

The Relationship Between Exclusive Breastfeeding Counseling and Food Restrictions Culture and the Success of Exclusive Breastfeeding at the Wara Community Health Center in Palopo City

Hubungan Penyuluhan Asi Eksklusif dan Budaya Pantangan Makanan dengan Keberhasilan Asi Eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo

¹Kasmayani*, ¹Dewi Hastuty, ¹Yuniar Dwi Yanti, ¹Adeliana, ¹Nur Gita Jamilda, ²Husnul Khatimah & ³Kurniati Akhfar

ABSTRACT

Introduction: Breast milk (ASI) is the primary source of nutrition that influences the nutritional status and health of infants. The government has set a target of 50% for exclusive breastfeeding coverage for infants aged 0-6 months, but some regions still have low breastfeeding coverage. Insufficient breast milk production is the most common complaint expressed by postpartum mothers and is a contributing factor to the failure of exclusive breastfeeding. The purpose of this study was to determine the relationship between exclusive breastfeeding education and cultural food restrictions on the success of exclusive breastfeeding. **Research Method:** An analytical observational design with a cross-sectional approach. The study population was all 35 breastfeeding mothers with infants aged 6 months and older residing in the Wara Community Health Center (Puskesmas) working area in Palopo City. Sampling was conducted using purposive sampling, considering inclusion and exclusion criteria. Inclusion criteria: Breastfeeding mothers with infants aged 6 months and older; 2) Willingness to participate in all stages of the four-week training; 3) No psychological disorders or serious medical conditions that could interfere with breastfeeding. Exclusion criteria: 1) Mothers who have premature babies with a gestational age of <34 weeks; and Babies who have congenital abnormalities that affect the ability to breastfeed. The sample size in this study according to Slovin can be determined by the formula. So the sample in this study was 35 respondents. Data collection was carried out using a questionnaire. The collected data were then processed and analyzed using the SPSS statistical program analyzed with the Chi Square test. **Research Results:** Based on the results of the study using the Chi-Square statistical test, it shows a p value = 0.000, which is statistically very significant ($p < 0.05$), so it can be concluded that there is a relationship between Exclusive Breastfeeding counseling and Exclusive Breastfeeding. The results of the bivariate chi square analysis showed a p value = 0.000 which is statistically very significant ($p < 0.05$), indicating a relationship between the culture of food taboos and the success of Exclusive Breastfeeding. **Conclusion:** There is a relationship between exclusive breastfeeding counseling and exclusive breastfeeding at the Wara Health Center, Palopo City in 2026 and there is a relationship between cultural food taboos and exclusive breastfeeding at the Wara Health Center, Palopo City in 2026.

ABSTRAK

Pendahuluan: Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber gizi utama yang mempengaruhi status gizi dan kesehatan bayi. Pemerintah telah menetapkan target cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan sebesar 50%, namun beberapa daerah masih memiliki cakupan ASI yang rendah. Produksi ASI kurang merupakan keluhan yang paling sering diutarakan ibu nifas dan menjadi penyebab kegagalan ASI eksklusif. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan penyuluhan ASI eksklusif dan budaya pantangan makanan dengan keberhasilan ASI eksklusif. **Metode penelitian:** Desain observasi analitik dengan pendekatan cross-sectional. populasi penelitian adalah seluruh ibu menyusui dengan bayi usia ≥ 6 bulan dan berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Wara Kota Palopo sebanyak 35 orang. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling, dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi: Ibu menyusui dengan bayi usia ≥ 6 bulan; 2) Bersedia mengikuti seluruh tahapan penelitian; 3) Tidak mengalami gangguan psikis atau kondisi medis berat yang dapat mengganggu proses menyusui. Kriteria eksklusi: 1) Ibu yang memiliki bayi prematur dengan usia gestasi <34 minggu; dan bayi yang memiliki kelainan kongenital yang memengaruhi kemampuan menyusui. Besar sampel dalam penelitian ini menurut slovin dapat di tentukan dengan rumus. Jadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 35 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar kuesioner. Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan dianalisis menggunakan program statistik SPSS dianalisis dengan uji Chi Square. **Hasil Penelitian:** Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang secara statistik sangat signifikan ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara penyuluhan ASI Eksklusif dan Pemberian ASI Eksklusif dan Hasil analisis bivariat chi square menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang secara statistik sangat signifikan ($p < 0,05$), menandakan adanya hubungan antara budaya pantangan makanan dengan keberhasilan ASI Eksklusif. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan penyuluhan ASI eksklusif dengan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo tahun 2026 dan terdapat hubungan budaya pantangan makanan dengan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo tahun 2026.

¹ Universitas Mega Buana Palopo

² Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba

³ Akademi Kebidanan Mega Buana Sinjai

Korespondensi e-mail:
kasmayaniyusran@gmail.com

Submitted: 07-05-2026

Revised: 26-06-2026

Accepted: 11-07-2026

How to Cite: Kasmayani, K., Hastuty, D., Yanti, Y. D., Adeliana, A., Jamilda, N. G., Khatimah, H., & Akfar, K. (2026). The Relationship Between Exclusive Breastfeeding Counseling and Food Restrictions Culture and the Success of Exclusive Breastfeeding at the Wara Community Health Center in Palopo City. *Jurnal Midwifery*, 8(2). <https://doi.org/10.24252/jmw.v8i2.67679>

Kata Kunci:

Penyuluhan; ASI Eksklusif; Budaya; Pantangan Makanan; Ibu Menyusui

Keywords:

Counseling; Exclusive Breastfeeding; Culture; Food Restrictions; Breastfeeding Mothers

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk anak dalam 6 bulan pertama kehidupannya karena mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh seorang bayi dan sangat mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. Pemberian ASI eksklusif mengacu pada pemberian ASI tanpa menggunakan suplemen nutrisi selain suplemen nutrisi atau obat-obatan. Setelah enam bulan ([Kemenkes RI, 2020](#)).

Menurut data dunia, hanya sekitar 48% bayi di seluruh dunia yang menerima ASI eksklusif selama periode 2015 hingga 2021. Persentase ini masih jauh dari target global sebesar 70% yang ditetapkan untuk tahun 2035 ([UNICEF, 2022](#)). Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak bayi yang belum mendapatkan asupan gizi yang optimal dari ASI saja ([WHO, 2023](#)).

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik ([BPS, 2024](#)), cakupan ASI eksklusif di Indonesia mengalami peningkatan dari 69,62% pada tahun 2020 menjadi 74,73% pada tahun 2024. Meski setiap tahun meningkat, namun angka ini masih belum mencapai target nasional sebesar 80% ([Kemenkes RI, 2023](#)).

Menurut data dari Badan Pusat Statistik ([BPS, 2024](#)) di Provinsi Sulawesi Selatan, cakupan ASI eksklusif tercatat sebesar 76,21% pada tahun 2020, meningkat menjadi 76,43% pada 2021, namun mengalami penurunan menjadi 75,88% pada 2022. Kemudian, angkanya kembali meningkat menjadi 77,2% pada 2023 dan mencapai 77,58% pada 2024.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Palopo, cakupan ASI eksklusif mengalami penurunan dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2020, cakupannya sebesar 40,91% dan meningkat menjadi 44,59% pada 2021. Namun, pada 2022 terjadi penurunan menjadi 41,23%, yang berlanjut pada 2023 dengan angka 38,58%. Meski demikian, pada tahun 2024 cakupan ASI eksklusif di Kota Palopo kembali meningkat menjadi 51,68%. Jumlah bayi usia ≥ 6 bulan sebanyak 122%.

Berdasarkan dari puskesmas Wara Kota Palopo menunjukkan bahwa cakupan keberhasilan ASI eksklusif pada tahun 2023 mencapai 80%. Namun, dalam dua tahun berikutnya terjadi penurunan berturut-turut, yaitu menjadi 63% pada 2024 dan 51,85% tahun 2025.

Pemberian ASI secara langsung yaitu dengan cara menyusui sedangkan pemberian ASI tidak langsung dilakukan dengan cara memerah atau memompa ASI, menyimpannya untuk kemudian diberikan kepada bayi, pemberian ASI berdasarkan pengertian diatas ibu dikatakan memberikan ASI eksklusif apabila bayi hanya diberikan ASI selama usia 0-6 bulan, sedangkan ibu dikatakan memberikan ASI tidak eksklusif apabila bayi diberikan makanan atau minuman tambahan lainnya pada usia 0-6 bulan ([Sumarmi, 2023](#)).

ASI eksklusif sangat penting untuk kelangsungan hidup bayi, karena ASI mengandung protein alami yang terdapat dalam tubuh (Growth factor) dan zat antibodi Growth factor dalam ASI punya peran penting dalam membantu proses pematangan organ dan hormon, sedangkan zat antibodi membantu proses pematangan sistem imun, karena proses pematangan sistem pada bayi baru lahir belum sempurna ([Marwiyah & Khaerawati, 2020](#)).

Dampak bayi apabila tidak diberikan ASI secara penuh sampai pada usia enam bulan pertama kehidupan beresiko terkena diare yang parah dan fatal. Risiko tersebut 30 kali lebih besar dari pada bayi yang diberi ASI secara penuh. Bayi tidak diberikan ASI eksklusif, memiliki risiko kematian lebih besar karena malnutrisi (Diandra, 2022)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Noprianti et al., 2023) menunjukkan bahwa ibu menyusui yang memiliki pantangan makanan cenderung gagal memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang tidak memiliki pantangan tersebut. Makanan yang dianggap “amis” sering kali dihindari karena diyakini dapat mengubah rasa ASI. Pola makan yang tidak seimbang selama menyusui dapat berdampak negatif pada kualitas ASI yang dihasilkan.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Aini & Vidayati, 2023) yang menyatakan bahwa pantangan makanan merupakan salah satu hambatan dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang baru melahirkan sering kali dilarang mengonsumsi protein hewani karena dipercaya dapat menyebabkan “dena” atau penyakit air susu. Kebiasaan ini dapat menurunkan asupan nutrisi yang dibutuhkan oleh ibu maupun bayinya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Kusumawati, 2022) mengatakan bahwa penyuluhan tentang pentingnya ASI eksklusif harus diberikan sejak masa antenatal memiliki hubungan dengan pemberian ASI dimana dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai manfaat menyusui. Penelitian ini menunjukkan bahwa peran tenaga kesehatan, baik bidan maupun dokter, sangat penting dalam memberikan informasi dan edukasi mengenai ASI eksklusif kepada ibu dan suami mereka.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Jemmy et al., 2023) bahwa penyuluhan yang diberikan oleh petugas kesehatan memiliki hubungan dengan ASI eksklusif. Pengetahuan yang baik mengenai ASI eksklusif sangat bergantung pada informasi yang diterima ibu melalui penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. Oleh karena itu, petugas kesehatan perlu lebih proaktif dan inisiatif dalam memberikan penyuluhan yang lebih mendalam tentang ASI eksklusif. Penyuluhan yang intensif dan berkualitas dapat meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya memberikan ASI eksklusif, sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi.

Nilai kebaruan dari penelitian ini menggali akar budaya dan lingkungan keluarga yang mendasari mitos pantangan. Penelitian sebelumnya hanya mendeskripsikan mitos/pantangan dan mengimbau ibu untuk makan bergizi sedangkan pada penelitian ini menawarkan solusi terapan (penyuluhan) untuk mematahkan mitos pantang makanan yang menghambat gizi dan produksi ASI yang bisa mempengaruhi keberhasilan ASI Eksklusif. Edukasi yang diberikan dirancang khusus agar selaras dengan kearifan lokal tanpa menghakimi budaya setempat, penelitian ini tidak hanya aspek gizi (produksi ASI), tetapi juga kesehatan mental ibu untuk mengetahui apakah penyuluhan efektif menurunkan stres akibat tekanan budaya pantang makan yang bisa mempengaruhi keberhasilan ASI Eksklusif. Serta Penelitian ini dilakukan di wilayah yang belum banyak diteliti sebelumnya, sehingga dapat memberikan gambaran baru mengenai variabel yang memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif.

Berdasarkan hasil survey awal, dilakukan wawancara dengan petugas poli KIA di Puskesmas Wara Kota Palopo, diketahui bahwa dalam dua tahun terakhir, cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Wara Kota Palopo masih belum mencapai target yang ditetapkan. Dikarenakan banyak ibu menyusui yang mengikuti pantangan makanan

berdasarkan budaya setempat, seperti larangan mengonsumsi makanan laut (terutama ikan laut dan udang) yang dipercaya dapat membuat ASI berbau amis atau menyebabkan bayi alergi, serta menghindari makanan pedas atau panas yang dianggap dapat mengganggu pencernaan bayi dan membuatnya rewel. Selain itu, makanan yang dianggap “dingin” seperti es juga dihindari karena dipercaya dapat menyebabkan bayi masuk angin. Makanan berlemak seperti santan juga sering dihindari dengan keyakinan bahwa itu dapat mempengaruhi kekentalan ASI dan menyebabkan bayi kembung. Pantangan-pantangan tersebut berpotensi membatasi asupan gizi ibu, yang pada akhirnya dapat memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Sehingga Penyuluhan tentang ASI eksklusif merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh Puskesmas Wara untuk meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupan. Namun, meskipun penyuluhan ini telah rutin dilakukan, masih terdapat banyak ibu yang gagal dalam memberikan ASI eksklusif, meskipun mereka telah mendapatkan informasi tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “hubungan penyuluhan asi eksklusif dan budaya pantangan makanan dengan keberhasilan asi eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2026.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian ini menggunakan desain observasi analitik dengan pendekatan cross-sectional. populasi penelitian adalah seluruh ibu menyusui dengan bayi usia ≥ 6 bulan dan berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Wara Kota Palopo sebanyak 35 orang. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling, dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi: 1) Ibu menyusui dengan bayi usia ≥ 6 bulan; 2) Bersedia mengikuti seluruh tahapan penelitian; 3) Tidak mengalami gangguan psikis atau kondisi medis berat yang dapat mengganggu proses menyusui. Kriteria eksklusi: 1) Ibu yang memiliki bayi prematur dengan usia gestasi < 34 minggu; dan Bayi yang memiliki kelainan kongenital yang memengaruhi kemampuan menyusu. Besar sampel dalam penelitian ini menurut slovin dapat di tentukan dengan rumus. Jadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 35 responden. Adapun variabel penelitian yaitu variabel dependen adalah Keberhasilan ASI Eksklusif. Variabel independen yaitu penyuluhan ASI Eksklusif dan budaya pantangan makanan. Pada tahap penyusunan instrument penelitian berupa kuesioner harus memiliki kelayakan dan kehandalan dalam menilai apa yang ingin diukur. Beberapa instrumen penelitian yang diadopsi atau dimodifikasi/diadaptasi dalam penelitian ini dilakukan diujicoba kepada subyek penelitian diluar subyek penelitian utama, kemudian akan dinilai validitas (valid jika nilai korelasi R hitung $> R$ table) dan reliabilitas (uji Cronbach's Alpha dengan α dinilai reliabel jika lebih besar dari 0,6) setiap instrument. Adapun analisis data pada penelitian ini yaitu analisis univariat dan bivariat., dengan bantuan program komputer SPSS. Etika Penelitian meliputi 1. Tanpa nama (anonymity) Untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data atau kuesioner yang diisi oleh respondent. Lembar tersebut hanya diisi oleh kede tertentu (anonymity) 2. Kerahasiaan (confidentiality) Kerahasiaan informasi yang di berikan oleh responden dijamin oleh peneliti (confidentiality). 3. Kemanfaatan (Beneficiency) Pada penelitian ini, peneliti melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur penelitian, meminimalkan dampak yang merugikan bagi subjek penelitian dengan memberikan informed consent dan informed

choice. 4. Keadilan (Justice) Pada penelitian ini, peneliti akan melakukan penelitian secara jujur dan adil sesuai dengan situasi yang ada.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Distribusi frekuensi karakteristik responden di Puskesmas Wara Kota Palopo tahun 2026. (N = 35).

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Umur Ibu (Tahun)		
16-19	5	14,3
20-23	7	20
24-26	11	31,4
27-30	9	25,7
31-34	1	2,9
>35	2	5,7
Pendidikan		
SMP	2	5,7
SMA	25	71,4
SMK	3	8,6
D3	1	2,9
S1	4	11,4
Pekerjaan		
IRT	29	82,8
Wiraswasta	3	8,6
Honorar	3	8,6
Total	35	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Berdasarkan tabel 1 menunjukkan dari orang 35 responden yang di teliti, frekuensi tertinggi adalah responden dengan kelompok umur 24-26 tahun yaitu sebanyak 11 orang (31,4%) sedangkan umur responden terendah adalah 31-34 tahun yaitu sebanyak 1 orang (2,9%). Pada karakteristik pendidikan, diketahui sebagian besar responden adalah berpendidikan SMA yaitu sebanyak 25 orang (71,4%) dan terendah adalah responden yang berpendidikan D3 yaitu sebanyak 1 orang (2,9%). Pada karekteristik pekerjaan, sebagian besar responden adalah IRT yaitu sebanyak 29 responden (82,9%) serta wiraswasta dan honorar sebagai pekerjaan dengan jumlah terendah yaitu sebanyak 3 orang (8,6%).

Tabel 2

Distribusi frekuensi pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo tahun 2026 (N = 35)

Pemberian ASI Eksklusif	Frekuensi (f)	Persentase (%)
ASI eksklusif	11	31,4
Tidak ASI eksklusif	24	68,6
Total	35	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 11 orang (31,4%), sedangkan yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 24 orang (68,6%).

Tabel 3

Distribusi frekuensi Penyuluhan ASI Eksklusif di Puskesmas wara Kota Palopo tahun 2026 (N = 35)

Penyuluhan ASI Eksklusif	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pernah	16	45,7
Tidak pernah	19	54,3
Total	35	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil bahwa pada penyuluhan ASI eksklusif, yang memiliki kategori pernah mengikuti penyuluhan ASI eksklusif sebanyak 16 orang (45,7%), dan tidak pernah mengikuti penyuluhan ASI eksklusif sebanyak 19 orang (54,3%).

Tabel 4

Distribusi frekuensi Budaya Pantangan Makanan di Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2026 (N = 35)

Budaya Pantangan Makanan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Mendukung	17	48,6
Tidak mendukung	18	51,3
Total	35	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil bahwa pada budaya pantangan makanan kategori mendukung sebanyak 17 orang (48,6%), dan yang tidak mendukung sebanyak 18 orang (51,3%).

Tabel 5

Hubungan penyuluhan ASI Eksklusif dengan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo tahun 2026 (N = 35)

Penyuluhan ASI Eksklusif	Pemberian ASI Eksklusif				Total		Nilai <i>P</i>
	ASI Eksklusif		Tidak ASI Eksklusif				
	n	%	n	%	N	%	
Pernah	10	28,6	6	17,2	16	45,7	0,000
Tidak Pernah	1	2,8	18	51,4	19	54,3	
Total	11	31,4	24	68,6	35	100	

Sumber: Uji Hasil uji chi square, 2026

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan dari 35 ibu (100,0%) yang mempunyai bayi usia 6 bulan keatas, hanya 10 ibu (28,6%) yang memberikan ASI Eksklusif pada bayinya, dan terdapat 24 ibu (68,6%) yang tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Didapatkan 6 ibu (17,2%) yang tidak memberikan ASI eksklusif meskipun pernah mengikuti penyuluhan ASI Eksklusif, sedangkan 18 ibu (51,4%) yang tidak memberikan ASI Eksklusif disebabkan karena tidak mengikuti penyuluhan ASI eksklusif. Hasil analisis bivariat dengan uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p-value*, 0,000 yang lebih kecil dari nilai $< \alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan H_a penelitian diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan penyuluhan ASI Eksklusif dengan pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2026.

Tabel 6

Hubungan budaya pantangan makanan dengan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2026 (N = 35)

Budaya Pantangan Makanan	Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja				Total		Nilai <i>P</i>
	ASI Eksklusif		Tidak ASI Eksklusif				
	N	%	N	%	N	%	
Mendukung	1	2,9%	16	45,7%	17	48,6%	<i>0,000</i>
Tidak Mendukung	10	28,5%	8	22,9%	18	51,3%	
Total	11	31.4%	24	68.6%	35	100%	

Sumber: Hasil uji chi square, 2026

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan dari 35 ibu (100,0%) yang mempunyai bayi usia diatas 6 bulan, hanya 10 ibu (28,5%) yang memberikan ASI Eksklusif pada bayinya, dan terdapat 24 ibu (68,8%) yang tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Didapatkan 16 ibu (47,7%) yang tidak memberikan ASI eksklusif disebabkan karena mendapat dukungan dari budaya pantangan makanan, sedangkan 8 ibu (22,9%) yang tidak memberikan ASI Eksklusif meskipun tidak mendapat dukungan dari budaya pantangan makanan. Hasil analisis bivariat dengan uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p-value*, 0,000 yang lebih kecil dari nilai $< \alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan H_a penelitian diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan budaya pantangan makanan dengan pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo Tahun 2026.

PEMBAHASAN

1. Hubungan penyuluhan ASI Eksklusif dengan pemberian ASI eksklusif

Hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang secara statistik sangat signifikan ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang kuat antara penyuluhan ASI Eksklusif dan praktik pemberiannya. Perbedaan proporsi yang mencolok antara ibu yang mengikuti dan tidak mengikuti penyuluhan mengindikasikan bahwa penyuluhan bukan sekadar faktor pendukung, tetapi dapat menjadi faktor penentu dalam meningkatkan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian ibu yang tetap tidak memberikan ASI Eksklusif meskipun sudah mengikuti penyuluhan, terkendala oleh faktor dukungan keluarga yang kurang sehingga menimbulkan stress dan membuat ibu merasa terbebani dan memilih berhenti menyusui.

Dukungan keluarga merupakan faktor eksternal yang paling besar pengaruhnya terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri atau motivasi dari ibu dalam menyusui (Putri, 2021).

Teori ini sejalan dengan teori (Santi et al., 2020) Penyuluhan memiliki dampak positif dalam mendorong perubahan perilaku individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat menuju perilaku hidup sehat serta lingkungan yang mendukung kesehatan. Penyuluhan yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehingga dapat mencapai pola hidup yang sehat baik fisik, mental, dan sosial, yang pada akhirnya mendukung tercapainya derajat kesehatan yang optimal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Idris et al., 2020) bahwa penyuluhan dan edukasi yang rutin diberikan oleh petugas kesehatan terkait ASI terbukti mampu meningkatkan motivasi serta rasa percaya diri ibu, sehingga mendorong mereka untuk menyusui secara eksklusif. Beberapa responden menyatakan bahwa mereka sering mendapatkan informasi mengenai ASI saat kunjungan antenatal, selama jam pelayanan di puskesmas, maupun ketika menyampaikan keluhan tentang menyusui, yang ditanggapi dengan cepat oleh petugas. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan ASI yang konsisten berperan besar dalam membangun keyakinan ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Emilda AS et al., 2023) bahwa penyuluhan ASI yang dilakukan dengan komunikasi yang baik, suasana yang nyaman, serta sikap terbuka dari petugas penyuluh dapat membantu menggali pengetahuan ibu dan mendorong peningkatan pemahaman mereka tentang ASI. Ketika penyuluhan mampu membangun kepercayaan dan memberikan motivasi, ibu akan lebih mudah menerima informasi dan merasa berani untuk mengungkapkan ketidaktahuan atau kebingungannya. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan ASI memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Yuliana et al., 2022) bahwa bidan salah satu tenaga kesehatan yang berperan penting dalam keberhasilan menyusui. Melalui penyuluhan tentang ASI, bidan dapat memberikan dukungan kepada ibu agar mampu menyusui dengan baik serta mencegah munculnya berbagai masalah umum selama proses menyusui. Peran awal bidan dalam penyuluhan adalah meyakinkan ibu bahwa

ASI dari payudaranya cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi. Dengan memberikan informasi dan bimbingan yang tepat, bidan membantu meningkatkan pemahaman dan keyakinan ibu, sehingga mendukung tercapainya pemberian ASI eksklusif secara optimal.

Asumsi peneliti, rendahnya angka keberhasilan ASI Eksklusif pada kelompok ibu dalam penelitian ini disebabkan oleh kurangnya akses terhadap penyuluhan ASI Eksklusif yang efektif sejak awal masa nifas atau kehamilan. Selain keterbatasan informasi, faktor lain seperti status ibu sebagai wanita bekerja, kurangnya dukungan keluarga, dan waktu istirahat yang terbatas turut menjadi hambatan dalam praktik pemberian ASI Eksklusif. Oleh karena itu, penyuluhan ASI tidak cukup hanya mengandalkan pendekatan informatif, tetapi juga memerlukan pendekatan kontekstual berbasis kondisi sosial dan kebutuhan ibu. Strategi promosi kesehatan yang lebih terstruktur dan menyasar kelompok rentan, seperti ibu bekerja, sangat dibutuhkan untuk meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif.

2. Hubungan budaya pantangan makanan dengan pemberian ASI eksklusif

Hasil analisis bivariat *chi square* menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang secara statistik sangat signifikan ($p < 0,05$), menandakan adanya hubungan yang kuat antara budaya pantangan makanan dengan keberhasilan ASI Eksklusif.

Berdasarkan hasil wawancara pada saat pengisian kuisioner ditemukan bahwa ada ibu yang tidak mendukung budaya pantangan makanan tetapi tetap gagal memberikan ASI eksklusif karena memiliki riwayat persalinan SC sehingga ibu merasakan lebih nyeri saat pada saat selesai bersalin akibatnya ibu terhalang memberikan ASI sejak bayinya baru lahir.

Perbedaan yang signifikan ini memperlihatkan bahwa budaya pantangan makanan dapat menjadi salah satu faktor risiko utama yang secara konsisten menghambat keberhasilan pemberian ASI Eksklusif. Oleh karena itu, intervensi terhadap praktik budaya yang keliru dan edukasi berbasis nilai lokal sangat penting untuk meningkatkan cakupan ASI Eksklusif di masyarakat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh ([Rusdiarti, 2023](#)) bahwa Pada persalinan dengan tindakan sectio caesarea (SC), ibu dan bayi umumnya dirawat secara terpisah, sehingga ibu tidak memiliki kesempatan untuk segera belajar menyusui. Kondisi ini dapat menghambat produksi ASI karena proses menyusui tidak langsung dilakukan, sehingga ASI belum keluar. Akibatnya, ibu dan keluarga sering kali memutuskan untuk memberikan susu formula atau makanan lain karena khawatir bayi akan kelaparan.

Sementara menurut teori keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif sangat menentukan tercapainya pemberian ASI yang optimal bagi bayi. Ketika produksi ASI mencukupi, maka kebutuhan nutrisi bayi dapat terpenuhi dengan baik. Beberapa tanda bahwa ASI cukup di antaranya adalah payudara terasa penuh atau tegang sebelum menyusui, ASI keluar secara spontan dari puting, dan setelah menyusui, bayi tampak tenang atau tertidur selama 1 hingga 2 jam ([Agustina et al., 2020](#)).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh ([Sulistyowati et al., 2020](#)) bahwa ibu yang menganut budaya dengan pantangan makanan yang bersifat negatif cenderung memiliki kemungkinan lebih besar untuk tidak memberikan ASI eksklusif dibandingkan dengan ibu yang berasal dari lingkungan sosial budaya yang mendukung pemberian ASI. Berdasarkan

data, ibu dengan pantangan makanan yang tidak tepat memiliki pengaruh sekitar 1,11 kali lebih besar dalam menghambat keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Maulidza et al., 2022) bahwa Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor sosial budaya dengan praktik pemberian ASI eksklusif, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai $p = 0,019$. Dalam masyarakat, terdapat berbagai kepercayaan budaya yang berkaitan dengan menyusui, di mana sebagian mendukung praktik menyusui, namun sebagian lainnya justru menjadi penghambat. Mitos dan kepercayaan yang keliru dapat menjadi kendala dalam pelaksanaan menyusui secara normal. Salah satu mitos yang masih sering ditemukan adalah anggapan bahwa kolostrum ASI pertama yang keluar tidak baik dan bahkan dianggap berbahaya bagi bayi, padahal kenyataannya sangat bermanfaat.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi et al., 2021) bahwa aktivitas menyusui selalu berlangsung dalam bingkai budaya; artinya, praktik pemberian ASI melekat erat pada norma sosial-budaya di lingkungan setempat. Kebiasaan dan tradisi di sekeliling ibu secara bertahap membentuk pola perilakunya. Keyakinan sosio kultural itu sendiri lahir dari apa yang dipersepsi dan dipelajari begitu suatu kepercayaan tertanam, ia menjadi acuan untuk menilai tindakan yang dianggap wajar atau diharapkan

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Haliza, 2023) bahwa faktor sosio kultural terbukti berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Tradisi yang kental dan sulit diubah dapat menjadi penghambat utama; misalnya adat tertentu yang justru melarang ibu menyusui pada periode awal kelahiran. Selain itu, tingkat pendidikan ibu yang rendah dan keterbatasan pengetahuan semakin memperkuat pengaruh budaya yang tidak mendukung.

Asumsi peneliti, guna mengurangi kepercayaan yang keliru tentang ASI Eksklusif maka keluarga perlu diberikan pemahan yang benar, karena pemahaman keluarga juga memegang peran yang sangat penting. Pemahaman yang kurang dari keluarga mengenai ASI dan manfaatnya mengakibatkan keluarga tidak mampu memberikan dukungan sosial yang baik terhadap pemberian ASI Eksklusif. Dengan demikian diharapkan adanya perhatian yang besar yang diberikan dari petugas kesehatan setempat untuk meningkatkan penyuluhan, konseling, dan pendampingan ASI Eksklusif bagi ibu serta keluarga khususnya lagi kepada suami sebagai orang terdekat dari ibu.

Intervensi berbasis komunitas dan budaya melalui penyuluhan, konseling, serta pendampingan intensif kepada keluarga terutama suami sangat dibutuhkan agar dapat meningkatkan keberhasilan ASI Eksklusif secara menyeluruh.

Keterbatasan pada penelitian ini merupakan hambatan yang dialami peneliti dalam melakukan suatu penelitian. Penelitian ini tidak dapat terlepas dari keterbatasan – keterbatasan baik yang berasal dari peneliti maupun dari luar peneliti. Pada penelitian ini mengalami keterbatasan, yaitu bias pelaporan mandiri (subjektivitas ibu), desain *cross-sectional* yang tidak dapat menentukan sebab-akibat, ukuran sampel yang terbatas pada satu wilayah, hasil penelitian bisa saja berubah jika dilakukan penelitian yang sama dan waktu yang berbeda. Penelitian ini dilakukan secara deskriptif dan masih perlu diteliti analisis faktor– faktor penyebab.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan penyuluhan ASI eksklusif terhadap pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo tahun 2026.
2. Ada hubungan budaya pantangan makanan terhadap pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Wara Kota Palopo tahun 2026.

B. Saran

Diharapkan puskesmas dapat meningkatkan selalu memberikan penyuluhan terkait ASI Eksklusif tentang manajemen ASI ibu yang tidak bekerja maupun ibu bekerja, baik secara langsung maupun online agar lebih mudah diakses. Bagi peneliti selanjutnya memperluas wilayah penelitian dan memasukkan variabel tambahan yang berkaitan dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif agar dapat menghasilkan hasil yang lebih bermakna dari penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, A., Hamisah, I., & Mutia, Y. (2020). Hubungan promosi susu formula, produksi ASI dan psikologis ibu dengan pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 1(2), 159. <https://doi.org/10.30867/gikes.v1i2.409>
- Aini, L. E. N., & Vidayati, L. A. (2023). *Hubungan Pantang Makanan Pada Masa Nifas, Pemberian Asi Eksklusif Dan Ketepatan Pemberian Mp-Asi Dengan Kejadian Stunting*.
- BPS. (2024). *persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan asi eksklusif*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1340/1/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>
- Diandra, B. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Dan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Anak (2-5 Tahun) Di Desa Banaran Sambungmacan Sragen. *Jurnal Ilmiah Permas*, 10(2), 62–69. https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/103506%0Ahttps://eprints.ums.ac.id/103506/1/Benaya_Diandra_J310180152_Naskah_Publikasi_Revisi.pdf
- Emilda AS, E. A., Fazdria, F., & Dewi, S. (2023). Hubungan peran konselor laktasi dalam konseling menyusui terhadap keberhasilan ibu memberikan ASI eksklusif. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(2), 223–230. <https://doi.org/10.30867/femina.v3i2.481>
- Haliza, N. (2023). Hubungan Sosial Budaya Dan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 4, 34–39. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v4i1.1102>
- Idris, F. P., Umay, M., & Asrina, A. (2020). Peran Petugas Kesehatan Terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Bajeng Kabupaten Gowa Tahun 2020. *Prosiding Seminar Nasional SMIPT 2020 Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi*, 3(1), 256–264.

- Jemmy, J., Ningsih, F., & Ovany, R. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 9(2), 1–10. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i2.5660>
- Kemendes RI. (2020). Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak: Bagian Ibu. *Buku KIA Kesehatan Ibu Dan Anak: Bagian Ibu*, 1–34. [https://kesga.kemkes.go.id/assets/file/pedoman/BUKU KIA REVISI 2020 LENGKAP.pdf%0Ahttps://kesga.kemkes.go.id/assets/file/pedoman/BUKU KIA TAHUN 2020 BAGIAN IBU.pdf](https://kesga.kemkes.go.id/assets/file/pedoman/BUKU_KIA_REVISI_2020 LENGKAP.pdf%0Ahttps://kesga.kemkes.go.id/assets/file/pedoman/BUKU_KIA TAHUN 2020 BAGIAN IBU.pdf)
- Kemendes RI, (2023). Data Cakupan ASI Eksklusif Tahun 2023
- Kusumawati, S. (2022). Hubungan Sikap dan Dukungan Tenaga Kesehatan Dengan Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Di wilayah Puskesmas Berangas Kabupaten Barito Kuala. *JURNAL KEPERAWATAN SUAKA INSAN (JKSI)*, 6(2), 116–120. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i2.295>
- Marwiyah, N., & Khaerawati, T. (2020). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja di Kelurahan Cipare Kota Serang. *Faletehan Health Journal*, 7(1), 18–29. <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i1.78>
- Maulidza, R. R., Amin, F. A., & Khairunnisa, N. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Sosial Budaya Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi 7-12 Bulan Diwilayah Kerja Puskesmas Sukajaya Kecamatan Sukajaya Kota Sabang Tahun 2021. *Journal of Health and Medical Science*, 1, 54–68.
- Noprianti, I., Wati, D. A., Nurhayati, A., & Abdullah, A. (2023). Hubungan Pantang Makan (Food Tabu) Dan Pendidikan Ibu Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Rawat Inap Bumidaya Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2022. *Jurnal Gizi Aisyah*, 6(2), 121–131. <https://doi.org/10.30604/jnf.v6i2.1403>
- Pratiwi, A., Adi, M. S., Udijono, A., & Martini, M. (2021). Hubungan Antara Sosial Budaya Pada Masyarakat Dengan Perilaku Pemberian Asi Eksklusif: Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(4), 510–517. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i4.29799>
- Putri, H. S. (2021). Hubungan Pekerjaan Ibu Dengan Efikasi Diri Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 6(2), 44. <https://doi.org/10.51933/health.v6i2.503>
- Rusdiarti, R. (2023). Hubungan Jenis Persalinan dan Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Keberhasilan ASI Eksklusif . *ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(4), 258-264. <https://doi.org/10.37148/arteri.v4i4.280>
- Santi, M. Y., Santoso, S., & Sholihah, N. (2020). ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Wilayah Puskesmas Sewon II. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 12 (1), 41–51. <https://doi.org/10.20884/1.ki.2020.12.1.1447>.
- Sulistyowati, I., Cahyaningsih, O., & Alfiani, N. (2020). Dukungan Keluarga dalam Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 47. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v7i1.326>
- Sumarmi. (2023). (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian asi eksklusif wilayah kerja rw 06 kel. Pondok Pucung Kec. Karang Tengah Tangerang Kota Periode Oktober–Desember tahun 2022. *Jurnal ilmiah obsgin : Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan*, 15(1), 213–221. <https://doi.org/10.36089/job.v15i1.1033>

- UNICEF. (2022). The extension of the 2026 Maternal, Infant and Young Child nutrition targets to 2030. *World Health Organization*, 1–12. <http://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj/en/index1.html%0Ahttp://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj/en/index1.html%0Ahttp://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj/en/index1.html%0Ahttps://www.who.int/nutrition/global-target-2026/discussion-pap>
- WHO. (2023). *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*. <https://www.who.int/tools/elena/interventions/exclusive-breastfeeding>
- Yuliana, E., Murdiningsih, M., & Indriani, P. L. N. (2022). Hubungan Persepsi Ibu, Dukungan Suami, dan Dukungan Tenaga Kesehatan terhadap Pemberian Asi Eksklusif pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Cahya Maju Lempuing Oki Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 614. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1921>