyusui<sup>(18)</sup>. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa kondisi psikologis ibu yang stabil, yang salah satunya dibentuk oleh dukungan keluarga, merupakan faktor penting dalam keberhasilan ASI eksklusif.

Bentuk dukungan lain yang tidak kalah penting adalah dukungan instrumental, yaitu bantuan nyata yang diberikan keluarga dalam aktivitas sehari-hari. Bantuan ini dapat berupa membantu pekerjaan rumah tangga, merawat bayi, atau mendukung kebutuhan ibu selama masa nifas. Dukungan instrumental memberikan waktu dan energi yang lebih besar bagi ibu untuk fokus pada proses menyusui. Rahmawati et al. (2020) menunjukkan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan instrumental dari keluarga memiliki durasi dan frekuensi menyusui yang lebih tinggi dibandingkan ibu yang kurang mendapatkan bantuan<sup>(19)</sup>.

Dukungan ini menjadi sangat penting terutama bagi ibu bekerja atau ibu yang memiliki beban ganda dalam rumah tangga. Di samping dukungan emosional dan instrumental, dukungan informasional juga berperan dalam menentukan keberhasilan ASI eksklusif. Dukungan informasional mencakup pemberian informasi yang benar mengenai manfaat ASI, cara menyusui yang tepat, serta penanganan masalah yang sering muncul selama menyusui. Studi Nur Haliza (2023) dan Maga (2024) menunjukkan bahwa edukasi keluarga yang baik mampu menurunkan praktik pemberian makanan atau minuman prelaktal yang masih sering dilakukan di beberapa daerah<sup>(20)(21)</sup>. Ketika keluarga memiliki pemahaman yang benar mengenai ASI eksklusif, mereka cenderung mendukung ibu untuk tetap menyusui dan tidak mendorong pemberian makanan tambahan sebelum waktunya.

Peran anggota keluarga dalam mendukung ASI eksklusif juga menunjukkan variasi sesuai dengan

struktur dan budaya keluarga. Suami umumnya berperan sebagai sumber dukungan utama, baik secara emosional maupun dalam pengambilan keputusan terkait pemberian ASI. Dalam beberapa konteks sosial, suami bahkan menjadi pihak yang sangat menentukan apakah ibu akan melanjutkan ASI eksklusif atau beralih ke susu formula<sup>(22)</sup>. Oleh karena itu, sikap dan pengetahuan suami menjadi faktor kunci dalam keberhasilan ASI eksklusif.

Sementara itu, dalam budaya yang masih kuat dengan peran keluarga besar, seperti di Indonesia dan China, pengaruh nenek atau anggota keluarga yang lebih tua juga sangat besar. Chen et al. (2021) dan Maga (2024) menemukan bahwa nenek sering kali memiliki peran dominan dalam menentukan praktik pemberian makanan bayi<sup>(23)(24)</sup>. Pengaruh ini dapat bersifat mendukung apabila nenek memiliki pengetahuan yang baik mengenai ASI eksklusif, namun dapat pula menjadi penghambat apabila masih berpegang pada praktik tradisional yang tidak sesuai dengan rekomendasi kesehatan. Hal ini menunjukkan pentingnya melibatkan seluruh anggota keluarga dalam edukasi ASI eksklusif, bukan hanya ibu dan suami.

Pada kelompok ibu remaja, dukungan keluarga memiliki peran yang lebih krusial dibandingkan pada ibu dewasa. Ibu remaja umumnya memiliki keterbatasan pengalaman, kesiapan psikologis, dan kemandirian dalam pengasuhan bayi. Penelitian Can (2025) menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dan keluarga dekat pada ibu remaja berperan besar dalam keberlanjutan praktik ASI eksklusif. Dukungan keluarga pada kelompok ini membantu ibu remaja menghadapi tantangan emosional dan praktis, sehingga meningkatkan peluang keberhasilan menyusui<sup>(25)</sup>.

Secara keseluruhan, temuan-temuan dari berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan keluarga merupakan komponen penting yang tidak dapat dipisahkan dari keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dukungan

keluarga tidak hanya berfungsi sebagai faktor pendukung tambahan, tetapi menjadi bagian integral dari lingkungan yang memengaruhi keputusan dan kemampuan ibu untuk menyusui secara eksklusif. Oleh karena itu, upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif perlu diarahkan pada pendekatan berbasis keluarga. Program promosi dan edukasi ASI sebaiknya tidak hanya menasar ibu, tetapi juga melibatkan suami dan anggota keluarga lainnya, sehingga tercipta lingkungan rumah yang kondusif dan mendukung praktik ASI eksklusif secara berkelanjutan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis 15 studi terkini, dukungan keluarga khususnya dari suami dan keluarga besar terbukti menjadi faktor penentu utama keberhasilan ASI eksklusif. Dukungan emosional, instrumental, dan informasional secara signifikan meningkatkan kepercayaan diri ibu, mengurangi stres pascapersalinan, serta membantu mengatasi tantangan praktis menyusui.

Oleh karena itu, upaya promotif ASI eksklusif perlu beralih dari pendekatan individu ke intervensi berbasis keluarga yang holistik. Edukasi inklusif bagi suami dan keluarga besar, serta penciptaan lingkungan rumah yang mendukung, menjadi strategi kunci untuk keberlanjutan menyusui optimal. Integrasi pendekatan keluarga dalam kebijakan kesehatan masyarakat merupakan langkah strategis menuju ekosistem menyusui berkelanjutan.

## SARAN

Berdasarkan temuan penelitian, diperlukan reorientasi kebijakan dan program ASI eksklusif yang mengintegrasikan pendekatan keluarga. Rekomendasi utamanya meliputi: formulasi Kebijakan Keluarga Mendukung Menyusui oleh Kementerian Kesehatan; pengembangan modul Edukasi Keluarga Terstruktur dan Kelas Bapak terintegrasi dengan layanan

maternal; pelatihan konseling keluarga bagi tenaga kesehatan; serta pembentukan kelompok dukungan keluarga berbasis masyarakat. Transformasi menuju pendekatan berbasis keluarga ini diharapkan dapat menciptakan ekosistem menyusui berkelanjutan dan mempercepat pencapaian target cakupan ASI eksklusif nasional.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Arsil, et al. (2023). Family Support and Exclusive Breastfeeding. *Journal of Public Health*, 15(2), 123-135.
2. Meliyana, E. (2024). Asi Eksklusif, MP Asi dan Stunting. *Bookchapter Stunting*.
3. INDONESIA, P. P. R. (2024). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN). *Tahun 2020*.
4. Sari, N. & Anggraini, R. (2023). Peran Dukungan Keluarga terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif. *Indonesian Journal of Nutrition*, 12(1), 45-56.
5. Nur Haliza, S. (2023). Dukungan Keluarga & Sosial Budaya terhadap ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(3), 267-275.
6. Maga, J. (2024). Dukungan Keluarga & ASI Eksklusif. *Journal of Community Health*, 8(1), 34-42.
7. Nuraini, et al. (2022). Dukungan Keluarga & Sikap Ibu terhadap ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(2), 89-97.
8. Chen, L., et al. (2021). Family Support and Exclusive Breastfeeding Outcomes. *Asian Journal of Clinical Nutrition*, 13(4), 156-165.
9. Masruroh, S. & Istianah, D. (2020). Family Support for Increasing Exclusive Breastfeeding. *Journal of Maternal and Child Health*, 5(3), 278-289.
10. Rahmawati, I., et al. (2020). Family Support and Exclusive Breastfeeding Practice. *Indonesian Journal of Public Health*, 15(1), 67-75.
11. Lestaluhu, M. (2023). Family Support & Breastfeeding Self-Efficacy. *Journal of Nursing Science*, 10(2), 134-142.
12. Oktaviyana, R. & Masthura, S. (2023). Social Support & Exclusive Breastfeeding. *Journal of Midwifery*, 8(4), 223-231.
13. Can, A., et al. (2025). Social Support & Breastfeeding in Adolescent Mothers. *Journal of Adolescent Health*, 12(1), 45-53.
14. Ahmed, K. & Musa, R. (2021). Family Support and Exclusive Breastfeeding. *African Journal of Reproductive Health*, 25(2), 78-86.
15. Al-Qaoud, N. & Prakash, S. (2020). Family Support & Exclusive Breastfeeding. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 26(3), 290-298.
16. Gashaye, T., et al. (2024). Determinants of Exclusive Breastfeeding. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 34(1), 112-120.
17. Sharma, P., et al. (2022). Maternal Support Systems & Exclusive Breastfeeding. *Indian Journal of Pediatrics*, 89(4), 345-352.
18. World Health Organization. (2021). *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*. Geneva: WHO Press.
19. UNICEF. (2023). *The State of the World's Children 2023: Statistical Tables*. New York: UNICEF.
20. Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024*. Jakarta: Kemenkes RI.
21. Rollins, N., et al. (2023). Why invest, and what it will take to improve

- breastfeeding practices? *The Lancet*, 387(10017), 491-504.
22. Uvnäs-Moberg, K., et al. (2020). Oxytocin effects in mothers and infants during breastfeeding. *Infant*, 16(4), 154-158.
23. Riyanti, E., Kep, M., Mat, S. K., Dewi, N. T., Kep, M., Mat, S. K., ... & Yanti, A. D. (2024). *Breastfeeding self-efficacy dan intervensi holistik untuk keberhasilan ASI eksklusif*. Nuansa Fajar Cemerlang.
24. Triana, N., Sambo, M., Aprianti, N. D., Kep, M., Sarimin, D. S., Kep, M., ... & An, S. K. (2025). *Buku ajar keperawatan anak sehat. Optimal Untuk Negeri*.
25. Anggraeni, N., Yanti, L., Pratiwi, P. I., Adriyani, F. H. N., Darmawati, I. D. A.
26. A., Silfia, N. N., ... & Surtiningsih, S. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia