

Efektivitas Komunikasi dan Konseling Laktasi oleh Bidan Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif: Kajian Literatur

The Effectiveness of Midwives' Communication and Lactation Counseling on the Success of Exclusive Breastfeeding: A Literature Review

Dwi Ghita^{1*}, Nurhidaya Nurhidaya¹, Astri Yuliandini²

¹ Program Studi Sarjana Kebidanan, Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah, Mamuju

² Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Graha Edukasi, Makassar

*Email korespondensi: dwighita924@gmail.com

Abstrak - Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan intervensi kesehatan masyarakat dengan bukti ilmiah kuat dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, namun cakupannya di Indonesia masih berada di bawah target nasional sebesar 80%. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat cakupan ASI eksklusif pada bayi usia 0–5 bulan sebesar 68,6%, dengan disparitas antarprovinsi yang cukup lebar. Bidan, sebagai tenaga kesehatan yang paling sering berinteraksi dengan ibu sejak masa kehamilan hingga nifas, memiliki peran strategis melalui komunikasi terapeutik dan konseling laktasi. Kajian ini bertujuan menelaah secara naratif bukti ilmiah mengenai efektivitas komunikasi dan konseling yang dilakukan bidan terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Penelusuran literatur dilakukan pada basis data Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan Garuda menggunakan kombinasi kata kunci “konseling ASI eksklusif”, “komunikasi terapeutik bidan”, dan “*breastfeeding counseling*” untuk publikasi rentang tahun 2015–2026. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling laktasi yang terstruktur, dengan pendekatan mendengarkan–mempelajari serta membangun percaya diri dan memberi dukungan sebagaimana dianjurkan WHO/UNICEF, secara konsisten meningkatkan pengetahuan, sikap, efikasi diri menyusui (*breastfeeding self-efficacy*), dan angka keberhasilan ASI eksklusif pada berbagai kelompok ibu, termasuk ibu hamil trimester III, ibu bekerja, ibu nifas remaja, dan calon pengantin. Komunikasi terapeutik yang efektif ditandai oleh keterampilan mendengarkan aktif, empati, penggunaan bahasa yang tidak menghakimi, serta pemberian informasi relevan secara bertahap. Pelaksanaan konseling di lapangan masih menghadapi hambatan berupa keterbatasan waktu pelayanan, minimnya pelatihan komunikasi-konseling bagi bidan, dan faktor sosial budaya. Kajian ini merekomendasikan penguatan kompetensi komunikasi dan konseling laktasi bidan melalui pendidikan berkelanjutan serta integrasi konseling terstruktur dalam standar pelayanan antenatal dan postnatal.

Kata kunci: ASI eksklusif; bidan; efikasi diri menyusui; komunikasi terapeutik; konseling laktasi

Abstract - Exclusive breastfeeding during the first six months of life is a public health intervention with strong scientific evidence for reducing infant morbidity and mortality, yet its coverage in Indonesia remains below the national target of 80%. The 2023 Indonesian Health Survey (SKI) recorded exclusive breastfeeding coverage among infants aged 0–5 months at 68.6%, with wide disparities across provinces. Midwives, as the health workers who most frequently interact with mothers from pregnancy through the postpartum period, hold a strategic role through therapeutic communication and lactation counseling. This review aims to narratively examine the scientific evidence on the effectiveness of midwife-delivered communication and counseling on the success of exclusive breastfeeding. A literature search was conducted using Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, and Garuda databases with keyword combinations of “exclusive breastfeeding counseling”, “midwife therapeutic communication”, and “*breastfeeding counseling*” for publications from 2015 to 2026. The findings show that structured lactation counseling, applying the WHO/UNICEF listening-and-learning and building-confidence-and-giving-support approach, consistently improves knowledge, attitudes, breastfeeding self-efficacy, and exclusive breastfeeding success rates across diverse groups of mothers, including third-trimester pregnant women, working mothers, adolescent postpartum mothers, and prospective brides. Effective therapeutic communication is characterized by active listening, empathy, non-judgmental language, and the gradual delivery of relevant information. Field implementation still faces barriers such as limited service time, insufficient communication-counseling training for midwives, and sociocultural factors. This review recommends strengthening midwives' communication and lactation-counseling competencies through continuing education and the integration of structured counseling into antenatal and postnatal care standards.

Keywords: *breastfeeding self-efficacy; exclusive breastfeeding; lactation counseling; midwife; therapeutic communication*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir hingga usia enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat-obatan, vitamin, dan mineral tetes sesuai indikasi medis. World Health Organization (WHO) dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dilanjutkan hingga usia dua tahun disertai pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang adekuat. Rekomendasi ini didasarkan pada bukti ilmiah yang luas mengenai manfaat ASI bagi pertumbuhan, perkembangan kognitif, dan sistem imun bayi, serta manfaat bagi kesehatan ibu.

Pemerintah Indonesia melalui Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting menetapkan target cakupan ASI eksklusif sebesar 80% pada tahun 2024.¹ Namun demikian, capaian nasional masih jauh dari target tersebut. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat proporsi ASI eksklusif pada bayi usia 0–5 bulan sebesar 68,6%, dengan disparitas yang lebar antarprovinsi—mulai dari 87,9% di Nusa Tenggara Barat hingga hanya 47,4% di Gorontalo. Sementara itu, proporsi ASI eksklusif hingga usia 6 bulan pada kelompok usia 6–23 bulan tercatat lebih rendah lagi, yaitu 55,5%.² Variasi angka turut ditemukan pada sumber data lain seperti Badan Pusat Statistik dan Survei Status Gizi Balita Indonesia, yang menunjukkan bahwa perbedaan metodologi survei memengaruhi angka yang dilaporkan, namun secara umum seluruh sumber data sepakat bahwa capaian ASI eksklusif nasional masih berada di bawah target yang ditetapkan.

Rendahnya cakupan ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, meliputi lemahnya komitmen dukungan kebijakan di tingkat fasilitas layanan, minimnya dukungan keluarga, tingkat pendidikan dan status pekerjaan ibu, praktik konseling ASI yang belum berjalan optimal, kondisi kelahiran prematur, serta faktor sosial budaya termasuk mitos-mitos seputar menyusui yang masih beredar di masyarakat, misalnya keyakinan bahwa “ASI

¹Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting.

²Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI, Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 (Jakarta: Kemenkes RI, 2023).

tidak cukup” atau “susu formula lebih bergizi”.³ Di sisi lain, dukungan tempat kerja terhadap ibu menyusui juga masih terbatas, yang menjadi tantangan tersendiri bagi ibu bekerja untuk mempertahankan pemberian ASI eksklusif.

Bidan menempati posisi strategis dalam upaya peningkatan cakupan ASI eksklusif karena merupakan tenaga kesehatan yang mendampingi ibu secara berkesinambungan (continuum of care) sejak masa kehamilan, persalinan, hingga masa nifas dan menyusui. Melalui komunikasi terapeutik dan konseling laktasi yang efektif, bidan dapat membantu ibu mengatasi hambatan psikologis maupun teknis dalam menyusui, membangun kepercayaan diri, serta memperkuat komitmen ibu untuk memberikan ASI eksklusif. Kompetensi ini menjadi salah satu capaian pembelajaran inti dalam mata kuliah Komunikasi dan Konseling dalam Praktik Kebidanan, yang membekali calon bidan dengan keterampilan interpersonal, keterampilan mendengarkan aktif, serta teknik konseling berbasis bukti untuk diterapkan dalam berbagai situasi asuhan kebidanan, termasuk konseling laktasi.

Berdasarkan uraian tersebut, kajian ini disusun untuk menjawab pertanyaan: bagaimana bukti ilmiah menggambarkan efektivitas komunikasi dan konseling yang dilakukan bidan terhadap pengetahuan, sikap, efikasi diri, dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif, serta apa saja tantangan pelaksanaannya di lapangan? Kajian literatur ini bertujuan untuk (1) mendeskripsikan konsep komunikasi terapeutik dan konseling laktasi dalam praktik kebidanan, (2) mensintesis bukti empiris mengenai efektivitas konseling terhadap outcome ibu menyusui, (3) mengidentifikasi tantangan pelaksanaan konseling ASI eksklusif oleh bidan, dan (4) merumuskan implikasinya bagi pendidikan dan praktik kebidanan.

METODE

Kajian ini merupakan tinjauan literatur naratif (narrative literature review) yang bertujuan mensintesis bukti dari berbagai desain penelitian terkait komunikasi dan konseling laktasi dalam praktik kebidanan. Penelusuran literatur dilakukan pada basis data Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, dan Portal Garuda menggunakan kombinasi kata kunci dalam Bahasa Indonesia dan Inggris, yaitu “konseling ASI eksklusif”, “komunikasi terapeutik

³“Faktor-Faktor yang Menghambat Pemberian ASI Eksklusif,” Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKS), Universitas Muhammadiyah Palu.

bidan”, “*breastfeeding counseling*”, “*lactation counseling midwife*”, dan “*breastfeeding self-efficacy*”, yang dikombinasikan menggunakan operator Boolean AND/OR.

Kriteria inklusi yang digunakan meliputi: (1) artikel dipublikasikan dalam rentang tahun 2015–2026, dengan prioritas pada publikasi lima tahun terakhir; (2) tersedia dalam teks penuh berbahasa Indonesia atau Inggris; (3) membahas komunikasi, komunikasi terapeutik, atau konseling terkait laktasi/ASI eksklusif yang dilakukan oleh bidan atau tenaga kesehatan pada konteks kebidanan/keperawatan maternitas; dan (4) memiliki desain penelitian atau metode kajian yang jelas (eksperimental, kuasi-eksperimental, deskriptif-analitik, kualitatif, maupun tinjauan literatur). Kriteria eksklusi meliputi artikel yang hanya tersedia dalam bentuk abstrak tanpa teks penuh, opini tanpa dasar data empiris, serta artikel yang tidak relevan dengan konteks komunikasi/konseling kebidanan.

Artikel yang memenuhi kriteria kemudian ditelaah dan disintesis secara tematik (*thematic synthesis*) untuk mengidentifikasi pola temuan pada beberapa tema besar, yaitu: gambaran cakupan dan determinan ASI eksklusif, konsep dan model komunikasi/konseling laktasi, efektivitas konseling terhadap pengetahuan-sikap-efikasi diri-praktik menyusui, serta tantangan pelaksanaannya. Kajian ini bersifat naratif deskriptif, bukan tinjauan sistematis formal dengan protokol PRISMA, sehingga tidak dilakukan penilaian kualitas metodologis secara terstandar (*critical appraisal*) pada setiap studi yang disertakan. Keterbatasan ini perlu menjadi pertimbangan dalam menginterpretasikan generalisasi temuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Cakupan dan Determinan ASI Eksklusif di Indonesia

Berdasarkan data SKI 2023, cakupan ASI eksklusif nasional pada bayi usia 0–5 bulan sebesar 68,6%, masih berada di bawah target Perpres No. 72/2021 sebesar 80% pada tahun 2024. Kesenjangan antarwilayah cukup mencolok, dengan provinsi seperti Gorontalo, Papua Barat Daya, dan Sulawesi Utara mencatat cakupan di bawah 55%, sementara Nusa Tenggara Barat, Jambi, dan Nusa Tenggara Timur mencatat cakupan di atas 79%. Data ini mengindikasikan bahwa keberhasilan ASI eksklusif tidak semata soal ketersediaan informasi, tetapi juga berkaitan erat dengan faktor sosial, budaya, ekonomi, dan kualitas layanan kesehatan di masing-masing wilayah.

Beberapa determinan utama rendahnya cakupan ASI eksklusif yang teridentifikasi dalam literatur meliputi lemahnya komitmen pelaksanaan konseling ASI di fasilitas kesehatan, kurangnya dukungan keluarga khususnya suami, tingkat pendidikan dan status pekerjaan ibu, kondisi kesehatan ibu dan bayi (termasuk kelahiran prematur), serta faktor budaya dan mitos seputar menyusui. Temuan ini memperkuat argumen bahwa intervensi komunikasi dan konseling yang terstruktur oleh bidan menjadi salah satu titik ungkit penting untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

Konsep Komunikasi Terapeutik dan Konseling dalam Praktik Kebidanan

Komunikasi terapeutik didefinisikan sebagai bentuk komunikasi interpersonal yang secara khusus ditujukan untuk mendukung proses pemulihan atau perubahan perilaku klien ke arah yang lebih sehat. Dalam konteks konseling laktasi, hubungan terapeutik antara bidan/konselor dan ibu ditandai oleh keterbukaan, kepercayaan, dan kesetaraan, bukan relasi yang hierarkis antara “yang tahu” dan “yang tidak tahu”.

Kajian kualitatif terhadap konselor laktasi menunjukkan bahwa proses komunikasi terapeutik dalam konseling relaktasi berlangsung melalui tiga tahap, yaitu tahap pembinaan hubungan baik, tahap pengumpulan informasi, dan tahap pemecahan masalah, dengan sepuluh teknik komunikasi yang digunakan konselor: komunikasi nonverbal, mendengarkan aktif, mengajukan pertanyaan terbuka, memberikan respons sederhana, menunjukkan empati, menghindari kata-kata yang menghakimi, menerima pandangan klien meski keliru, mengenali dan memuji upaya klien, memberikan informasi yang relevan, serta memberikan saran hanya bila diperlukan.⁴

Kerangka serupa juga digunakan dalam modul pelatihan konseling menyusui standar WHO/UNICEF/Kementerian Kesehatan, yang menekankan dua kelompok keterampilan inti, yaitu keterampilan mendengarkan dan mempelajari (listening and learning skills) serta keterampilan membangun kepercayaan diri dan memberi dukungan (building confidence and giving support skills).⁵ Keterampilan mendengarkan-mempelajari mencakup penggunaan

⁴Retasari Dewi, “Komunikasi Terapeutik Konselor Laktasi terhadap Klien Relaktasi,” *Jurnal Kajian Komunikasi* 3, no. 2 (2015): 192–211.

⁵Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Buku Panduan Konseling Menyusui bagi Tenaga Kesehatan (Modul Pelatihan Standar WHO/UNICEF/Kemenkes)* (Jakarta: Kemenkes RI, 2017).

komunikasi nonverbal yang mendukung, pertanyaan terbuka, respons dan isyarat sederhana, refleksi kembali apa yang disampaikan ibu, serta empati—yaitu menunjukkan pemahaman terhadap perasaan ibu, bukan sekadar informasinya. Keterampilan membangun kepercayaan diri dan memberi dukungan mencakup penerimaan terhadap apa yang dipikirkan dan dirasakan ibu, pengenalan dan pujian atas hal yang telah dilakukan ibu dengan benar, pemberian bantuan praktis, penggunaan bahasa sederhana, serta pemberian satu atau dua saran yang relevan dan dapat segera diterapkan, bukan daftar instruksi yang panjang dan membebani.

Kerangka kompetensi Keterampilan Interpersonal/Konseling (KIP/K) yang diajarkan pada pendidikan kebidanan turut menekankan aspek sikap empati, membina hubungan baik sejak kontak pertama, mendengarkan penuh perhatian tanpa menginterupsi, menjaga kerahasiaan klien, tidak melakukan penilaian (nonjudgmental), serta mempertahankan kontak mata yang wajar. Prinsip-prinsip ini sejalan dengan temuan pada konseling laktasi, yang menegaskan bahwa kompetensi komunikasi merupakan kompetensi inti yang harus dimiliki setiap konselor laktasi, sama pentingnya dengan pengetahuan teknis tentang manajemen laktasi itu sendiri.

WHO merekomendasikan agar konseling menyusui diberikan melalui minimal enam kali kontak sepanjang periode antenatal hingga pascapersalinan, yaitu pada masa antenatal, saat persalinan atau 2–3 hari pertama pascapersalinan, usia 1–2 minggu, usia 3–4 bulan, saat pengenalan MP-ASI pada usia 6 bulan, dan sesudahnya sesuai kebutuhan.⁶ Pendekatan berjenjang ini memungkinkan deteksi dini kesulitan menyusui, penguatan keterampilan ibu secara bertahap, dan pemberian dukungan berkelanjutan, sejalan dengan konsep 10 Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui yang menempatkan keterampilan mendengarkan dan menasihati ibu, serta membangun kepercayaan diri ibu, sebagai dua langkah awal yang mendasari langkah-langkah teknis berikutnya.⁷

⁶“Rekomendasi Konseling Menyusui WHO: Prinsip, Bukti, dan Implikasi Klinis bagi Dokter Anak,” Primaku (2025).

⁷Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), Satgas ASI, “10 Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui,” diakses melalui <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/10-langkah-menuju-keberhasilan-menyusui>.

Efektivitas Konseling terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu

Beberapa studi eksperimental menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap ibu setelah menerima konseling ASI eksklusif. Penelitian pra-eksperimental pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Biromaru menggunakan uji-t berpasangan menemukan peningkatan signifikan pada pengetahuan ($p = 0,000$) dan sikap ($p = 0,000$) responden setelah diberikan konseling ASI eksklusif.⁸ Studi kuasi-eksperimental pada ibu hamil di Tenggarong, Kutai Kartanegara, yang membandingkan kelompok intervensi konseling menyusui dengan kelompok kontrol, juga menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan, sikap, persepsi kontrol perilaku, dan niat ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada kelompok yang menerima konseling.⁹

Konseling ASI eksklusif juga terbukti efektif pada kelompok pranikah. Sebuah kegiatan pemberian konseling menggunakan media leaflet kepada calon pengantin di Kota Banda Aceh menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan ($p = 0,003$), dengan rerata skor pengetahuan meningkat dari 26,3 menjadi 33,1 setelah konseling.¹⁰ Temuan ini menegaskan bahwa intervensi komunikasi dan edukasi sejak sebelum kehamilan berpotensi membangun fondasi pengetahuan dan sikap positif terhadap menyusui secara lebih dini, sehingga saat ibu benar-benar menyusui, keyakinan dan kesiapannya sudah lebih matang.

Efektivitas Konseling terhadap Efikasi Diri Menyusui (*Breastfeeding Self-Efficacy*)

Konsep efikasi diri (*self-efficacy*) dari Albert Bandura menjelaskan bahwa keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri untuk mencapai suatu tugas sangat memengaruhi perilaku, ketekunan, dan keberhasilannya dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks menyusui, *breastfeeding self-efficacy* (BSE) merujuk pada keyakinan diri ibu bahwa ia mampu menyusui atau memberikan ASI kepada bayinya. Ibu dengan BSE tinggi cenderung lebih gigih mengatasi kesulitan menyusui dan lebih besar peluangnya untuk berhasil memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu dengan BSE rendah.

⁸“Pengaruh Konseling tentang Air Susu Ibu Eksklusif terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Biromaru,” *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*, Poltekkes Kemenkes Palu.

⁹“Efektivitas Konseling untuk Meningkatkan ASI Eksklusif pada Ibu Hamil di Tenggarong, Kutai Kartanegara,” *Berita Kedokteran Masyarakat* 32, no. 4 (2016).

¹⁰“Pemanfaatan Konseling ASI Eksklusif Menggunakan Media Leaflet pada Calon Pengantin,” *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (PJPM)*, Poltekkes Kemenkes Palu.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa konseling dan dukungan bidan secara konsisten meningkatkan BSE ibu. Penelitian pra-eksperimental terhadap ibu menyusui eksklusif menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank menemukan peningkatan skor efikasi diri sebesar 15,50 poin setelah konseling ASI eksklusif, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$.¹¹ Studi lain terhadap ibu pada masa awal laktasi menemukan median skor BSE meningkat dari 50 menjadi 61 setelah mendapatkan dukungan bidan ($p < 0,05$).¹² Kajian literatur terhadap delapan studi internasional yang membahas efektivitas konseling menyusui pada rentang tahun 2021–2025 turut menyimpulkan bahwa konseling menyusui efektif meningkatkan cakupan ASI eksklusif sekaligus meningkatkan efikasi diri ibu.¹³

Efikasi diri menyusui juga terbukti berperan sebagai mediator penting menuju keberhasilan ASI eksklusif. Penelitian survei terhadap ibu dengan bayi usia 7–12 bulan menggunakan analisis jalur menemukan bahwa breastfeeding self-efficacy dan dukungan keluarga berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen laktasi, yang selanjutnya berpengaruh signifikan terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif, baik secara langsung maupun melalui manajemen laktasi sebagai variabel mediasi.¹⁴ Temuan ini memperkuat argumen bahwa konseling laktasi oleh bidan tidak cukup hanya menyampaikan informasi teknis, tetapi harus dirancang untuk membangun keyakinan diri ibu secara aktif, misalnya melalui pengakuan atas hal-hal yang telah dilakukan ibu dengan benar dan penguatan pengalaman keberhasilan kecil selama proses menyusui.

Efektivitas Konseling terhadap Praktik dan Keberhasilan ASI Eksklusif

Pada kelompok ibu bekerja, yang secara khusus rentan menghentikan ASI eksklusif lebih dini karena tuntutan pekerjaan, penelitian pra-eksperimental pada ibu hamil trimester III

¹¹Dea Rizky Wati dkk., “Pengaruh Pemberian Konseling ASI Eksklusif terhadap Efikasi Diri Ibu Menyusui,” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 2 (2025).

¹²“Dukungan Bidan dalam Meningkatkan Breastfeeding Self Efficacy Masa Awal Laktasi,” *Jurnal Riset Kesehatan*, Poltekkes Kemenkes Bandung.

¹³Rosalina Dwi Candrawati, Yenni Amir, dan Misrawati, “Efektifitas Konseling Menyusui terhadap Pemberian ASI Eksklusif: Literatur Review,” *Jurnal Ners* 10, no. 1 (2026): 2626–2637, <https://doi.org/10.31004/jn.v10i1.52760>.

¹⁴Nandita dkk., “Manajemen Laktasi sebagai Mediasi Pengaruh Breastfeeding Self-Efficacy dan Dukungan Keluarga Implikasinya terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif,” *Jurnal Kecerdasan Buatan dan Bisnis Digital (RIGGS)* 4, no. 3 (2025): 6311–6318, <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i3.2928>.

menemukan bahwa konseling secara signifikan meningkatkan rencana pemberian ASI eksklusif ($p = 0,000$).¹⁵ Konseling pada periode antenatal trimester III dinilai strategis karena memberi waktu bagi ibu untuk mempersiapkan strategi memerah dan menyimpan ASI sebelum kembali bekerja, sekaligus membangun komitmen mental sejak sebelum melahirkan.

Secara keseluruhan, sintesis dari berbagai studi dengan desain pra-eksperimental, kuasi-eksperimental, hingga tinjauan literatur menunjukkan pola yang konsisten: konseling laktasi yang dilakukan secara terstruktur oleh bidan atau konselor terlatih berhubungan dengan peningkatan pengetahuan, perbaikan sikap, penguatan efikasi diri, dan pada akhirnya peningkatan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Efektivitas ini ditemukan konsisten pada berbagai kelompok sasaran—ibu hamil, ibu nifas, ibu bekerja, ibu remaja, hingga calon pengantin—yang menunjukkan bahwa konseling laktasi dapat dan sebaiknya diintegrasikan di sepanjang siklus asuhan kebidanan, bukan hanya pada satu titik waktu tertentu.

Tantangan Pelaksanaan Konseling ASI Eksklusif oleh Bidan

Meskipun bukti efektivitasnya kuat, pelaksanaan konseling ASI eksklusif di lapangan masih menghadapi sejumlah tantangan. Pertama, keterbatasan waktu pelayanan menjadi kendala utama; konseling laktasi yang ideal memerlukan waktu memadai untuk membangun hubungan terapeutik, sementara beban kerja bidan di fasilitas pelayanan primer seringkali tinggi sehingga sesi konseling menjadi singkat dan kurang mendalam. Kedua, belum semua bidan memperoleh pelatihan komunikasi-konseling laktasi secara memadai, sehingga penerapan teknik seperti mendengarkan aktif, penggunaan pertanyaan terbuka, dan penghindaran bahasa menghakimi belum konsisten dilakukan. Ketiga, faktor sosial budaya dan mitos seputar menyusui yang masih kuat di masyarakat menuntut bidan tidak hanya menyampaikan informasi yang benar, tetapi juga mampu melakukan pendekatan komunikasi persuasif yang menghormati nilai dan pengalaman ibu tanpa terkesan menggurui.

Selain itu, lemahnya dukungan sistem turut menjadi hambatan struktural, meliputi belum optimalnya integrasi jadwal konseling laktasi dalam standar pelayanan antenatal dan postnatal, minimnya ketersediaan media dan alat bantu konseling (seperti konseling kit dan lembar balik),

¹⁵“Konseling untuk Mewujudkan Rencana Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja dalam Kehamilan Trimester III,” *Forikes Journal*.

serta terbatasnya keterlibatan keluarga—terutama suami—dalam sesi konseling, padahal dukungan keluarga terbukti berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan ASI eksklusif.

Implikasi bagi Pendidikan dan Praktik Kebidanan

Temuan-temuan di atas memiliki relevansi langsung dengan capaian pembelajaran mata kuliah Komunikasi dan Konseling dalam Praktik Kebidanan. Pertama, penguasaan keterampilan mendengarkan-mempelajari dan membangun kepercayaan diri—memberi dukungan sebagaimana model WHO/UNICEF perlu dilatih secara intensif melalui metode role-play dan simulasi menggunakan konseling kit, bukan hanya diajarkan secara teoretis. Kedua, mahasiswa kebidanan perlu dibekali kemampuan mengenali dan menghindari kata-kata yang menghakimi (judging words) serta teknik membangun rapport dalam waktu terbatas, mengingat kondisi pelayanan riil yang padat. Ketiga, integrasi konseling laktasi terstruktur sejak masa antenatal (dalam kerangka 10 T) hingga kunjungan nifas perlu ditekankan sebagai standar praktik, bukan aktivitas tambahan yang bersifat opsional. Keempat, pendidikan kebidanan perlu menekankan pentingnya melibatkan keluarga, khususnya suami, dalam sesi konseling sebagai strategi memperkuat dukungan sosial bagi ibu menyusui.

Institusi pendidikan kebidanan juga perlu memastikan mahasiswa memperoleh pengalaman praktik konseling laktasi yang terstandar dan terdokumentasi, misalnya melalui logbook keterampilan konseling, penilaian berbasis observasi langsung (seperti OSCE komunikasi), serta pembekalan modul pelatihan konseling menyusui standar Kementerian Kesehatan/WHO/UNICEF, sehingga kompetensi yang diperoleh selama pendidikan benar-benar dapat diterapkan secara konsisten dalam praktik klinis pascakelulusan.

KESIMPULAN

Kajian literatur ini menunjukkan bahwa komunikasi terapeutik dan konseling laktasi yang dilakukan bidan secara konsisten terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, efikasi diri menyusui, serta keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada berbagai kelompok ibu. Efektivitas ini didukung oleh penerapan model konseling berbasis mendengarkan-mempelajari serta membangun kepercayaan diri—memberi dukungan sebagaimana dianjurkan WHO/UNICEF, yang menekankan pendekatan komunikasi nonjudgmental, empatik, dan berpusat pada kebutuhan ibu. Meskipun demikian, pelaksanaan konseling di lapangan masih dihadapkan pada

tantangan keterbatasan waktu, minimnya pelatihan, dan faktor sosial budaya, sehingga diperlukan penguatan sistem pelayanan dan kompetensi bidan secara berkelanjutan.

SARAN

Berdasarkan hasil kajian, disarankan: (1) institusi pendidikan kebidanan memperkuat muatan praktik komunikasi dan konseling laktasi berbasis simulasi dalam kurikulum; (2) fasilitas pelayanan kesehatan mengalokasikan waktu dan sumber daya yang memadai untuk konseling laktasi terstruktur sepanjang periode antenatal hingga nifas; (3) pelatihan berkelanjutan bagi bidan mengenai teknik komunikasi terapeutik dan konseling laktasi standar WHO/UNICEF/Kemenkes perlu diperluas cakupannya; dan (4) penelitian selanjutnya perlu mengembangkan tinjauan sistematis (systematic review) dengan penilaian kualitas metodologis yang lebih ketat, serta uji intervensi konseling laktasi berbasis keluarga pada konteks budaya Indonesia yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. (2023). Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/daftar-frequently-asked-question-seputar-hasil-utama-ski-2023/hasil-utama-ski-2023/>
- Candrawati, R. D., Amir, Y., & Misrawati. (2026). Efektifitas konseling menyusui terhadap pemberian ASI eksklusif: Literatur review. *Jurnal Ners*, 10(1), 2626–2637. <https://doi.org/10.31004/jn.v10i1.52760>
- Dewi, R. (2015). Komunikasi terapeutik konselor laktasi terhadap klien relaktasi. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 3(2), 192–211.
- Dukungan bidan dalam meningkatkan breastfeeding self efficacy masa awal laktasi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung*.
- Efektivitas konseling untuk meningkatkan ASI eksklusif pada ibu hamil di Tenggara, Kutai Kartanegara. (2016). *Berita Kedokteran Masyarakat*, 32(4).
- Faktor-faktor yang menghambat pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKS)*, Universitas Muhammadiyah Palu.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), Satgas ASI. 10 langkah menuju keberhasilan menyusui. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/10-langkah-menusui-keberhasilan-menyusui>



- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). Buku panduan konseling menyusui bagi tenaga kesehatan (modul pelatihan standar WHO/UNICEF/Kemenkes).
- Konseling untuk mewujudkan rencana pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja dalam kehamilan trimester III. Forikes Journal.
- Nandita, Mulyani, S. R., Syahidin, R., Paramarta, V., & Malik, R. (2025). Manajemen laktasi sebagai mediasi pengaruh breastfeeding self-efficacy dan dukungan keluarga implikasinya terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kecerdasan Buatan dan Bisnis Digital (RIGGS)*, 4(3), 6311–6318. <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i3.2928>
- Pemanfaatan konseling ASI eksklusif menggunakan media leaflet pada calon pengantin. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (PJPM)*, Poltekkes Kemenkes Palu.
- Pengaruh konseling tentang Air Susu Ibu eksklusif terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester III di Puskesmas Biromaru. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*, Poltekkes Kemenkes Palu.
- Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting.
- Rekomendasi konseling menyusui WHO: Prinsip, bukti, dan implikasi klinis bagi dokter anak. (2025). Primaku.
- Wati, D. R., Sumini, G. T., Suryani, L., & Sari, W. A. (2025). Pengaruh pemberian konseling ASI eksklusif terhadap efikasi diri ibu menyusui. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2).