Vol. 12, No. 2, November 2026, Halaman 172-186

e-ISSN: 2541-4542. DOI: http://dx.doi.org/10.35329/jkesmas.v12.i2.8002

DETERMINANTS OF SUCCESSFULL EXCLUSIVE BREASTFEEDING BY WORKING MOTHERS IN DEVELOPING COUNTRIES

Islamia Saleha[1], Dwi Sarwani Sri Rejeki[1], Siwi Pramatama Mars Wijayanti[1]

[1]Magister Manajemen Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto, Indonesia
Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto, Indonesia

Article Info

Article history:
Received 20/10/2026
Revised 24/10/2026
Accepted 13/11/2026

Keywords:
Exclusive breastfeeding; Working mothers; Determinants; Workplace support; Developing countries

Kata Kunci:
ASI eksklusif; Ibu pekerja; Determinan; Dukungan tempat kerja; Negara berkembang

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding during the first six months is essential for infant health. This literature review aimed to identify determinants of successful exclusive breastfeeding among working mothers in developing countries. Articles published between 2021 and 2026 were searched through Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect. Study selection was reported using the PRISMA approach, resulting in ten primary research articles included in a descriptive narrative synthesis. The findings identified maternal knowledge, education, self-efficacy, early initiation of breastfeeding, family support, and health-worker support as important determinants. Workplace-related factors included maternity leave, flexible working schedules, lactation facilities, and supportive organizational policies. Work pressure, short maternity leave, and inadequate workplace facilities were frequently reported as barriers. Successful exclusive breastfeeding among working mothers requires integrated support from families, healthcare providers, employers, and workplace policies.

Pemberian ASI secara eksklusif hingga bayi berusia enam bulan memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan dan kesehatannya. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi berbagai kondisi yang berkaitan dengan keberhasilan ibu bekerja dalam mempertahankan praktik menyusui eksklusif di negara berkembang. Kajian dilakukan dengan metode *literature review* terhadap publikasi tahun 2021–2026 yang diperoleh dari PubMed, ScienceDirect, dan Google Scholar. Proses pemilihan literatur mengacu pada pedoman PRISMA. Sebanyak sepuluh artikel penelitian primer yang memenuhi kriteria dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif-naratif. Temuan menunjukkan bahwa keberhasilan menyusui tidak hanya bergantung pada kesiapan dan kemampuan ibu, tetapi juga berkaitan dengan pengetahuan, pendidikan, serta keyakinan terhadap kemampuan menyusui. Peran keluarga dan tenaga kesehatan turut membantu ibu menghadapi berbagai kendala selama masa pemberian ASI. Di lingkungan pekerjaan, kesempatan mengambil cuti setelah melahirkan, pengaturan waktu kerja yang fleksibel, dan tersedianya ruang laktasi menjadi bentuk dukungan yang dibutuhkan. Sebaliknya, beban pekerjaan yang tinggi dan kurangnya fasilitas menyusui dapat menyulitkan ibu untuk melanjutkan ASI eksklusif. Oleh karena itu, keberhasilan praktik tersebut memerlukan keterlibatan keluarga, tenaga kesehatan, dan tempat kerja melalui penyediaan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan ibu menyusui.

Corresponding Author:
Nama penulis : Islamia Saleha
Afiliansi Penulis : Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto
Alamat Penulis: Purwokerto
Email: uminajma87@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif merupakan upaya pemenuhan gizi bayi selama enam bulan pertama setelah kelahiran. Praktik ini berkontribusi terhadap pemeliharaan kesehatan bayi sekaligus memberikan manfaat bagi ibu (World Health Organization, 2023). Kemampuan seorang ibu untuk mempertahankan ASI eksklusif tidak semata-mata ditentukan oleh kondisi biologis. Berbagai keadaan di lingkungan keluarga, sosial, dan pekerjaan turut memengaruhi keberlanjutan praktik menyusui tersebut (World Health Organization & United Nations Children's Fund, 2023).

Pemerintah di Indonesia telah menetapkan ketentuan untuk melindungi hak bayi memperoleh ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif Melalui Peraturan Pemerintah Nomor 28 Tahun 2024ditetapkan sejak bayi dilahirkan hingga mencapai usia enam bulan. Pemberian ASI setelah periode tersebut dianjurkan tetap berlangsung dengan disertai makanan pendamping sampai anak berusia dua tahun (Pemerintah Republik Indonesia, 2024). Pelaksanaan ketentuan tersebut menghadapi tantangan tersendiri bagi perempuan yang bekerja. Ibu perlu menyesuaikan kegiatan menyusui dengan tanggung jawab profesional setelah masa cuti persalinan berakhir. Kesulitan dapat muncul akibat padatnya pekerjaan, terbatasnya waktu, pengaturan jadwal yang kaku, maupun belum tersedianya sarana untuk menyusui dan memerah ASI di tempat kerja (Vilar-Compte et al., 2021).

Hambatan yang berkaitan dengan pekerjaan juga dilaporkan dalam sejumlah penelitian di negara berkembang. Mkono et al. (2024) menemukan bahwa proporsi ibu pekerja sektor formal yang berhasil memberikan ASI eksklusif selama enam bulan di Tanzania mencapai 38,5%. Penelitian tersebut turut mengidentifikasi adanya hubungan antara keleluasaan pengaturan jadwal kerja dan keberhasilan praktik menyusui eksklusif. Onwuka (2022) melaporkan bahwa tuntutan pekerjaan menjadi salah satu kendala yang dihadapi ibu bekerja di Nigeria. Banyak responden dalam penelitian tersebut juga tidak memperoleh fasilitas menyusui yang memadai di lingkungan kerjanya. Kedua temuan ini memperlihatkan bahwa kondisi organisasi dan pengaturan pekerjaan dapat menjadi hambatan bagi ibu untuk memenuhi kebutuhan ASI bayinya secara eksklusif.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tantangan pemberian ASI eksklusif bagi perempuan bekerja tidak terbatas pada tuntutan pekerjaan, melainkan juga dipengaruhi oleh karakteristik pribadi dan dukungan yang diterima. Syahri et al. (2024) menemukan adanya hubungan antara praktik inisiasi menyusu dini dengan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja di Indonesia. Usia ibu, tingkat pendidikan, status perkawinan, keadaan ekonomi, partisipasi dalam kelas *prenatal*, dan karakteristik bayi turut berkaitan dengan praktik tersebut. Hasil penelitian Edema & Namisi (2026) di Uganda mengidentifikasi pendidikan sarjana serta dukungan finansial, bantuan dalam pekerjaan rumah tangga, dukungan psikologis, dan dukungan rekan kerja sebagai faktor yang berkaitan dengan keberhasilan ASI eksklusif pada perempuan yang bekerja di sektor formal. Temuan dari kedua negara tersebut menggambarkan bahwa kemampuan ibu mempertahankan ASI eksklusif berkaitan dengan keadaan individu sekaligus bantuan yang tersedia di lingkungan sekitarnya.

Keberadaan jaringan sosial yang mendukung turut berperan dalam membantu perempuan bekerja menjalankan praktik menyusui. Bantuan yang diberikan dapat berupa dukungan emosional maupun bantuan praktis dari pasangan, anggota keluarga, rekan kerja, atasan, dan tenaga kesehatan. Dukungan tersebut membantu ibu menghadapi keterbatasan waktu serta menyesuaikan kebutuhan menyusui dengan tanggung jawab pekerjaannya. Penelitian di Malaysia menunjukkan bahwa dukungan suami dan keluarga, teman, pemberi kerja, serta tenaga kesehatan membantu ibu menghadapi berbagai tantangan dalam mengombinasikan aktivitas pekerjaan dan menyusui (Ahmad et al., 2022). Penelitian di Kenya juga menunjukkan bahwa perspektif perempuan, keluarga, dan pemberi kerja memperlihatkan pentingnya dukungan berupa fleksibilitas jam kerja, fasilitas penitipan anak, ruang laktasi, edukasi pemerahan ASI, serta cuti melahirkan dalam mendukung ibu pekerja memberikan ASI eksklusif (Ickes et al., 2021).

Lingkungan tempat kerja menjadi salah satu determinan yang perlu mendapatkan perhatian karena ibu pekerja menghabiskan sebagian besar waktunya dalam lingkungan tersebut. Tempat kerja yang menyediakan kebijakan ramah menyusui dapat memberikan kesempatan kepada ibu untuk mempertahankan ASI eksklusif setelah kembali bekerja. Jadwal kerja yang tidak fleksibel, tekanan pekerjaan, tidak tersedianya ruang laktasi, keterbatasan waktu untuk memerah ASI, dan cuti melahirkan yang singkat dapat menjadi hambatan. Penelitian di Tanzania menemukan bahwa fleksibilitas jadwal kerja berhubungan dengan kemungkinan yang lebih besar bagi ibu pekerja untuk mempertahankan ASI eksklusif (Mkono et al., 2024). Temuan di Ethiopia juga menunjukkan bahwa perempuan pekerja menghadapi berbagai tantangan ketika harus mengombinasikan pemberian ASI eksklusif dengan aktivitas pekerjaan (Gebrekidan et al., 2021).

Perilaku kesehatan terbentuk melalui keterkaitan berbagai faktor yang berada pada lima tingkatan dalam kerangka *Social Ecological Model* (SEM) yaitu individu, interpersonal, organisasi, komunitas, dan kebijakan. Pendekatan ini menjelaskan bahwa kemampuan ibu bekerja untuk memberikan ASI secara eksklusif tidak semata-mata bergantung pada pengetahuan maupun keputusan pribadi. Keadaan lingkungan sosial, dukungan keluarga, serta situasi di tempat kerja turut menentukan keberlanjutan praktik menyusui. Faktor yang berperan pada tingkat individu mencakup pengetahuan, pendidikan, pengalaman menyusui, dan keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam memberikan ASI. Tingkat interpersonal mencakup dukungan suami, keluarga, teman, dan rekan kerja. Tingkat organisasi meliputi dukungan tenaga kesehatan, fasilitas pelayanan kesehatan, kebijakan tempat kerja, fleksibilitas jam kerja, dan ketersediaan fasilitas laktasi. Tingkat komunitas berkaitan dengan kondisi sosial ekonomi dan lingkungan sosial yang memengaruhi akses ibu terhadap dukungan menyusui, sedangkan tingkat kebijakan mencakup ketentuan mengenai cuti melahirkan dan perlindungan hak menyusui bagi ibu pekerja. Pengelompokan tersebut menunjukkan bahwa faktor individu, keluarga dan sosial, pekerjaan, pelayanan kesehatan, serta kondisi sosial ekonomi yang digunakan dalam sintesis penelitian ini dapat dipetakan ke dalam tingkatan ekologis yang saling berkaitan. Peningkatan praktik pemberian ASI eksklusif perlu didukung melalui pendekatan terpadu yang mencakup penguatan peran ibu dan keluarga, pendampingan tenaga kesehatan, dukungan lingkungan kerja, serta penerapan kebijakan yang berpihak pada kebutuhan ibu menyusui (Wambach & Spencer, 2021).

Penelitian di Thailand memperkuat pandangan bahwa pengalaman pemberian ASI dipengaruhi oleh beberapa aspek secara bersamaan. Efikasi diri ibu, dukungan keluarga, dukungan pelayanan kesehatan, serta lingkungan pemberi kerja atau tempat kerja menjadi tema yang muncul dalam pengalaman ibu menyusui (Topothai et al., 2022). Penelitian di Palestina juga menunjukkan bahwa karakteristik sosial-demografis dan status pekerjaan merupakan bagian dari faktor yang berkaitan dengan praktik menyusui (Amer & Kateeb, 2023). Penelitian di Tanzania yang membandingkan ibu bekerja dengan ibu rumah tangga menunjukkan bahwa status pekerjaan perlu dipertimbangkan dalam memahami praktik pemberian ASI eksklusif (Ngao & Mboineki, 2023). Berbagai hasil tersebut menunjukkan bahwa determinan ASI eksklusif bersifat multidimensional dan dapat berbeda berdasarkan konteks sosial, ekonomi, pekerjaan, dan sistem kesehatan di masing-masing negara.

Penelitian mengenai keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja telah dilakukan di berbagai negara berkembang dengan karakteristik populasi, pendekatan penelitian, dan determinan yang berbeda. Penelitian di Indonesia lebih menekankan hubungan karakteristik ibu dan inisiasi menyusu dini dengan praktik ASI eksklusif (Syahri et al., 2024), sedangkan penelitian di Tanzania menunjukkan pentingnya fleksibilitas jadwal kerja dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif pada ibu pekerja sektor formal (Mkono et al., 2024). Penelitian kualitatif di Malaysia mengidentifikasi pengalaman menyusui serta peran dukungan keluarga, pemberi kerja, dan tenaga kesehatan dalam membantu ibu mempertahankan praktik menyusui (Ahmad et al., 2022). Perbedaan fokus tersebut menunjukkan bahwa bukti empiris mengenai determinan ASI eksklusif tersebar pada berbagai aspek individu, interpersonal, organisasi, dan lingkungan sosial. Kontribusi kajian ini terletak pada sintesis hasil penelitian primer dari beberapa negara berkembang dengan mengintegrasikan determinan individu, dukungan keluarga dan sosial, kondisi pekerjaan, pelayanan kesehatan, serta faktor sosial ekonomi menggunakan perspektif *Social Ecological Model*. Pendekatan tersebut memungkinkan identifikasi persamaan dan perbedaan determinan antarnegara sekaligus memberikan pemahaman mengenai keterkaitan faktor individu dan lingkungan dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja.

Penelitian ini bertolak dari permasalahan yang telah diuraikan memusatkan perhatian pada berbagai determinan yang berkaitan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada perempuan bekerja. Determinan tersebut ditelaah melalui aspek individu, hubungan interpersonal, kondisi pekerjaan, lingkungan organisasi, pelayanan kesehatan, dan keadaan sosial. Kajian ini melalui pengelompokan tersebut berupaya membedakan kondisi yang mempermudah ibu mempertahankan pemberian ASI eksklusif dengan keadaan yang justru menjadi hambatan. Hasil penelitian dengan rancangan kuantitatif, kualitatif, maupun *mixed methods* dianalisis secara deskriptif-naratif untuk mengidentifikasi kesamaan dan variasi temuan dalam konteks negara berkembang.

Pentingnya kajian ini berkaitan dengan kenyataan bahwa kemampuan ibu bekerja untuk terus menyusui secara eksklusif memerlukan keterlibatan berbagai pihak. Tanggung jawab tersebut tidak dapat dibebankan kepada ibu seorang diri karena lingkungan keluarga, tenaga kesehatan, pemberi kerja, dan pihak yang menetapkan kebijakan memiliki peran dalam menciptakan kondisi yang mendukung (Ickes et al., 2021). Hasil kajian melalui pendekatan ekologis diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai keterkaitan berbagai determinan sekaligus menjadi pertimbangan dalam penyusunan program pendampingan ibu menyusui (Mkono et al., 2024). Bentuk dukungan yang relevan meliputi penyediaan cuti melahirkan yang memadai, penyesuaian jam kerja, kesempatan menyusui atau memerah ASI, fasilitas penitipan anak, serta lingkungan kerja yang memberikan dukungan sosial bagi ibu (Edema & Namisi, 2026).

Penelitian ini diarahkan untuk menelaah dan mengintegrasikan temuan empiris mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan keberhasilan ASI eksklusif pada ibu pekerja di negara berkembang melalui publikasi ilmiah tahun 2021–2026. Analisis difokuskan pada karakteristik individu, dukungan keluarga dan sosial, pelayanan kesehatan, serta kondisi lingkungan pekerjaan. Penelitian ini melalui sintesis tersebut diharapkan menghasilkan gambaran determinan yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam merancang program dan kebijakan pendukung menyusui yang sesuai dengan kebutuhan perempuan bekerja di berbagai negara berkembang.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan melalui telaah literatur dengan mengacu pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) dalam proses penelusuran, pemilihan, dan pelaporan artikel ilmiah. Kajian diarahkan untuk menjawab pertanyaan mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan keberhasilan ibu bekerja dalam memberikan ASI secara eksklusif di negara berkembang. ASI eksklusif dalam penelitian ini dimaknai sebagai pemberian ASI tanpa disertai makanan maupun cairan tambahan sejak bayi dilahirkan hingga mencapai usia enam bulan. Pengecualian berlaku untuk pemberian obat, vitamin, dan mineral sesuai kebutuhan medis. Hasil utama yang ditelaah adalah keberhasilan ibu pekerja mempertahankan ASI eksklusif selama periode tersebut. Adapun determinan yang dianalisis meliputi karakteristik individu, dukungan keluarga dan lingkungan sosial, kondisi pekerjaan, fasilitas dan kebijakan tempat kerja, pelayanan kesehatan, serta keadaan sosial ekonomi. Studi yang mencakup ibu bekerja dan ibu tidak bekerja dipertimbangkan berdasarkan ketersediaan hasil yang relevan dengan status pekerjaan ibu. Perbedaan definisi luaran, karakteristik populasi, dan periode pengukuran ASI eksklusif diperhatikan dalam proses sintesis agar hasil penelitian tidak dibandingkan secara langsung apabila pengukurannya berbeda.

Penelusuran literatur dilakukan melalui tiga sumber elektronik, yaitu PubMed, ScienceDirect, dan Google Scholar, dengan menggunakan kombinasi kata kunci yang berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif, ibu bekerja, determinan keberhasilan menyusui, serta negara berkembang. Penelusuran dilakukan pada 8 September 2026 dengan pembatasan tahun publikasi 2021–2026. Strategi pencarian menggunakan istilah *exclusive breastfeeding*, *working mothers*, *employed mothers*, *determinants*, *factors*, dan *developing countries*. Kombinasi kata kunci dan penggunaan operator Boolean disesuaikan dengan fasilitas pencarian pada masing-masing sumber elektronik. Hasil pencarian sebelum pembatasan tahun menunjukkan 131 hasil pada PubMed, 315 hasil pada ScienceDirect, dan sekitar 9.030 hasil pada Google Scholar. Setelah penerapan filter tahun publikasi 2021–2026, diperoleh 75 hasil pada PubMed, 131 hasil pada ScienceDirect, dan sekitar 4.590 hasil pada Google Scholar. Jumlah hasil Google Scholar merupakan estimasi yang ditampilkan oleh mesin pencari dan tidak secara langsung menunjukkan jumlah artikel unik yang berhasil dikumpulkan. Artikel yang relevan selanjutnya dipertimbangkan berdasarkan kesesuaian judul, abstrak, dan kriteria penelitian. Sebanyak 50 artikel kandidat terdokumentasi untuk proses seleksi lebih lanjut, dan 10 artikel penelitian primer akhirnya dipertahankan sebagai studi utama dalam sintesis.

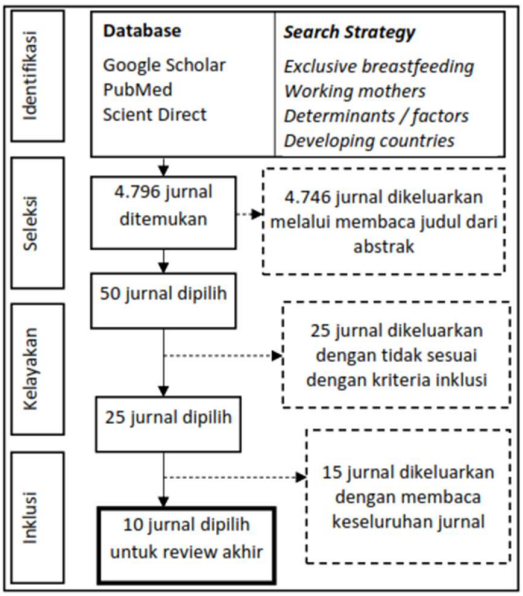
Artikel yang disertakan dalam kajian ini merupakan publikasi ilmiah periode 2021–2026 yang dapat diakses secara lengkap (*full text*) dan menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris. Penelitian yang dipilih harus mengkaji praktik ASI eksklusif pada perempuan bekerja atau populasi ibu yang mencakup kelompok pekerja, serta menyajikan temuan mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan keberhasilan menyusui eksklusif. Cakupan geografis penelitian dibatasi pada negara berkembang, termasuk wilayah dengan tingkat pendapatan rendah dan menengah. Publikasi dikeluarkan apabila tidak memenuhi kelengkapan dokumen, tidak relevan dengan tujuan kajian, tidak membahas populasi maupun praktik ASI eksklusif yang menjadi fokus penelitian, atau merupakan artikel yang teridentifikasi sebagai duplikasi. Publikasi berbentuk *review*, *systematic review*, *meta-analysis*, *editorial*, dan komentar juga tidak dimasukkan sebagai penelitian primer.

Sebanyak sepuluh artikel penelitian primer yang lolos proses seleksi menjadi sumber utama dalam tahap ekstraksi data. Informasi dari masing-masing publikasi dicatat berdasarkan identitas penulis, tahun terbit, lokasi penelitian, rancangan penelitian, ukuran dan karakteristik sampel, faktor-faktor yang dianalisis, serta hasil yang berkaitan dengan praktik ASI eksklusif. Seluruh informasi tersebut kemudian diorganisasikan dalam tabel ekstraksi sebagai dasar untuk membandingkan karakteristik dan temuan dari berbagai penelitian. Analisis dilakukan secara deskriptif-naratif melalui identifikasi determinan yang dilaporkan dalam setiap artikel. Temuan penelitian kemudian dikelompokkan berdasarkan kesamaan karakteristik menjadi faktor individu, dukungan keluarga dan sosial, faktor pekerjaan dan lingkungan tempat kerja, pelayanan kesehatan, serta kondisi sosial ekonomi. Pengelompokan tersebut diinterpretasikan menggunakan perspektif *Social Ecological Model* dengan mempertimbangkan tingkat individu, interpersonal, organisasi, komunitas, dan kebijakan. Selanjutnya, hasil penelitian dibandingkan untuk mengidentifikasi persamaan, perbedaan, serta variasi determinan berdasarkan karakteristik populasi dan konteks negara penelitian. Hasil ekstraksi disajikan pada

Tabel 1, sedangkan rangkuman faktor penghambat dan pendukung berdasarkan negara disajikan pada Tabel 2. Sebanyak 10 artikel penelitian primer digunakan sebagai dasar sintesis utama. Referensi lain yang dicantumkan dalam pendahuluan dan pembahasan digunakan sebagai literatur pendukung untuk memberikan konteks teoretis dan memperkuat interpretasi hasil, sehingga tidak dihitung sebagai bagian dari 10 artikel utama yang dianalisis.

Penilaian Kualitas Artikel

Kualitas metodologis artikel yang memenuhi kriteria inklusi dinilai menggunakan instrumen *critical appraisal* dari *Joanna Briggs Institute* (JBI) yang disesuaikan dengan desain penelitian. Penelitian *cross-sectional* dinilai menggunakan instrumen untuk studi analitik potong lintang, sedangkan penelitian kualitatif dinilai berdasarkan kriteria kualitas penelitian kualitatif. Penelitian *mixed methods* dievaluasi berdasarkan kesesuaian komponen metode penelitian yang digunakan. Aspek penilaian meliputi kesesuaian desain penelitian, pemilihan responden, pengukuran variabel atau luaran, potensi bias, serta ketepatan analisis dan pelaporan hasil. Hasil penilaian setiap artikel digunakan untuk mempertimbangkan kekuatan dan keterbatasan bukti dalam proses sintesis.



Gambar 1 Diagram PRISMA

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Penelusuran publikasi ilmiah menggunakan kombinasi istilah *exclusive breastfeeding*, *working mothers*, *determinants*, *factors*, dan *developing countries* menghasilkan sepuluh artikel penelitian primer yang memenuhi persyaratan untuk dianalisis lebih lanjut. Studi terpilih mencakup sembilan negara berkembang, yaitu Malaysia, Ethiopia, Kenya, Nigeria, Thailand, Palestina, Tanzania, Indonesia, dan Uganda. Setiap artikel ditelaah berdasarkan tujuan penelitian, rancangan metode, karakteristik partisipan, serta temuan yang dilaporkan. Informasi tersebut selanjutnya dibandingkan dan disintesis untuk memperoleh gambaran mengenai berbagai kondisi yang mendukung maupun menghambat praktik menyusui eksklusif pada perempuan bekerja. Hasil telaah memperlihatkan bahwa keberhasilan pemberian ASI eksklusif berkaitan dengan kesiapan individu, khususnya pengetahuan, pendidikan, kepercayaan diri dalam menyusui, dan pelaksanaan inisiasi menyusu dini. Bantuan pasangan, anggota keluarga, tenaga kesehatan, serta rekan kerja juga menjadi bagian dari dukungan yang ditemukan dalam sejumlah penelitian. Kesempatan memperoleh cuti setelah persalinan, pengaturan waktu kerja yang lebih fleksibel, ketersediaan ruang laktasi, dan kebijakan organisasi yang mendukung dapat membantu ibu mempertahankan ASI eksklusif dari aspek pekerjaan. Tuntutan pekerjaan yang tinggi, jadwal kerja yang kaku, serta terbatasnya sarana menyusui merupakan hambatan yang dilaporkan dalam penelitian-penelitian tersebut.

Tabel 1. Hasil *Literature Review*

No	Penulis	Negara	Judul	Metode Penelitian	Hasil
1	Gebrekidan et al. (2021)	Ethiopia	*Attitudes and experiences of employed women when combining exclusive breastfeeding and work: A qualitative study among office workers in Northern Ethiopia*	Studi kualitatif pada perempuan yang bekerja sebagai pekerja kantor untuk mengeksplorasi sikap dan pengalaman dalam mengombinasikan ASI eksklusif dengan pekerjaan. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 20 ibu yang diwawancarai dari 10 organisasi.	Ibu pekerja mengalami berbagai tantangan dalam mempertahankan ASI eksklusif, terutama dalam mengombinasikan tuntutan pekerjaan dengan kebutuhan menyusui. Dukungan lingkungan kerja dan kondisi pekerjaan menjadi faktor penting dalam keberhasilan ASI eksklusif.
2	Ickes et al. (2021)	Kenya	*Exclusive breastfeeding among working mothers in Kenya: Perspectives from women, families and employers*	Studi kualitatif yang melibatkan 42 ibu pekerja, anggota keluarga, tenaga kesehatan, pengelola penitipan anak, dan pemberi kerja.	Keberhasilan ASI eksklusif didukung oleh fleksibilitas jam kerja, cuti melahirkan, fasilitas penitipan anak, ruang laktasi, edukasi pemerahan ASI, serta dukungan keluarga dan pemberi kerja.
3	Ahmad et al. (2022)	Malaysia	*Working mothers' breastfeeding experience: A phenomenology qualitative approach*	Studi kualitatif dengan pendekatan fenomenologi terhadap 16 ibu pekerja untuk mengeksplorasi pengalaman pemberian ASI.	Hasil kualitatif menunjukkan bahwa pengalaman dan persepsi ibu dalam menyusui, tantangan ketika kembali bekerja, serta dukungan suami, keluarga, teman, pemberi kerja, dan tenaga kesehatan merupakan tema penting dalam mempertahankan praktik menyusui.
4	Onwuka (2022)	Nigeria	*A Cross-Sectional Study of Determinants of Exclusive Breastfeeding among Working Mothers in Enugu*	Studi *cross-sectional* terhadap 315 ibu pekerja untuk mengidentifikasi determinan ASI eksklusif.	Sebanyak 69% ibu memberikan ASI eksklusif. Tekanan pekerjaan menjadi salah satu alasan tidak memberikan ASI eksklusif dan sebagian besar ibu tidak memiliki fasilitas pendukung menyusui di tempat kerja.
5	Topothai et al. (2022)	Thailand	*Exclusive Breastfeeding Experiences of Thai Mothers in Metropolitan Bangkok*	Studi kualitatif terhadap 50 ibu dengan bayi usia 6–12 bulan untuk mengeksplorasi pengalaman pemberian ASI eksklusif.	Faktor yang berkaitan dengan pengalaman menyusui meliputi efikasi diri ibu, dukungan keluarga, dukungan pelayanan kesehatan, serta lingkungan pemberi kerja dan tempat kerja.

.

No	Penulis	Negara	Judul	Metode Penelitian	Hasil
6	Ngao & Mboineki (2023)	Tanzania	*Comparative study of exclusive breastfeeding practice among employed mothers and housewives in Tanzania*	Studi *comparative cross-sectional* terhadap 246 ibu yang bekerja dan ibu rumah tangga untuk membandingkan praktik ASI eksklusif.	Praktik ASI eksklusif berbeda berdasarkan status pekerjaan ibu. Kondisi pekerjaan menjadi salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kemampuan ibu mempertahankan ASI eksklusif.
7	Amer & Kateeb (2023)	Palestina	*Mothers' Employment and Breastfeeding Practices*	Penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional* terhadap 471 ibu di Jerusalem Governorate, Palestina, untuk menganalisis hubungan karakteristik sosial-demografis dan status pekerjaan ibu dengan praktik pemberian ASI.	Praktik pemberian ASI berkaitan dengan karakteristik sosial-demografis dan kondisi pekerjaan ibu. Status pekerjaan menjadi salah satu aspek yang dapat memengaruhi praktik menyusui.
8	Syahri et al. (2024)	Indonesia	*Exclusive breastfeeding among Indonesian working mothers: does early initiation of breastfeeding matter?*	Studi *cross-sectional* menggunakan data sekunder Survei Status Gizi Indonesia 2021 terhadap 4.003 ibu pekerja.	Inisiasi menyusu dini berhubungan positif dengan pemberian ASI eksklusif. Faktor lain yang berhubungan meliputi usia, status perkawinan, pendidikan, kondisi ekonomi, kelas *prenatal*, tempat tinggal, usia dan jenis kelamin bayi, serta berat lahir.
9	Mkono et al. (2024)	Tanzania	*Factors associated with exclusive breast feeding among mothers in formal employment in Dar es Salaam, Tanzania: a cross-sectional study*	Studi *cross-sectional* terhadap 327 ibu yang bekerja pada sektor formal untuk mengidentifikasi faktor yang berhubungan dengan ASI eksklusif.	Hasil kuantitatif menunjukkan prevalensi ASI eksklusif sebesar 38,5%. Fleksibilitas jadwal kerja berhubungan secara statistik dengan praktik ASI eksklusif pada ibu bekerja (AOR = 2,58). Hasil ini menunjukkan adanya asosiasi antara fleksibilitas pekerjaan dan pemberian ASI eksklusif, bukan hubungan sebab-akibat. Tekanan dan tuntutan pekerjaan menjadi salah satu hambatan.
10	Edema & Namisi (2026)	Uganda	*Factors associated with successful exclusive breastfeeding among mothers in the formal*	Studi *mixed-method* dengan pendekatan *sequential explanatory* terhadap 224 ibu pekerja sektor	Prevalensi ASI eksklusif sampai enam bulan sebesar 31,7%. Faktor yang berhubungan meliputi pendidikan sarjana, dukungan finansial, dukungan domestik, dukungan psikologis, dan

No	Penulis	Negara	Judul	Metode Penelitian	Hasil
			sector: a mixed-method study in Kampala, Uganda	formal dan dilanjutkan wawancara mendalam terhadap 10 ibu.	dukungan rekan kerja. Lingkungan pelayanan kesehatan dan tempat kerja yang ramah menyusui juga menjadi faktor pendukung.

Tabel 2. Sintesis Faktor Penghambat dan Pendukung Pemberian ASI Eksklusif Berdasarkan 10 Penelitian di 9 Negara Berkembang

No.	Negara	Peneliti dan Tahun	Faktor Risiko	Faktor Pendukung
1	Ethiopia	Gebrekidan et al. (2021)	Kesulitan mengombinasikan tuntutan pekerjaan dengan pemberian ASI eksklusif; kondisi dan dukungan lingkungan kerja yang belum memadai	Dukungan lingkungan kerja dan kondisi kerja yang memungkinkan ibu tetap menyusui
2	Kenya	Ickes et al. (2021)	Keterbatasan waktu, fasilitas menyusui, ruang laktasi, dan dukungan di tempat kerja	Fleksibilitas jam kerja, cuti melahirkan, ruang laktasi, fasilitas penitipan anak, edukasi pemerahan ASI, dukungan keluarga dan pemberi kerja
3	Malaysia	Ahmad et al. (2022)	Tantangan ketika kembali bekerja, keterbatasan waktu, kelelahan, serta kesulitan mempertahankan praktik menyusui	Dukungan suami, keluarga, teman, pemberi kerja, dan tenaga kesehatan
4	Nigeria	Onwuka (2022)	Tekanan pekerjaan dan keterbatasan fasilitas pendukung menyusui di tempat kerja.	Ketersediaan fasilitas menyusui dan dukungan tempat kerja merupakan kebutuhan yang teridentifikasi, bukan faktor pendukung yang telah terbukti secara statistik dalam ringkasan penelitian.
5	Thailand	Topothai et al. (2022)	Tantangan mempertahankan ASI eksklusif yang berkaitan dengan efikasi diri dan kondisi pekerjaan	Efikasi diri, dukungan keluarga, pelayanan kesehatan, dan dukungan pemberi kerja
6	Tanzania	Ngao & Mboineki (2023); Mkono et al. (2024)	Tuntutan pekerjaan dan jadwal kerja yang tidak fleksibel	Fleksibilitas jadwal kerja dan dukungan lingkungan kerja
7	Palestina	Amer & Kateeb (2023)	Karakteristik sosial-demografis dan kondisi pekerjaan yang berkaitan dengan praktik menyusui.	berstatus sebagai ibu rumah tangga, serta kelahiran bayi cukup bulan.
8	Indonesia	Syahri et al. (2024)	Kondisi sosial ekonomi yang kurang mendukung dan tidak dilakukannya inisiasi menyusu dini.	Inisiasi menyusu dini (IMD), kelas *prenatal*, Pendidikan.
9	Uganda	Edema & Namisi (2026)	Keterbatasan dukungan finansial, domestik, psikologis, dan rekan kerja	Pendidikan, dukungan finansial, domestik, psikologis, rekan kerja, serta lingkungan pelayanan kesehatan dan tempat kerja yang ramah menyusui

Tabel 2 menyajikan sintesis faktor penghambat dan pendukung pemberian ASI eksklusif berdasarkan sepuluh penelitian yang dilakukan di sembilan negara berkembang. Jumlah negara lebih sedikit dibandingkan jumlah artikel karena terdapat dua penelitian yang dilakukan di Tanzania, yaitu Ngao & Mboineki (2023) serta

Mkono et al. (2024). Faktor yang disajikan merupakan rangkuman temuan penelitian dengan desain dan karakteristik populasi yang berbeda. Pengelompokan faktor penghambat dan pendukung perlu dipahami berdasarkan konteks masing-masing penelitian dan tidak seluruhnya menunjukkan hubungan kausal atau pengaruh yang signifikan secara statistik.

PEMBAHASAN

Telaah terhadap sepuluh penelitian primer memperlihatkan bahwa kemampuan perempuan bekerja untuk memberikan ASI secara eksklusif dipengaruhi oleh berbagai kondisi yang saling berkaitan. Determinan yang teridentifikasi mencakup karakteristik individu, bantuan keluarga dan lingkungan sosial, situasi pekerjaan, ketersediaan dukungan pelayanan kesehatan, serta keadaan sosial ekonomi. Faktor-faktor tersebut tidak bekerja secara terpisah, melainkan membentuk kondisi yang dapat mempermudah atau menyulitkan ibu mempertahankan praktik menyusui secara eksklusif hingga bayi mencapai usia enam bulan.

Faktor Individu

Karakteristik pribadi ibu menjadi salah satu aspek yang perlu diperhatikan dalam memahami keberhasilan praktik ASI eksklusif pada perempuan bekerja. Bekal pengetahuan mengenai manfaat menyusui, pengalaman sebelumnya, latar belakang pendidikan, keyakinan terhadap kemampuan diri, serta kesiapan menghadapi proses menyusui dapat memengaruhi keberlanjutan pemberian ASI (Lokko et al., 2025). Ahmad et al. (2022) melalui penelitiannya di Malaysia mengungkapkan bahwa pengalaman dan cara pandang ibu terhadap kegiatan menyusui turut membentuk kemampuan mereka menghadapi kesulitan setelah kembali menjalankan pekerjaan. Temuan dari Uganda juga mengidentifikasi hubungan antara pendidikan dan keberhasilan menyusui eksklusif pada perempuan yang bekerja di sektor formal. Ibu dengan pendidikan sarjana dilaporkan memiliki peluang lebih tinggi untuk mempertahankan ASI eksklusif (Edema & Namisi, 2026).

Pelaksanaan inisiasi menyusu dini merupakan aspek lain yang berkaitan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan penelitian Syahri et al. (2024), perempuan bekerja di Indonesia yang melakukan inisiasi menyusu dini mempunyai kemungkinan lebih tinggi untuk memberikan ASI secara eksklusif dibandingkan mereka yang tidak melakukannya. Temuan ini memperlihatkan pentingnya dukungan menyusui sejak masa awal kelahiran. Pemahaman mengenai manfaat ASI dan keterampilan menyusui dapat membantu ibu mempersiapkan diri menghadapi perubahan rutinitas setelah kembali bekerja, termasuk dalam melakukan pemerahan dan penyimpanan ASI.

Keyakinan ibu terhadap kemampuannya sendiri atau efikasi diri juga berkaitan dengan keberlanjutan proses menyusui. Ibu yang memiliki kepercayaan diri lebih baik cenderung mampu menghadapi berbagai kesulitan selama memberikan ASI (Adugnaw et al., 2023). Topothai et al. (2022) dalam penelitian di Thailand mengidentifikasi efikasi diri sebagai salah satu aspek pengalaman menyusui yang berkaitan dengan dukungan keluarga, pelayanan kesehatan, dan situasi lingkungan kerja. Penguatan pemahaman dan kepercayaan diri ibu perlu diperhatikan sebagai bagian dari upaya mendukung praktik ASI eksklusif pada perempuan bekerja.

Faktor individu merupakan salah satu kelompok determinan yang ditemukan dalam beberapa negara, meskipun bentuknya berbeda. Keberhasilan ASI eksklusif di Indonesia berkaitan dengan beberapa karakteristik ibu dan bayi, terutama inisiasi menyusu dini, pendidikan, usia ibu, status perkawinan, kelas *prenatal*, kondisi ekonomi, serta karakteristik bayi (Syahri et al., 2024). Pelaksanaan inisiasi menyusu dini merupakan aspek penting yang berkaitan dengan keberlanjutan praktik menyusui, mengingat ibu yang menerapkannya cenderung memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk memberikan ASI secara eksklusif hingga bayi berusia enam bulan.

Hasil penelitian di Uganda memperlihatkan adanya hubungan antara pendidikan sarjana dan keberhasilan menyusui eksklusif pada perempuan yang bekerja di sektor formal. Bantuan finansial, dukungan dalam pekerjaan rumah tangga, pendampingan psikologis, serta dukungan rekan kerja selain pendidikan turut berkaitan dengan keberhasilan tersebut (Edema & Namisi, 2026). Penelitian Topothai et al. (2022) di Thailand mengidentifikasi efikasi diri sebagai salah satu aspek penting dalam pengalaman menyusui, bersama dengan dukungan keluarga, tenaga kesehatan, dan lingkungan pekerjaan. Perbedaan tersebut menggambarkan bahwa faktor yang berkaitan dengan praktik ASI eksklusif dapat bervariasi sesuai karakteristik responden dan situasi masing-masing negara. Penelitian Indonesia lebih menyoroti inisiasi menyusu dini dan karakteristik sosial-demografis, sedangkan penelitian Uganda memperlihatkan keterkaitan pendidikan dan dukungan sosial dengan keberhasilan menyusui eksklusif.

Dukungan Keluarga dan Sosial

Kemampuan ibu bekerja dalam mempertahankan ASI eksklusif juga berkaitan dengan bantuan yang diperoleh dari orang-orang di sekitarnya. Ibu membutuhkan dukungan emosional dan pertolongan langsung selain memperoleh informasi mengenai menyusui untuk menjalankan tanggung jawab keluarga serta

pekerjaan. Penelitian Ahmad et al. (2022) di Malaysia mengidentifikasi suami, anggota keluarga, teman, pemberi kerja, dan tenaga kesehatan sebagai sumber dukungan selama ibu menjalani proses menyusui. Kehadiran pihak-pihak tersebut dapat membantu ibu mengatasi kelelahan, kesulitan mengatur waktu, dan berbagai kendala setelah kembali bekerja.

Temuan dari Uganda turut menegaskan pentingnya lingkungan sosial yang mendukung. Edema & Namisi (2026) melaporkan adanya keterkaitan antara bantuan pekerjaan rumah tangga, dukungan psikologis, dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja sektor formal. Bantuan dalam kegiatan domestik memungkinkan ibu mengalokasikan lebih banyak waktu dan tenaga untuk menyusui maupun memerah ASI. Dukungan emosional dapat membantu menjaga motivasi dan kepercayaan diri ibu ketika menghadapi tuntutan pekerjaan.

Rekan kerja di samping keluarga memiliki peran dalam menciptakan suasana pekerjaan yang mendukung kegiatan menyusui. Ickes et al. (2021) melalui penelitian di Kenya menggambarkan pentingnya dukungan keluarga, pemberi kerja, serta lingkungan pekerjaan bagi ibu yang berupaya mempertahankan ASI eksklusif. Bentuk dukungan di tempat kerja dapat berupa pemberian waktu untuk memerah ASI, sikap saling memahami, dan penerimaan terhadap kebutuhan ibu menyusui. Upaya mempertahankan pemberian ASI eksklusif tidak hanya bergantung pada ibu, tetapi juga memerlukan keterlibatan keluarga dan lingkungan sosialnya.

Dukungan keluarga dan sosial ditemukan pada beberapa negara, tetapi bentuk dukungannya berbeda. Suami, keluarga, teman, pemberi kerja, dan tenaga kesehatan menjadi sumber dukungan penting bagi ibu pekerja di Malaysia dalam menghadapi tantangan menyusui (Ahmad et al., 2022). Dukungan tersebut membantu ibu menghadapi kondisi ketika harus membagi waktu antara pekerjaan dan kebutuhan menyusui.

Dukungan yang diperoleh ibu bekerja di Kenya mencakup keterlibatan keluarga sekaligus perhatian dari pihak tempat kerja. Ickes et al. (2021) mengidentifikasi kebutuhan terhadap pengaturan jam kerja yang lebih fleksibel, fasilitas menyusui, serta dukungan dari keluarga dan pemberi kerja untuk membantu keberlanjutan ASI eksklusif. Penelitian Edema & Namisi (2026) di Uganda memperlihatkan adanya hubungan antara keberhasilan menyusui eksklusif dengan bantuan finansial, pekerjaan domestik, dukungan psikologis, dan rekan kerja. Perbandingan kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa bentuk bantuan yang diperlukan ibu dapat berbeda menurut lingkungan sosial dan karakteristik pekerjaannya. Temuan di Malaysia lebih menekankan peran hubungan interpersonal, sedangkan penelitian Kenya menyoroti keterlibatan keluarga dan organisasi tempat bekerja. Dukungan ekonomi dan psikologis di Uganda turut menjadi aspek yang berkaitan dengan keberhasilan ASI eksklusif.

Faktor Pekerjaan dan Lingkungan Tempat Kerja

Kondisi pekerjaan menjadi salah satu aspek yang memengaruhi keberlanjutan pemberian ASI eksklusif karena ibu perlu menyesuaikan kebutuhan menyusui dengan kewajiban profesional. Jam kerja yang panjang, beban tugas yang tinggi, tekanan pekerjaan, serta keterbatasan keleluasaan mengatur jadwal dapat menyulitkan ibu mempertahankan praktik tersebut (Shrestha et al., 2025). Penelitian Onwuka (2022) di Nigeria mengungkapkan bahwa tuntutan pekerjaan merupakan salah satu kendala yang dihadapi perempuan bekerja dalam memberikan ASI secara eksklusif. Responden sebagian besar juga dilaporkan belum memperoleh fasilitas menyusui di tempat kerja. Keadaan tersebut memperlihatkan bahwa kurangnya dukungan organisasi dapat memperbesar kesulitan ibu dalam memenuhi kebutuhan ASI bayinya.

Pengaturan waktu kerja yang memungkinkan penyesuaian dengan kebutuhan menyusui menjadi salah satu bentuk dukungan organisasi. Mkono et al. (2024) menemukan bahwa perempuan yang bekerja di sektor formal di Tanzania dan mempunyai jadwal lebih fleksibel cenderung memiliki peluang lebih tinggi untuk berhasil memberikan ASI eksklusif. Keleluasaan tersebut memberikan kesempatan kepada ibu untuk menyusui atau melakukan pemerahan ASI pada waktu yang diperlukan. Pengaturan jam kerja yang terlalu kaku berpotensi membatasi kesempatan pemerahan ASI secara teratur sehingga menyulitkan keberlanjutan pemberian ASI eksklusif.

Sarana penunjang menyusui turut menentukan kesiapan lingkungan kerja dalam memenuhi kebutuhan ibu selain pengaturan waktu. Hasil penelitian Ickes et al. (2021) di Kenya mengidentifikasi pentingnya fasilitas laktasi, penitipan anak, informasi mengenai pemerahan ASI, cuti setelah persalinan, serta pengaturan pekerjaan yang lebih fleksibel. Gebrekidan et al. (2021) pada penelitian di Ethiopia menggambarkan kesulitan ibu dalam menjalankan tanggung jawab pekerjaan bersamaan dengan upaya mempertahankan praktik menyusui ketika dukungan lingkungan kerja belum memadai. Kedua penelitian tersebut memperlihatkan pentingnya penyediaan fasilitas dan pengaturan kerja yang mempertimbangkan kebutuhan perempuan menyusui.

Perbandingan hasil penelitian di Nigeria, Tanzania, dan Kenya memperlihatkan bahwa bentuk hambatan pekerjaan tidak selalu sama. Onwuka (2022) menyoroti tekanan pekerjaan dan keterbatasan fasilitas menyusui di Nigeria, sedangkan Mkono et al. (2024) menemukan hubungan antara fleksibilitas jadwal kerja dan keberhasilan ASI eksklusif pada ibu pekerja sektor formal di Tanzania. Penelitian Ickes et al. (2021) di Kenya mengidentifikasi kebutuhan terhadap dukungan pemberi kerja dan penyediaan fasilitas yang

memudahkan kegiatan menyusui. Ketiga penelitian meskipun memiliki penekanan berbeda tersebut memperlihatkan bahwa kondisi lingkungan pekerjaan merupakan aspek penting dalam mendukung keberlanjutan pemberian ASI eksklusif setelah ibu kembali bekerja.

Hambatan pekerjaan di Nigeria terlihat melalui tekanan kerja dan keterbatasan fasilitas menyusui. Penelitian Onwuka (2022) menunjukkan bahwa tekanan pekerjaan menjadi salah satu alasan ibu pekerja tidak memberikan ASI eksklusif, sementara sebagian besar responden tidak memiliki fasilitas pendukung menyusui di tempat kerja. Hambatan pekerjaan di Nigeria lebih terlihat dalam bentuk tekanan kerja dan keterbatasan fasilitas (Onwuka, 2022). Tekanan pekerjaan menjadi salah satu alasan ibu pekerja tidak memberikan ASI eksklusif dan sebagian besar responden tidak memiliki fasilitas pendukung menyusui di tempat kerja.

Perbandingan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan dan dukungan lingkungan kerja memiliki karakteristik yang berbeda antarnegara. Penelitian di Kenya menekankan kebutuhan terhadap fasilitas laktasi, fleksibilitas jam kerja, dan dukungan pemberi kerja (Ickes et al., 2021). Penelitian di Tanzania menunjukkan hubungan antara fleksibilitas jadwal kerja dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Mkono et al., 2024), sedangkan penelitian di Nigeria mengidentifikasi tekanan pekerjaan dan keterbatasan fasilitas menyusui sebagai hambatan (Onwuka, 2022). Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kebijakan pendukung menyusui perlu disesuaikan dengan kondisi lingkungan kerja pada masing-masing negara.

Dukungan Pelayanan Kesehatan

Dukungan dari fasilitas dan tenaga kesehatan turut berkaitan dengan keberhasilan ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif. Petugas kesehatan melalui edukasi dan pendampingan dapat membantu ibu memahami manfaat menyusui, menerapkan teknik pemberian ASI yang tepat, melakukan pemerahan dan penyimpanan ASI, serta mencari solusi atas kendala yang dihadapi selama masa menyusui. Penelitian di Malaysia menunjukkan bahwa tenaga kesehatan merupakan salah satu sumber dukungan yang dibutuhkan oleh ibu pekerja dalam menghadapi tantangan pemberian ASI (Ahmad et al., 2022). Dukungan tersebut penting terutama ketika ibu harus mempersiapkan diri untuk kembali bekerja setelah masa persalinan.

Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa keikutsertaan dalam kelas *prenatal* dan faktor pelayanan kesehatan lainnya turut berkaitan dengan praktik ASI eksklusif pada ibu pekerja (Syahri et al., 2024). Penelitian di Thailand menunjukkan bahwa dukungan pelayanan kesehatan menjadi salah satu tema penting dalam pengalaman pemberian ASI (Topothai et al., 2022). Hal tersebut menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan tidak hanya berperan pada masa kehamilan dan persalinan, tetapi juga perlu memberikan dukungan berkelanjutan ketika ibu mulai kembali menjalankan aktivitas pekerjaan.

Peran tenaga kesehatan dalam mendukung praktik menyusui turut diidentifikasi dalam sejumlah penelitian. Topothai et al. (2022) melalui kajiannya di Thailand menemukan bahwa pendampingan tenaga kesehatan, bantuan keluarga, keyakinan ibu terhadap kemampuan menyusui, dan dukungan pemberi kerja merupakan aspek yang berkaitan dengan pengalaman mempertahankan ASI eksklusif. Penelitian di Indonesia memperlihatkan adanya hubungan antara keikutsertaan ibu dalam kelas *prenatal*, pelaksanaan inisiasi menyusu dini, dan praktik pemberian ASI eksklusif.

Penelitian di Ethiopia menunjukkan bahwa ibu pekerja menghadapi tantangan dalam mengombinasikan tanggung jawab pekerjaan dengan pemberian ASI eksklusif (Gebrekidan et al., 2021). Kondisi tersebut memperlihatkan pentingnya pendampingan dan edukasi menyusui yang mempertimbangkan kebutuhan ibu setelah kembali bekerja. Pelayanan kesehatan diharapkan tidak hanya memberikan informasi mengenai teknik menyusui, tetapi juga membantu ibu mempersiapkan strategi mempertahankan ASI eksklusif selama menjalankan aktivitas pekerjaan.

Faktor Sosial Ekonomi

Keadaan sosial dan ekonomi keluarga turut berkaitan dengan kemampuan perempuan bekerja untuk melanjutkan pemberian ASI secara eksklusif. Latar belakang pendidikan, pendapatan rumah tangga, status perkawinan, dan kondisi sosial dapat memengaruhi kesempatan ibu memperoleh informasi serta mengakses layanan kesehatan dan berbagai kebutuhan penunjang menyusui. Syahri et al. (2024) melalui penelitian di Indonesia mengidentifikasi adanya hubungan antara praktik ASI eksklusif dengan pendidikan, status perkawinan, keadaan ekonomi, wilayah tempat tinggal, serta karakteristik ibu dan bayi. Hasil penelitian Edema & Namisi (2026) di Uganda memperlihatkan bahwa bantuan finansial berkaitan dengan keberhasilan menyusui eksklusif pada perempuan yang bekerja di sektor formal.

Keluarga dengan sumber daya ekonomi yang lebih memadai cenderung mempunyai kesempatan lebih besar untuk menyediakan sarana dan bantuan yang diperlukan selama masa menyusui. Keterbatasan ekonomi dapat meningkatkan tekanan yang harus dihadapi ibu dan keluarga. Status pekerjaan dan jenis pekerjaan juga dapat menentukan tingkat fleksibilitas ibu dalam mengatur waktu menyusui. Penelitian di Tanzania yang

membandingkan ibu bekerja dan ibu rumah tangga menunjukkan bahwa status pekerjaan perlu diperhatikan dalam memahami praktik ASI eksklusif (Ngao & Mboineki, 2023).

Faktor sosial ekonomi juga menunjukkan pola yang berbeda antarnegara. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa pendidikan, kondisi ekonomi, tempat tinggal, status perkawinan, serta karakteristik ibu dan bayi berkaitan dengan praktik pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja (Syahri et al., 2024). Temuan ini memperlihatkan bahwa keberlanjutan praktik menyusui eksklusif tidak hanya berkaitan dengan situasi pekerjaan, tetapi juga dengan karakteristik sosial dan demografis ibu.

Penelitian Edema & Namisi (2026) di Uganda mengidentifikasi dukungan keuangan sebagai salah satu aspek yang berkaitan dengan keberhasilan ibu pekerja sektor formal dalam memberikan ASI secara eksklusif. Penelitian di Nigeria menunjukkan bahwa tekanan pekerjaan dan keterbatasan fasilitas menyusui menjadi hambatan bagi ibu pekerja (Onwuka, 2022). Penelitian di Tanzania juga memperlihatkan pentingnya status pekerjaan dan pengaturan waktu kerja dalam praktik pemberian ASI eksklusif (Ngao & Mboineki, 2023; Mkono et al., 2024). Perbedaan temuan antarnegara memperlihatkan bahwa pengaruh keadaan ekonomi dan tuntutan pekerjaan terhadap praktik menyusui dapat bervariasi menurut karakteristik serta lingkungan kehidupan ibu.

Sintesis literatur secara keseluruhan memperlihatkan bahwa keberlanjutan pemberian ASI eksklusif pada perempuan bekerja terbentuk melalui keterkaitan sejumlah aspek, bukan semata-mata bergantung pada keputusan pribadi. Faktor individu seperti pengetahuan, pendidikan, efikasi diri, pengalaman menyusui, dan inisiasi menyusu dini berperan dalam membentuk kesiapan ibu. Dukungan suami, keluarga, teman, dan rekan kerja pada tingkat interpersonal dapat memperkuat kemampuan ibu mempertahankan ASI eksklusif. Fleksibilitas jam kerja, cuti melahirkan, ruang laktasi, fasilitas penitipan anak, dan kebijakan tempat kerja pada tingkat organisasi menjadi faktor penting. Peningkatan keberhasilan ASI eksklusif pada ibu pekerja di negara berkembang memerlukan pendekatan yang multidimensional, melalui peningkatan kapasitas ibu sekaligus penguatan dukungan keluarga, pelayanan kesehatan, lingkungan kerja, dan kebijakan yang ramah terhadap ibu menyusui.

Sintesis Temuan Antarnegara

Hasil kajian menunjukkan bahwa determinan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja memiliki persamaan dan variasi antarpenelitian. Dukungan lingkungan kerja muncul dalam penelitian di Kenya, Nigeria, Tanzania, dan Ethiopia, meskipun bentuk temuan dan metode penelitiannya berbeda. Penelitian kuantitatif di Tanzania menunjukkan hubungan antara fleksibilitas jadwal kerja dan praktik ASI eksklusif (Mkono et al., 2024), sedangkan penelitian kualitatif di Kenya menggambarkan pentingnya dukungan pemberi kerja, fasilitas menyusui, dan pengaturan pekerjaan berdasarkan pengalaman responden (Ickes et al., 2021). Hasil kajian di Indonesia menunjukkan bahwa pelaksanaan inisiasi menyusu dini serta karakteristik individu ibu berkaitan dengan keberhasilan pemberian ASI secara eksklusif (Syahri et al., 2024), sementara penelitian di Uganda menunjukkan hubungan pendidikan dan berbagai bentuk dukungan sosial dengan keberhasilan ASI eksklusif (Edema & Namisi, 2026).

Perbedaan temuan tersebut perlu ditafsirkan secara hati-hati karena desain penelitian, karakteristik responden, determinan yang diukur, serta konteks pekerjaan tidak seluruhnya sama. Hasil penelitian kuantitatif menunjukkan hubungan antarvariabel yang diuji, sedangkan penelitian kualitatif memberikan pemahaman mengenai pengalaman, hambatan, dan kebutuhan ibu bekerja. Hasil kajian ini secara umum menegaskan pentingnya upaya terpadu yang mencakup penguatan kemampuan ibu, keterlibatan keluarga, pendampingan tenaga kesehatan, serta penyediaan kondisi kerja yang mendukung keberlanjutan pemberian ASI eksklusif. Pengembangan kebijakan sebaiknya mempertimbangkan kebutuhan ibu pekerja dan kondisi organisasi, termasuk penyediaan fasilitas laktasi, fleksibilitas waktu kerja, serta dukungan sosial yang memadai.

Penelaahan terhadap sepuluh penelitian dari sejumlah negara berkembang memperlihatkan bahwa praktik ASI eksklusif pada perempuan bekerja dipengaruhi oleh keterkaitan antara karakteristik pribadi, dukungan sosial, dan keadaan di tempat kerja. Syahri et al. (2024) melalui penelitian di Indonesia mengidentifikasi hubungan antara pelaksanaan inisiasi menyusu dini, karakteristik ibu, dan praktik menyusui eksklusif. Studi Ahmad et al. (2022) di Malaysia dan Topothai et al. (2022) di Thailand mengungkapkan peran kepercayaan diri ibu, bantuan keluarga, serta pendampingan tenaga kesehatan dalam pengalaman menyusui. Penelitian Ickes et al. (2021) di Kenya dan Gebrekidan et al. (2021) di Ethiopia turut menggambarkan pentingnya kondisi pekerjaan yang mendukung agar ibu dapat menjalankan tanggung jawab profesional tanpa mengabaikan kebutuhan menyusui bayinya. Temuan di Tanzania dan Nigeria menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan, keterbatasan fasilitas menyusui, serta fleksibilitas jadwal kerja merupakan aspek penting dalam mempertahankan ASI eksklusif (Mkono et al., 2024; Onwuka, 2022). Penelitian di Uganda mengidentifikasi peran dukungan finansial, domestik, psikologis, dan rekan kerja dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif (Edema & Namisi, 2026). Perbedaan temuan tersebut menunjukkan bahwa determinan ASI eksklusif tidak dapat dipisahkan dari karakteristik populasi, kondisi sosial ekonomi, serta lingkungan pekerjaan pada masing-masing negara.

Keberagaman metode yang digunakan dalam penelitian terdahulu menjadi aspek penting yang harus diperhatikan ketika menafsirkan temuan hasil sintesis. Penelitian kualitatif memberikan pemahaman mengenai pengalaman ibu dalam menghadapi hambatan dan memperoleh dukungan menyusui, sedangkan penelitian kuantitatif mengidentifikasi hubungan antara karakteristik individu maupun kondisi pekerjaan dengan praktik ASI eksklusif. Penelitian dengan pendekatan *mixed methods* menggabungkan informasi mengenai hubungan antarvariabel dan pengalaman responden. Temuan dari berbagai desain penelitian tidak dapat dibandingkan hanya berdasarkan besarnya pengaruh atau frekuensi kemunculan faktor. Sintesis ini lebih menekankan konsistensi arah temuan, kesamaan hambatan dan dukungan, serta variasi konteks antarnegara. Berdasarkan perspektif *Social Ecological Model*, keberhasilan ASI eksklusif pada ibu pekerja memerlukan pendekatan yang mengintegrasikan kemampuan individu, dukungan interpersonal, fasilitas dan kebijakan organisasi, serta lingkungan sosial yang mendukung.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan sintesis terhadap 10 artikel penelitian periode 2021–2026, keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja di negara berkembang berkaitan dengan berbagai faktor individu, interpersonal, pekerjaan, pelayanan kesehatan, dan sosial ekonomi. Faktor yang dilaporkan meliputi pengetahuan dan pendidikan ibu, efikasi diri, inisiasi menyusu dini, dukungan keluarga dan tenaga kesehatan, fleksibilitas jadwal kerja, serta ketersediaan fasilitas menyusui. Penelitian kuantitatif menunjukkan hubungan antara sejumlah determinan dengan praktik ASI eksklusif, sedangkan penelitian kualitatif menggambarkan pengalaman, hambatan, dan kebutuhan dukungan yang dirasakan oleh ibu bekerja. Perbedaan temuan antarnegara perlu dipahami berdasarkan variasi desain penelitian, karakteristik responden, serta konteks sosial dan lingkungan kerja.

Hasil kajian menunjukkan pentingnya dukungan multidimensional untuk membantu ibu bekerja mempertahankan pemberian ASI eksklusif. Upaya yang dapat dipertimbangkan meliputi peningkatan edukasi menyusui, penguatan dukungan keluarga dan tenaga kesehatan, penyediaan fasilitas laktasi, serta penerapan kebijakan tempat kerja yang lebih fleksibel dan ramah ibu menyusui. Meskipun demikian, variasi metode dan karakteristik penelitian membatasi penarikan kesimpulan mengenai faktor yang paling dominan dan hubungan sebab-akibat. Interpretasi hasil perlu mempertimbangkan kualitas metodologis setiap studi serta kesesuaian intervensi dengan kondisi masing-masing negara.

DAFTAR RUJUKAN

[1] Adugnaw, E., Gizaw, G., Girma, M., Arage, G., & Libanos, M. (2023). The median time to stopover exclusive breastfeeding among employed and unemployed mothers of infants aged 6--12 months in Ethiopia, 2019. *Scientific Reports*, *13*, 6259. https://doi.org/10.1038/s41598-023-29729-z

[2] Aggarwal, R., Garg, P., Verma, M., Bindal, P., Aditi, A., Kaur, I., Rohilla, M., & Kakkar, R. (2024). Decadal trends in the exclusive breastfeeding practices among working Indian mothers: a multi-level analysis. *International Breastfeeding Journal*, *19*(1), 83. https://doi.org/10.1186/s13006-024-00695-0

[3] Ahmad, R. S., Sulaiman, Z., Nik Hussain, N. H., & Mohd Noor, N. (2022). Working mothers' breastfeeding experience: a phenomenology qualitative approach. *BMC Pregnancy and Childbirth*, *22*(1), 85. https://doi.org/10.1186/s12884-021-04304-4

[4] Ahmmed, F., Hossain, M. J., Sutopa, T. S., Al-Mamun, M., Alam, M., Islam, M. R., Sharma, R., Sarker, M. M. R., & Azlina, M. F. N. (2022). The trend in exclusive breastfeeding practice and its association with maternal employment in Bangladesh: A multilevel analysis. *Frontiers in Public Health*, *10*, 988016. https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.988016

[5] Amer, S., & Kateeb, E. (2023). Mothers' Employment and Exclusive Breastfeeding Practices: A Brief Report from Jerusalem Governorate. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(3), 2066. https://doi.org/10.3390/ijerph20032066

[6] Cherop, N., Lyagoba, I., Nabachenje, P., Namugaya Mugabe, A. J., & Mbwali, I. (2026). Prevalence and experiences of exclusive breastfeeding among working mothers at a tertiary hospital in Eastern Uganda. *Scientific Reports*, *16*, 1097. https://doi.org/10.1038/s41598-025-30619-9

[7] Edema, J., & Namisi, C. P. (2026). Factors associated with successful exclusive breastfeeding among mothers in the formal sector: a mixed-method study in Kampala, Uganda. *International Breastfeeding Journal*, *21*(1), 2. https://doi.org/10.1186/s13006-025-00788-4

[8] Edemba, P. W., Irimu, G., & Musoke, R. (2022). Knowledge attitudes and practice of breastmilk expression and storage among working mothers with infants under six months of age in Kenya. *International Breastfeeding Journal*, *17*(1), 33. https://doi.org/10.1186/s13006-022-00469-6

[9] Gebrekidan, K., Plummer, V., Fooladi, E., & Hall, H. (2021). Attitudes and experiences of employed women when combining exclusive breastfeeding and work: A qualitative study among office workers in Northern Ethiopia. *Maternal \& Child Nutrition*, *17*(4), e13190. https://doi.org/10.1111/mcn.13190

[10] Ickes, S. B., Sanders, H., Denno, D. M., Myhre, J. A., Kinyua, J., Singa, B., Lemein, H. S., Iannotti, L. L., Farquhar, C., Walson, J. L., & Nduati, R. (2021). Exclusive breastfeeding among working mothers in Kenya: Perspectives from women, families and employers. *Maternal \& Child Nutrition*, *17*(4), e13194. https://doi.org/10.1111/mcn.13194

[11] Lokko, C., Sackey, J., & Lokko, F. (2025). Factors associated with exclusive breastfeeding among infants of working mothers in Ghana: a secondary analysis of the 2022 demographic and health survey. *BMC Public Health*, *25*, 4132. https://doi.org/10.1186/s12889-025-25440-y

[12] Mkono, N., Chirande, L., Moshiro, R., & Noorani, M. (2024). Factors associated with exclusive breast feeding among mothers in formal employment in Dar es Salaam, Tanzania: a cross-sectional study. *BMJ Open*, *14*(11), e091993. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-091993

[13] Ngao, O. D., & Mboineki, J. F. (2023). Comparative study of exclusive breastfeeding practice among employed mothers and housewives in Tanzania. *Journal of Health, Population and Nutrition*, *42*(1), 72. https://doi.org/10.1186/s41043-023-00407-0

[14] Onwuka, C. I. (2022). A Cross-Sectional Study of Determinants of Exclusive Breastfeeding among Working Mothers in Enugu. *Journal of the West African College of Surgeons*, *12*(2), 75–80. https://doi.org/10.4103/jwas.jwas_102_22

[15] Pemerintah Republik Indonesia. (2024). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2024 tentang Peraturan Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan*. https://peraturan.bpk.go.id/Details/294077/pp-no-28-tahun-2024

[16] Relaksana, R., Akbar, A., Sihaloho, E. D., Ferdian, D., & Siregar, A. Y. M. (2023). The financial need of feeding infants for the first six months of life in West Java Province of Indonesia and the implications of socioeconomic and mental health factors. *International Breastfeeding Journal*, *18*(1), 26. https://doi.org/10.1186/s13006-023-00561-5

[17] Shrestha, M., Adhikari, S., Shrestha, N., Budha Magar, G., & Pokhrel, B. R. (2025). Breastfeeding and workplace support in Nepal. *PLOS Global Public Health*, *5*(8), e0005059. https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0005059

[18] Syahri, I. M., Laksono, A. D., Fitria, M., Rohmah, N., Masruroh, M., & Ipa, M. (2024). Exclusive breastfeeding among Indonesian working mothers: does early initiation of breastfeeding matter? *BMC Public Health*, *24*(1), 1225. https://doi.org/10.1186/s12889-024-18619-2

[19] Topothai, C., Topothai, T., Suphanchaimat, R., Waleewong, O., Putthasri, W., Patcharanarumol, W., & Tangcharoensathien, V. (2022). Exclusive Breastfeeding Experiences of Thai Mothers in Metropolitan Bangkok. *International Journal of Women's Health*, *14*, 155–166. https://doi.org/10.2147/IJWH.S344389

[20] Uddin, M. F., Jabeen, I., Islam, M. A., Rahman, M., Chisti, M. J., Ahmed, T., & Sarma, H. (2022). Barriers to breastfeeding are shaped by sociocultural context: an exploratory qualitative study in Bangladesh. *Journal of Health, Population and Nutrition*, *41*(1), 34. https://doi.org/10.1186/s41043-022-00312-y

[21] Vilar-Compte, M., Hernández-Cordero, S., Ancira-Moreno, M., Burrola-Méndez, S., Ferre-Eguiluz, I., Omaña, I., & Pérez Navarro, C. (2021). Breastfeeding at the workplace: A systematic review of interventions to improve workplace environments to facilitate breastfeeding among working women. *International Journal for Equity in Health*, *20*(1), 110. https://doi.org/10.1186/s12939-021-01432-3

[22] Wambach, K., & Spencer, B. (2021). *Breastfeeding and Human Lactation* (6th ed.). Jones & Bartlett Learning.

[23] World Health Organization. (2023). *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*. https://www.who.int/tools/elena/interventions/exclusive-breastfeeding

[24] World Health Organization, & United Nations Children's Fund. (2023). *Global breastfeeding scorecard*

2023: Rates of breastfeeding increase around the world through improved protection and support. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HEP-NFS-23.17

[25] Zewdie, A., Taye, T., Kasahun, A. W., & Oumer, A. (2022). Effect of maternal employment on exclusive breastfeeding practice among mothers of infants 6--12 months old in Wolkite town, Ethiopia: a comparative cross-sectional study. *BMC Women's Health*, *22*(1), 222. https://doi.org/10.1186/s12905-022-01816-9