

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa awal kehidupan bayi menjadi periode yang sangat menentukan bagi kelangsungan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan optimalnya. Salah satu upaya penting dalam mendukung masa ini adalah pemberian ASI secara dini dan eksklusif. ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain, kecuali obat-obatan, selama 6 bulan pertama (Kemenkes RI, 2023). ASI eksklusif dapat menurunkan risiko diare, demam, dan infeksi saluran pernapasan pada bayi, sebaliknya, penggunaan susu formula justru meningkatkan risiko gangguan kesehatan (Hossain & Mihrshahi, 2024). Hal ini menegaskan pentingnya ASI eksklusif sebagai langkah awal menjaga kesehatan bayi sejak dini.

World Health Organization (WHO) dan *United Nations Children's Fund* (UNICEF) secara konsisten menyarankan agar bayi mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan untuk memastikan kebutuhan gizi dan imunitas bayi terpenuhi secara optimal (WHO, 2024). Pemberian ASI eksklusif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan status imunitas bayi, bayi yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak diberi ASI eksklusif (Ihsani & Ruhdiat, 2025).

Indonesia menetapkan target nasional pemberian ASI eksklusif sebesar 80% (Wandira dkk., 2025). Namun, cakupan pemberian ASI eksklusif tahun 2024 di Provinsi Aceh tercatat sebesar 67,81% (Badan Pusat Statistik, 2024) sedangkan di Kabupaten Aceh Utara, capaian ASI eksklusif tahun 2024 hanya mencapai 53,82%

(Bakata, 2025). Rendahnya capaian ASI eksklusif dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kurangnya pengetahuan ibu tentang manfaat ASI eksklusif, keterbatasan waktu menyusui bagi ibu yang bekerja tanpa fasilitas cuti atau ruang laktasi sehingga mengganti ASI dengan susu formula (Juniar dkk., 2023), dan minimnya dukungan keluarga terutama dari suami (Alya dkk., 2024).

Masyarakat Aceh dikenal memiliki komitmen kuat dalam menjaga adat istiadat yang diwariskan secara turun-temurun. Budaya yang dianggap sesuai dengan kearifan lokal cenderung bertahan dan tidak mudah terpengaruh oleh perkembangan zaman. Salah satu persepsi budaya masyarakat Aceh yang berpengaruh terhadap pengambilan keputusan pemberian ASI eksklusif adalah tradisi memberikan pisang kepada bayi. Secara turun-temurun, pisang diyakini sebagai makanan yang tepat bagi bayi karena dianggap mampu membuat bayi cepat kenyang sehingga dapat tidur lebih nyenyak pada malam hari (Andyna, 2022).

Hal ini kemudian menjadi awal permasalahan, karena ketika bayi sudah mengonsumsi susu formula atau makanan lain yang sulit dicerna oleh sistem pencernaan, rasa kenyang akan bertahan lebih lama. Akibatnya, durasi menyusui menjadi berkurang, yang pada akhirnya berdampak pada menurunnya produksi ASI (Andyna, 2022). Selain itu, budaya patriarki di Aceh dinilai masih cukup kuat (Dialeksis, 2021). Banyak laki-laki yang memandang dirinya sebagai pihak yang harus dilayani (KBA.One, 2024), sehingga hal ini menjadi salah satu faktor kurangnya dukungan suami terhadap istri dalam menjalankan praktik pemberian ASI secara eksklusif.

Dukungan suami merujuk pada sikap penuh perhatian yang bertujuan membangun kerja sama yang baik dengan istri (Simanjuntak dkk., 2024). Bentuk dukungan ini dapat berupa dorongan psikologis seperti pemberian semangat, perhatian, serta bantuan materi, termasuk keterlibatan langsung dalam aktivitas rumah tangga atau penyediaan fasilitas yang memudahkan aktivitas dan mengurangi stres ibu selama menyusui eksklusif karena, dukungan dari suami dapat meningkatkan peluang menyusui hingga empat kali lipat (Simanjuntak dkk., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Zeng dkk. (2024) menunjukkan bahwa dukungan suami berperan penting dalam keberhasilan ASI eksklusif. Suami yang memberikan dukungan emosional seperti penghargaan terhadap usaha ibu dan dorongan positif, terbukti dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menyusui. Selain itu, waktu kebersamaan suami dengan istri dan bayi mampu memperkuat dukungan emosional, mendorong keberlanjutan menyusui, serta meringankan beban ibu dalam pekerjaan rumah dan pengasuhan. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa pengetahuan suami tentang menyusui mempengaruhi kemampuan dan kesiapan mereka dalam mendukung ibu, sehingga semakin tinggi pengetahuan, semakin besar dukungan yang diberikan.

Namun, masih banyak ibu menyusui yang tidak mendapat dukungan dari suami dalam proses pemberian ASI eksklusif. Kondisi ini menimbulkan gangguan, seperti terhambatnya produksi dan keluarnya ASI akibat stres yang dialami ibu (Hidayati dkk., 2021). Hal ini terjadi karena, ibu menyusui yang mengalami stres, tekanan pikiran, kecemasan, kesedihan, dan ketegangan emosional dapat mengalami gangguan pada kerja hormon oksitosin sehingga, ketika kecemasan

meningkat, tubuh melepaskan hormon kortisol yang dapat menghambat refleksi pengeluaran ASI dan mengganggu kelancaran produksinya (Asmin dkk., 2025).

Menyusui juga merupakan aktivitas yang menuntut fisik dan waktu, sehingga dukungan langsung dari suami dapat meringankan beban yang dirasakan ibu dalam menjalani proses menyusui (Robert dkk., 2023). Sikap mendukung terhadap praktik menyusui yang ditunjukkan oleh anggota keluarga dan pasangan, seperti suami, berperan penting dalam membantu ibu mempertahankan pemberian ASI eksklusif, sebaliknya, kurangnya dukungan dapat meningkatkan kemungkinan ibu menghentikan menyusui dini (Robert dkk., 2023). Oleh karena itu, dukungan suami menjadi faktor kunci yang memperkuat komitmen ibu dalam menyusui secara eksklusif (Alya dkk., 2024).

Namun, masih banyak suami yang memiliki pandangan keliru bahwa proses menyusui sepenuhnya merupakan tanggung jawab istri dan bayi sehingga mereka cenderung bersikap pasif, padahal keterlibatan suami memiliki peran penting dalam keberhasilan menyusui karena kondisi emosional ibu yang dipengaruhi oleh dukungan pasangan turut menentukan lancarnya refleksi pengeluaran ASI (Muchsin, 2024). Pernyataan ini menunjukkan bahwa keberhasilan menyusui bukan hanya tanggung jawab ibu, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh dukungan dan keterlibatan aktif suami dalam proses pengasuhan sejak dini.

Hal ini sesuai dengan teori dukungan sosial yang menekankan bahwa keberhasilan suatu tindakan tidak hanya bergantung pada individu, tetapi juga pada dukungan dari orang terdekat. Menurut Sarafino dan Smith (2011), dukungan sosial mencakup bantuan nyata maupun persepsi bahwa ada orang lain yang siap memberi

kenyamanan, kepedulian, dan bantuan. Terdapat empat jenis dukungan sosial yaitu *emotional*, *instrumental*, *informational*, dan *companionship*

Dalam konteks ASI eksklusif, dukungan sosial suami seperti memberi perhatian dan motivasi kepada istri (*emotional*), bantuan langsung seperti membantu pekerjaan rumah tangga, memijit pundak istri, dan menjaga bayi (*instrumental*), memberikan informasi perkembangan anak, informasi-informasi mengenai ASI eksklusif (*informational*) (Annisa & Swastiningsih, 2015), serta kebersamaan seperti menemani istri saat menyusui dan meluangkan waktu bersama istri dan bayi (*companionship*).

Fenomena ini tercermin dari pengalaman langsung para istri. Salah satu subjek menggambarkan bentuk dukungan yang ia terima dari suaminya selama proses menyusui eksklusif.

“Suami sering tanyain saya ‘capek engga?’ kadang pijat punggung karna saya sering rasa kayak berat punggung ini. Pagi tu sebelum buka bengkel suami biasanya bantu jaga anak kalo saya lagi masak. Tau kasih ASI aja sampe 6 bulan tu dari bidan trus di tiktok, suami kasih tau ke saya karna yang pertama juga gitu sampe 6 bulan ASI aja ga pake mpasi. biar sehat, pinter adek nanti kata dia. Suami saya kalau malam suka duduk dekat saya waktu nyusuin. Kadang dia ajak ngomong biar saya nggak mengantuk. Saya sih senang kalau dibantu merasa disayang gitukan, karna kalo semua kerjain sendiri nanti anak ga keurus jadi kalo perlu bantuan saya bilang aja, kadang suami pun tau” (S, 24 tahun, 15/11/2025)

“Kalau lagi capek nyusuin, biasanya dia langsung bilang ‘Udah, kamu istirahat sikit’ anak dibawa jalan-jalan sebentar dalam rumah. Dia suka elus bahu. Kadang kalau aku bangun tengah malam buat nyusuin, dia ikut bangun juga, walaupun cuma duduk disebelah. Dia nggak banyak ngomong, tapi dia perhatiin kita. Kayak paham aja kalau aku lagi capek. Kalau anak nangis, dia cepet gendong. Dia bisa ganti popok juga. Kalau aku bilang ASI sedikit, dia cari daun katuk biar lancar ASInya. Kami tau ASI eksklusif itu apa, cuma suami pernah bilang katanya ASI Eksklusif ini bisa mengurangi resiko stunting. Malam biasanya kami duduk sama-sama. Kadang cerita soal pekerjaannya karna kan mau mutasi ya trus aku cerita soal anak sama aku dirumah hari ini. Kalo weekend kami juga pigi ke kota jalan-

jalan. Aku suka dibantu pasti, karna kitanya jadi ga merasa sendiri merasa dihargai, disayang. Tapi tetap berusaha yang bisa sendiri. Jadi nggak semua dibebankan ke dia” (AR, 23 tahun, 09/11/2025)

Kehadiran suami sebagai sumber dukungan mampu meningkatkan kenyamanan psikologis dan motivasi istri dalam menyusui. Karena, dukungan sosial memberikan rasa dicintai, dihargai, dan menjadi jaringan komunikasi yang saling mendukung (Taylor, 2018).

Penelitian ini mengangkat dukungan *companionship* sebagai bagian dari dukungan sosial suami, yang masih jarang dikaji. Dengan teori Sarafino dan Smith (2011) serta pendekatan deskriptif kualitatif, penelitian ini akan memberikan gambaran yang sistematis dan faktual mengenai pengalaman istri dalam menerima dukungan dari suami, termasuk dukungan emosional, instrumental, informasi, dan persahabatan, selama proses pemberian ASI eksklusif. Mengingat cakupan ASI eksklusif di Aceh Utara yang masih rendah (53,82%) dan jauh dari target nasional 80%, ditambah dukungan suami yang belum optimal, menggambarkan urgensi penelitian ini sebagai upaya memperkuat peran suami dalam intervensi dukungan menyusui. Berdasarkan fenomena dilapangan dan penelitian sebelumnya, peneliti tertarik meneliti dukungan sosial suami pada istri dalam pemberian ASI eksklusif.

1.2 Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Mardiyarningsih dkk. (2024) berjudul *“Mothers’ perception of husband support during breastfeeding: A qualitative study in Indonesia”*. Tujuan penelitian untuk mengevaluasi pengalaman ibu menyusui selama pandemi COVID-19 dan peran dukungan suami dalam proses menyusui eksklusif dari perspektif ibu. Menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis

dengan teknik pengumpulan data melalui *focus group discussion* (FGD) yang melibatkan delapan ibu menyusui pada masa pandemi Covid-19 dan analisis konten kualitatif dengan NVivo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan ASI eksklusif dipengaruhi oleh dukungan suami yang tidak selalu optimal, serta oleh faktor pendukung, penghambat, pemahaman ibu tentang manfaat ASI, dan stresor selama menyusui. Berbeda dengan penelitian tersebut, yang menggunakan teknik pengumpulan data dengan FGD penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sehingga diharapkan dapat memberikan sudut pandang baru mengenai makna dan bentuk dukungan suami dalam pemberian ASI eksklusif.

Penelitian yang dilakukan oleh Muchsin (2024) dengan judul “Dukungan Suami pada Pelaksanaan Pemberian ASI Eksklusif”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat dukungan suami terhadap pelaksanaan pemberian ASI eksklusif di masyarakat. Menggunakan desain deskriptif pada 30 responden dengan teknik total sampling dan instrumen kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami berpengaruh pada keberhasilan ASI eksklusif. Perbedaan penelitian Muchsin (2024) dengan penelitian ini terletak pada fokus dan lingkup kajian. Jika penelitian Muchsin lebih menekankan pada gambaran tingkat dukungan suami berdasarkan angka, penelitian ini secara khusus mengkaji bentuk-bentuk dukungan sosial suami, baik secara emosional (*emotional*), informasional (*informational*), instrumental (*instrumental*), maupun kebersamaan (*companionship*), dalam mendukung istri untuk memberikan ASI eksklusif. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih

mendalam mengenai dukungan sosial suami dalam keberhasilan praktik menyusui ASI eksklusif.

Penelitian yang dilakukan oleh Helfiva dkk. (2022) dengan judul “Hubungan Dukungan Suami dengan *Breastfeeding Self-Efficacy* dalam Pemberian ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami (emosional, informasional, instrumental, dan penilaian) dengan breastfeeding self-efficacy (BSE) pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Banda Raya, Kota Banda Aceh. Menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional* pada 78 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dukungan suami dan *Breastfeeding Self-Efficacy Scale Short Form* (BSES-SF). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dukungan suami dan keyakinan ibu dalam menyusui (*breastfeeding self-efficacy*). Perbedaan penelitian Helfiva dkk. (2022) dengan penelitian ini terletak pada fokus kajian. Penelitian sebelumnya fokus pada hubungan dukungan suami dengan keyakinan ibu menyusui (*breastfeeding self-efficacy*), sedangkan penelitian ini lebih menekankan pada bentuk dukungan sosial suami secara langsung dalam praktik pemberian ASI eksklusif, mencakup dimensi emosional (*emotional*), informasi (*informational*), instrumental (*instrumental*), maupun kebersamaan (*companionship*) sehingga hasilnya diharapkan mampu memberikan gambaran lebih menyeluruh mengenai peran suami dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Penelitian Simanjuntak dkk. (2024) berjudul “*Husband Support and Coping Stress on Exclusive Breastfeeding in Primipara*” bertujuan untuk

menganalisis hubungan antara dukungan suami dan kemampuan coping stress terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu primipara di wilayah kerja Puskesmas Dinoyo, Kota Malang. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain cross-sectional, melibatkan 70 responden melalui teknik total sampling, menggunakan kuesioner dukungan suami, coping stress, dan eksklusivitas ASI, serta dianalisis dengan uji chi-square dan regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami dan coping stress berpengaruh signifikan terhadap keberhasilan ASI eksklusif. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada pendekatan dan fokus kajiannya, di mana penelitian Simanjuntak menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara dukungan suami dan coping stress terhadap keberhasilan ASI eksklusif pada ibu primipara, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi untuk menggali secara lebih dalam pengalaman ibu menyusui dalam menerima dukungan dari suami selama proses menyusui ASI eksklusif.

Penelitian Thepha dkk. (2024) yang berjudul *“Effectiveness of Husbands’ Support Exclusive Breastfeeding Facebook Programme During the COVID-19 Pandemic”*. Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas program edukasi Facebook yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku suami dalam mendukung pemberian ASI eksklusif selama pandemi COVID-19 di Thailand. Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimen pretest-posttest *comparison group* untuk menilai efektivitas program edukasi

dukungan suami melalui media Facebook terhadap praktik pemberian ASI eksklusif di Thailand. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan, meskipun tidak pada sikap dan perilaku. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk memberikan gambaran yang sistematis dan faktual mengenai pengalaman istri dalam menerima dukungan dari suami selama proses pemberian ASI eksklusif. Selain berbeda dalam metode dan pendekatan, penelitian ini juga memiliki fokus yang lebih mendalam secara maknanya, bukan evaluatif, serta berfokus pada pengalaman dan bentuk dukungan sosial yang diberikan suami, bukan pada intervensi edukatif berbasis teknologi.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana jenis-jenis dukungan sosial yang diberikan suami kepada istri dalam pemberian ASI eksklusif?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui jenis-jenis dukungan sosial yang diberikan suami kepada istri dalam pemberian ASI eksklusif.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai tambahan referensi pengetahuan pada bidang ilmu psikologi, khususnya terkait dengan

dukungan sosial suami dalam konteks kesehatan ibu dan anak. Penelitian ini memperlihatkan bagaimana bentuk-bentuk dukungan *emotional, informational, instrumental*, dan *companionship* dari suami dalam mendukung istri memberikan ASI Eksklusif.

2. Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pemahaman di bidang psikologi, khususnya dalam mata kuliah Psikologi Perkawinan dan Konseling Keluarga. Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan kajian tentang pentingnya peran suami dalam mendukung istri selama masa menyusui, terutama dalam pemberian ASI eksklusif.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran pasangan mengenai pentingnya dukungan sosial dalam proses menyusui, sehingga diharapkan mampu memperkuat kerjasama suami-istri dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam merancang program penyuluhan, pendampingan, atau konseling laktasi yang tidak hanya berfokus pada ibu, tetapi juga mengikutsertakan suami sebagai bagian penting dalam memberi dukungan.

3. Bagi Pemerintah Daerah

Penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam penyusunan kebijakan dan program promosi kesehatan ibu dan anak yang lebih menekankan

pendekatan berbasis keluarga. Sehingga, pemerintah daerah dapat mendorong keterlibatan aktif suami dalam program peningkatan cakupan ASI eksklusif di Aceh Utara maupun di daerah lain.