

### Konseling Sebaya Bagi Ibu Untuk Meningkatkan Praktik Pemberian ASI Eksklusif

**Dona Sartika**

Mahasiswa Magister Keperawatan Komunitas, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia;  
dona.sukmin@gmail.com, dona.sartika@ui.ac.id

**Agus Setiawan**

Dosen Magister Keperawatan Komunitas, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia;  
a-setiawan@ui.ac.id (koresponden)

#### ABSTRACT

*Breastfeeding positively impacts both infants and mothers, but the rate of exclusive breastfeeding throughout the world is still low. One of these needs to be improved by implementing peer counseling for nursing mothers. This study aims to determine the benefits of peer counseling to mothers and exclusive breastfeeding. The method used was systematic literature study with descriptive analysis. Articles obtained from online databases namely Emerald insight, EBSCOhost, PubMed, sciencedirect, Wiley and Google scholar with a publication from 2016 to 2020. This study identified 43 articles and 12 met the inclusion criteria. The article consisted of quantitative research, (n = 8), qualitative research, (n = 3) and 1 article was a report article, 10 articles showed the positive impact of peer counseling on exclusive breastfeeding and maternal social support, 1 article was no impact on exclusive breastfeeding, 1 article needed further evaluation. Most research showed the positive impact of peer support on exclusive breastfeeding and maternal social support. This result was one of the important considerations in an effort to increase exclusive breastfeeding and social support for mothers.*

**Keywords:** breastfeeding; exclusive breastfeeding; peer counselling; peer support

#### ABSTRAK

Menyusui memberikan dampak positif baik bagi bayi maupun ibu, namun angka pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia masih rendah. Hal ini perlu ditingkatkan salah satunya dengan menerapkan konseling sebaya untuk ibu menyusui. Studi ini bertujuan untuk mengetahui manfaat konseling sebaya terhadap ibu dan ASI eksklusif. Metode yang digunakan yaitu studi literatur tersistematis dengan analisis deskriptif. Artikel diperoleh dari online database yaitu Emerald insight, EBSCOhost, PubMed, sciencedirect, Wiley dan Google scholar dengan tahun terbit dari 2016 hingga 2020. Studi ini mengidentifikasi 43 artikel dan 12 memenuhi kriteria inklusi. Artikel terdiri dari penelitian kuantitatif, (n=8), penelitian kualitatif, (n=3) dan 1 artikel merupakan *report article*, 10 artikel menunjukkan dampak positif konseling sebaya terhadap ASI eksklusif dan dukungan sosial ibu, 1 artikel tidak berdampak terhadap ASI eksklusif, 1 artikel perlu evaluasi lebih lanjut. Sebagian besar penelitian menunjukkan dampak positif dukungan sebaya terhadap ASI eksklusif dan dukungan sosial ibu. Hasil ini menjadi salah satu pertimbangan penting dalam upaya meningkatnya pemberian ASI eksklusif serta dukungan sosial bagi ibu.

**Kata kunci:** ASI eksklusif; dukungan sebaya; konseling sebaya; menyusui

#### PENDAHULUAN

Menyusui merupakan hal penting yang bermanfaat positif untuk bayi maupun ibunya. Victora et.al (2016) mengungkapkan bahwa menyusui berdampak terhadap berbagai manfaat kesehatan baik untuk bayi maupun ibunya.<sup>(1)</sup> Air susu ibu yang selanjutnya disingkat “ASI” merupakan sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir,<sup>(2)</sup> sumber vitamin dan mineral.<sup>(3)</sup> Menyusui merupakan salah satu cara paling efektif untuk memastikan kesehatan dan juga keberlangsungan hidup bayi,<sup>(4)</sup> serta berkontribusi terhadap kesehatan dan kesejahteraan ibu.<sup>(5)</sup>

Menyusui untuk ASI eksklusif mempunyai berbagai manfaat untuk bayi dan juga ibu. Manfaat tersebut seperti: mencegah terserang penyakit,<sup>(2)</sup> dengan adanya antibodi yang diperoleh dari ASI,<sup>(3)</sup> membantu perkembangan otak dan fisik bayi,<sup>(2,3)</sup> menyusui juga dapat menstimulasi perkembangan mulut dan rahang bayi,<sup>(3)</sup> mengatasi rasa trauma untuk ibu saat persalinan, mencegah kanker payudara.<sup>(2)</sup> Manfaat lain dikemukakan oleh WHO bahwa bayi yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki kemungkinan kecil untuk menderita obesitas atau kelebihan berat badan,<sup>(5)</sup> serta dapat menyelamatkan lebih dari 820.000 kehidupan anak di bawah 5 tahun jika semua anak usia 0-23 bulan menyusui secara optimal. Selanjutnya, lama durasi menyusui juga berkontribusi terhadap kesehatan dan kesejahteraan ibu seperti menurunkan risiko kanker ovarium dan kanker payudara dan juga dapat mengontrol jarak kehamilan,<sup>(3,5)</sup> mencegah 20.000 kematian akibat kanker payudara.<sup>(6)</sup>

WHO dan UNICEF merekomendasikan pemberian air susu ibu secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan.<sup>(3,4)</sup> Namun, data WHO yang diterbitkan tahun 2018 menunjukkan bahwa angka pemberian ASI eksklusif usia 0 – 6 bulan hanya sekitar 40 %.<sup>(5,6)</sup> Salah satu penelitian di Nepal menunjukkan angka pemberian ASI eksklusif sebesar 40 %.<sup>(7)</sup> Penelitian di Nepal menunjukkan angka pemberian ASI eksklusif sebesar 36,6 %.<sup>(8)</sup> Penelitian lain yang dilakukan di Jawa tengah, Indonesia menunjukkan bahwa angka pemberian ASI

eksklusif anak usia 0-6 bulan hanya sebesar 10,9 %.<sup>(9)</sup> Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018 merilis hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 mengungkap bahwa angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya sekitar 37,3 %.<sup>(10)</sup> Data pemberian ASI eksklusif lain menunjukkan bahwa hanya sekitar 36 % bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2007 hingga 2014.<sup>(5)</sup> Angka - angka ini menunjukkan perlunya berbagai strategi untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia.

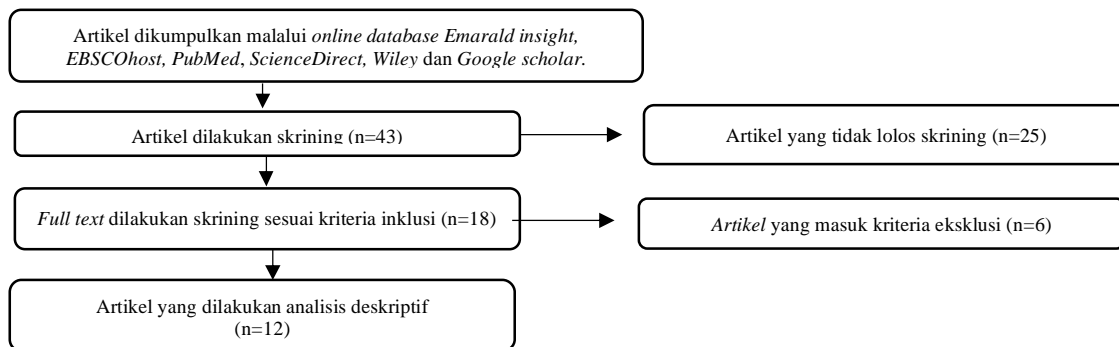
Berbagai strategi dapat dilakukan untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif. Strategi tersebut dapat diterapkan di berbagai level termasuk komunitas seperti menyediakan konseling untuk *infant and young child feeding* (IYCF) yang dapat berupa aktivitas yang melibatkan masyarakat seperti konselor awam dan dukungan sebaya,<sup>(3)</sup> atau berupa konselor sebaya.<sup>(11)</sup> Konselor sebaya juga merupakan salah satu strategi promosi menyusui paling efektif dari program *Women, Infant, and Children* (WIC).<sup>(11)</sup> Dukungan sebaya ini mendapat berbagai manfaat positif berdasarkan hasil berbagai penelitian seperti meningkatkan inisiasi dan durasi menyusui.<sup>(12)</sup>

Artikel ini mengkaji berbagai penelitian terkait peran konselor sebaya dalam mendukung peningkatan pemberian ASI eksklusif serta sebagai dukungan sosial bagi ibu menyusui.

Studi literatur tersistematis ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling sebaya terhadap pemberian ASI eksklusif dan dukungan sosial bagi ibu menyusui.

## METODE

Metode penulisan artikel menggunakan studi literatur tersistematis. Penelusuran literatur dilakukan melalui *online database Emerald insight, EBSCOhost, PubMed, sciencedirect, Wiley dan Google scholar*. Literatur dibatasi dari tahun 2016-2020 dengan kata kunci: “*breastfeeding*”, “*exclusive breastfeeding*”, “*Peer support*”. Sejumlah 43 artikel terkumpul dan 12 artikel yang terpilih setelah melalui tahap skrining dengan kriteria inklusi: artikel terbit dari tahun 2016 hingga 2020, studi kuantitatif, kualitatif, dan studi longitudinal, *report article*, artikel tersedia dalam *full text*. Kriteria eksklusi studi ini yaitu jurnal tidak termasuk *review* atau studi literatur, duplikasi. Analisis deskriptif digunakan dalam studi ini.



Gambar 1. Diagram pengambilan data

## HASIL

Tabel 1. Hasil identifikasi jenis penelitian

Kode	Judul	Pengarang	Desain	Jumlah
N1	<i>Associations between peer counseling and breastfeeding initiation and duration: an analysis of minnesota participants in the special supplemental nutrition program for women, infants, and children (WIC)</i>	Marcia Burton McCoy, Joni Geppert, Linda Dech, Michaela Richardson	<i>Retrospective study</i>	1
N2	<i>Breastfeeding and infant growth outcomes in the context of intensive peer counselling support in two communities in Bangladesh</i>	Rukhsana Haider and Kuntal Kumar Saha	<i>Descriptive study</i>	1
N3	<i>Breastfeeding preterm infants – a randomized controlled trial of the effectiveness of an Internet-based peer-support group</i>	Hannakaisa Niela-Vilen, Anna Axelin, Hanna-Leena Melender, Eliisa Loytyniemi & Sanna Salanterä	<i>Randomized controlled trial</i>	4
N4	<i>Peer counselling improves breastfeeding practices: A cluster randomized controlled trial in urban Bangladesh;</i>	Gulshan Ara, Mansura Khanam, Nowshin Papri, Baitun Nahar, Md Ahshanul Haque, Iqbal Kabir, Michael J. Dibley		
N5	<i>Proactive Peer (Mother-to-Mother) Breastfeeding Support by Telephone (Ringin up About Breastfeeding Early (RUBY)): A Multicentre, Unblinded, Randomised Controlled Trial</i>	Della A. Forster, Fiona E. McLardie-Hore, Helen L. McLachlan, Mary-Ann Davey, Heather A. Grimes, Cindy-Lee Dennis, Kate Mortensen, Anita M. Moorhead, Susan Tawia, Lisa Gold, Touran Shafiei, Rhonda Small, Christine E. East, Lisa H. Amir		
N6	<i>Feasibility and acceptability of a text message</i>	Nurit Harari, Marjorie S. Rosenthal, Valerie Bozzi, Lori		

Kode	Judul	Pengarang	Desain	Jumlah
	<i>intervention used as an adjunct tool by WIC breastfeeding peer counsellors: The LATCH pilot</i>	Goeschel, Teshika Jayewickreme, Chukwuma Onyebeke, Michele Griswold, Rafael Perez-Escamilla		
N7	<i>Effectiveness of Peer Counselor Support on Breastfeeding Outcomes in WIC-Enrolled Women</i>	Vanessa Assibey-Mensah, Barbara Suter, Kelly Thevenet-Morrison, Holly Widanka, Lynn Edmunds, Jackson Sekhobo, Ann Dozier	<i>Secondary data analysis</i>	1
N8	<i>Experiences with peer support for breastfeeding in Beirut, Lebanon: A qualitative study</i>	Tamar Kabakian-Khasholian, Hana Nimer, Soumaya Ayash, Fatima Nasser, Mona Nabulsi	<i>Qualitative study</i>	3
N9	<i>Exploring Social Media Group Use Among Breastfeeding Mothers: Qualitative Analysis</i>	Kara Renee Skelton, Retta Evans, Jenna LaChenaye, Jonathan Amsbary, Martha Wingate, Laura Talbott		
N10	<i>A qualitative analysis of text message conversations in a breastfeeding peer counselling intervention</i>	Josefa L. Martinez-Brockman, Nurit Harari, Lori Goeschel, Valerie Bozzi, Rafael Pérez-Escamilla		
N11	<i>Education for WIC Peer Counselors About Breastfeeding the Late Preterm Infant</i>	Cindi Faith Bennett, Cynthia Galloway, Jane S. Grassley	<i>Report article</i>	1
N12	<i>The Efficacy of Using Peer Mentors to Improve Maternal and Infant Health Outcomes in Hispanic Families: Findings from a Randomized Clinical Trial</i>	Melanie Lutenbacher, Tonya Elkins, Mary S. Dietrich, Anais Riggs	<i>Randomized clinical trial</i>	1

Metode penelitian yang teridentifikasi dari artikel menunjukkan 8 artikel merupakan penelitian kuantitatif, 3 artikel merupakan penelitian kualitatif, dan 1 artikel merupakan *report article*. Artikel - artikel dalam studi ini berupa *retrospective study* (n=1),<sup>(13)</sup> *descriptive study* (n=1),<sup>(14)</sup> *randomized controlled trial* (n=4),<sup>(15-18)</sup> *Secondary data analysis* (n=1) menggunakan data dari program *Breastfeeding Peer Counselor (BFPC)*,<sup>(19)</sup> *qualitative study* (n=3),<sup>(20-22)</sup> *education report article* (n=1),<sup>(23)</sup> serta *randomized clinical trial* (n=1).<sup>(24)</sup>

Tabel 2. Dampak dukungan sebaya

Kode	Judul dan pengarang	Dampak positif terhadap menyusui/ ASI eksklusif	Jumlah (n = 12)		
			Ya	Tidak	Perlu evaluasi lanjut
N1	<i>Associations between peer counseling and breastfeeding initiation and duration: an analysis of minnesota participants in the special supplemental nutrition program for women, infants, and children (WIC) - (Marcia Burton McCoy, Joni Geppert, Linda Dech, Michaela Richardson)</i>	Ya	10	1	1
N2	<i>Breastfeeding and infant growth outcomes in the context of intensive peer counselling support in two communities in Bangladesh - (Rukhsana Haider and Kuntal Kumar Saha)</i>	Ya			
N3	<i>Breastfeeding preterm infants - a randomized controlled trial of the effectiveness of an Internet-based peer-support group - (Hannakaisa Niela-Vilen, Anna Axelín, Hanna-Leena Melender, Eliisa Loyttyniemi &amp; Sanna Salanterä)</i>	Tidak			
N4	<i>Peer counselling improves breastfeeding practices: A cluster randomized controlled trial in urban Bangladesh - (Gulshan Ara, Mansura Khanam, Nowshin Papri, Baitun Nahar, Md Ahshanul Haque, Iqbal Kabir, Michael J. Dibley)</i>	Ya			
N5	<i>Proactive Peer (Mother-to-Mother) Breastfeeding Support by Telephone (Ringin up About Breastfeeding Early [RUBY]): A Multicentre, Unblinded, Randomised Controlled Trial - (Della A. Forster, Fiona E. McLardie-Hore, Helen L. McLachlan, Mary-Ann Davey, Heather A. Grimes, Cindy-Lee Dennis, Kate Mortensen, Anita M. Moorhead, Susan Tawia, Lisa Gold, Touran Shafiei, Rhonda Small, Christine E. East, Lisa H. Amir)</i>	Ya			
N6	<i>Feasibility and acceptability of a text message intervention used as an adjunct tool by WIC breastfeeding peer counsellors: The LATCH pilot - (Nurit Harari, Marjorie S. Rosenthal, Valerie Bozzi, Lori Goeschel, Teshika Jayewickreme, Chukwuma Onyebeke, Michele Griswold, Rafael Perez-Escamilla)</i>	Ya			
N7	<i>Effectiveness of Peer Counselor Support on Breastfeeding Outcomes in WIC-Enrolled Women - (Vanessa Assibey-Mensah, Barbara Suter, Kelly Thevenet-Morrison, Holly Widanka, Lynn Edmunds, Jackson Sekhobo, Ann Dozier)</i>	Ya			
N8	<i>Experiences with peer support for breastfeeding in Beirut, Lebanon: A qualitative study - (Tamar Kabakian-Khasholian, Hana Nimer, Soumaya Ayash, Fatima Nasser, Mona Nabulsi)</i>	Ya			
N9	<i>Exploring Social Media Group Use Among Breastfeeding Mothers: Qualitative Analysis - (Kara Renee Skelton, Retta Evans, Jenna LaChenaye, Jonathan Amsbary, Martha Wingate, Laura Talbott)</i>	Ya			
N10	<i>A qualitative analysis of text message conversations in a breastfeeding peer counselling intervention - (Josefa L. Martinez-Brockman, Nurit Harari, Lori Goeschel, Valerie Bozzi, Rafael Pérez-Escamilla)</i>	Ya			
N11	<i>Education for WIC Peer Counselors About Breastfeeding the Late Preterm Infant - (Cindi Faith Bennett, Cynthia Galloway, Jane S. Grassley)</i>	Perlu evaluasi lebih lanjut			
N12	<i>The Efficacy of Using Peer Mentors to Improve Maternal and Infant Health Outcomes in Hispanic Families: Findings from a Randomized Clinical Trial - (Melanie Lutenbacher, Tonya Elkins, Mary S. Dietrich, Anais Riggs)</i>	Ya			

Secara keseluruhan, sebagian besar artikel (n=10) menyatakan konselor sebaya berdampak positif terhadap kegiatan menyusui dan pemberian ASI eksklusif (n=10). Hasil identifikasi secara lengkap diuraikan pada penjelasan di bawah ini.

Hasil penelitian menunjukkan berbagai dampak positif konselor sebaya untuk ibu menyusui. Perempuan yang mendapatkan layanan sebaya berisiko lebih rendah untuk berhenti menyusui anak dari lahir hingga 12 bulan dibandingkan perempuan yang tidak mendapatkan layanan ini.<sup>(13)</sup> Secara keseluruhan penelitian ini menyimpulkan bahwa layanan sebaya secara positif berkaitan dengan inisiasi menyusui dan terus menyusui anak dari lahir hingga 12 bulan pasca persalinan.<sup>(13)</sup> Namun terkait ras disebutkan bahwa tidak adanya perbedaan efek dari konseling sebaya ini.<sup>(13)</sup>

Penelitian lain menunjukkan tingginya prevalensi pemberian asi eksklusif usia 0-6 bulan di kalangan ibu yang mengikuti program konseling sebaya. Prevalensi pemberian ASI eksklusif ini berada pada angka 94% untuk bayi dengan berat badan lahir normal, dan 92% untuk bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).<sup>(14)</sup> Penelitian ini menyimpulkan bahwa konselor sebaya berbasis masyarakat yang terlatih dan diawasi dapat mendorong dan membantu ibu dengan bayi yang memiliki berat lahir normal dan BBLR untuk inisiasi menyusui dini dalam waktu satu jam pertama kelahiran, serta melanjutkan pemberian ASI eksklusif hingga anak berusia 6 bulan.<sup>(14)</sup>

Penelitian dengan pendekatan yang berbeda dilakukan di Finlandia yaitu dengan menggunakan dukungan sebaya melalui media internet berupa media sosial facebook. Hasilnya menunjukkan bahwa durasi rata-rata pemberian ASI eksklusif adalah 0 bulan, dan durasi menyusui secara keseluruhan rata-rata 3 bulan pada kelompok intervensi dan 4,3 bulan pada kelompok kontrol.<sup>(15)</sup> Meskipun intervensi ini tidak berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif, namun dalam penelitian ini ditunjukkan pentingnya sikap menyusui ibu selama masa menyusui ibu dengan bayi prematur.<sup>(15)</sup>

Analisis data sekunder juga menjadi salah satu penelitian yang dilakukan untuk melihat efektifitas konselor sebaya. Penelitian ini menggunakan data sekunder dari program *Breastfeeding Peer Counselor* (BFPC) dari bulan April 2009 hingga Maret 2011.<sup>(19)</sup> Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Amerika ini dikemukakan bahwa ibu yang menerima rujukan BFPC dan memiliki setidaknya 1 percakapan telepon atau kontak langsung memiliki 35% hingga 164% peningkatan peluang hasil menyusui positif yang signifikan.<sup>(19)</sup> Hal ini didukung oleh Ara et.al (2018) tingkat inisiasi menyusui dini lebih tinggi pada kelompok intervensi konseling sebaya daripada pada kelompok kontrol (89,1% berbanding 77,4%,  $p = 0,005$ ). Kemudian, lebih banyak ibu dalam kelompok intervensi yang menyusui secara eksklusif dibandingkan ibu dalam kelompok kontrol (73% berbanding 27%,  $p < 0,005$ ).<sup>(16)</sup> Selanjutnya dijelaskan bahwa ibu pada kelompok intervensi 5,10 kali lipat lebih mungkin untuk berlatih menyusui secara eksklusif dibandingkan dengan ibu kelompok kontrol pada 5 bulan pertama.<sup>(16)</sup> Sejalan dengan Forster et.al (2019) bahwa wanita dalam kelompok dukungan sebaya memiliki risiko 23% lebih rendah untuk berhenti menyusui daripada mereka yang berada dalam kelompok perawatan biasa.<sup>(17)</sup> Lebih lanjut dijelaskan bahwa lebih banyak bayi menerima ASI eksklusif selama 6 bulan dari ibu yang ditugaskan secara proaktif untuk dukungan sebaya berbasis telepon yaitu 75% dari total 501 berbanding 69% dari total 515 perawatan biasa.<sup>(17)</sup> Penelitian lain dalam bentuk dukungan dari mentor sebaya mengungkapkan bahwa ada efek positif dan signifikan secara statistik ( $p < 0,01$ ) dari *The Maternal Infant Health Outreach Worker* (MIHOW) terhadap efikasi diri dan menyusui secara eksklusif, tingkat gejala depresi dan stres orangtua, praktik tidur yang aman, dan stimulasi bayi di rumah.<sup>(24)</sup> Hasil serupa mengungkap tingkat pemberian ASI eksklusif pada 2 minggu pasca melahirkan peserta dalam kelompok intervensi SMS (dengan konselor sebaya) 50% berbanding 31,8% pada kelompok kontrol.<sup>(18)</sup>

Selain penelitian kuantitatif, beberapa penelitian terkait konseling sebaya juga dilakukan secara kualitatif. Penelitian di Lebanon mengungkap bahwa dukungan sebaya memberikan kepuasan bagi ibu terhadap pengalaman menyusui mereka dan sangat menghargai dukungan yang diberikan oleh rekan-rekan mereka dan juga *International Board Certified Lactation Consultants* (IBCLCs).<sup>(20)</sup> Lebih lanjut diungkapkan bahwa dukungan sebaya dianggap penting dalam mendorong kelanjutan menyusui, sedangkan dukungan IBCLCs berpengaruh dalam pemecahan masalah.<sup>(20)</sup> Martinez-Brockman et.al (2019) dalam penelitiannya menyatakan bahwa konselor sebaya mendorong para ibu yang mengalami kesulitan, mendukung keberhasilan, dan memberikan dukungan dan bimbingan melalui pesan teks ataupun tatap muka jika memungkinkan. Mereka mendorong peserta untuk mencari dukungan keluarga serta mengatasi tekanan dari keluarga atau orang lain untuk memberikan susu formula. Konselor sebaya ini juga mendorong ibu untuk meminta perawat dan staf rumah sakit lainnya untuk segera memberikan dukungan menyusui segera setelah melahirkan.<sup>(22)</sup> Hal ini sejalan dengan Skelton et.al (2018) yang meneliti penggunaan grup sosial media oleh ibu-ibu menyusui. Hasilnya peserta menunjukkan bahwa kelompok media sosial diantaranya membentuk komunitas dukungan untuk menyusui, pemberdayaan untuk menyusui, sumber daya untuk menyusui, dan berbagi pengalaman dalam menyusui.<sup>(21)</sup>

Satu dari 12 artikel yang direview merupakan sebuah *article report* dimana para konselor sebaya diberi edukasi khusus oleh peneliti utama. Laporan ini menunjukkan bahwa hasil survey informal pendidikan khusus ini meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam mendukung ibu menyusui dan bayinya. Namun demikian, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi efektivitas pendidikan ini dalam meningkatkan *outcome* ibu-bayi (seperti tingkat/angka menyusui, efikasi diri ibu menyusui, re-admisi bayi ke rumah sakit) dan meningkatkan kepercayaan rekan konselor terkait kemampuan mereka untuk memberikan informasi serta dukungan emosional terhadap populasi ibu-bayi.<sup>(23)</sup>

## PEMBAHASAN

Konseling sebaya merupakan salah satu upaya dalam mendukung ibu-bayi selama masa menyusui. Hal ini dikarenakan dukungan sebaya mencakup dukungan psiko-emosional, dorongan/ motivasi, pendidikan tentang menyusui, dan membantu memecahkan masalah.<sup>(12)</sup> Dukungan sebaya juga menjadi salah satu representasi dari aksi UNICEF dalam strategi *Infant and Young Child Feeding*.<sup>(3)</sup>

Dukungan sebaya berupa konseling sebaya dapat berpengaruh baik terhadap pemberian ASI eksklusif bagi bayi dan juga sebagai bagian dari dukungan sosial untuk ibu yang sedang menyusui. Pengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif ini terlihat dari hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa prevalensi pemberian ASI eksklusif berada pada angka 94% untuk bayi dengan berat badan lahir normal, dan 92% untuk bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR).<sup>(14)</sup> Peneliti lain mengungkapkan bahwa dukungan sebaya secara positif berkaitan dengan inisiasi menyusui dan terus menyusui anak dari lahir hingga 12 bulan pasca persalinan.<sup>(13)</sup> Sejalan dengan Forster et.al (2019) yang mengungkap bahwa lebih banyak bayi menerima ASI eksklusif (0-6 bulan) dari ibu yang ditugaskan secara proaktif untuk dukungan sebaya berbasis telepon yaitu 75%.<sup>(17)</sup> ARA et.al (2018) dalam penelitiannya mengungkap bahwa tingkat inisiasi menyusui ini lebih tinggi pada kelompok intervensi konseling sebaya daripada pada kelompok kontrol (89,1% berbanding 77,4%), lebih banyak ibu dalam kelompok intervensi konseling sebaya yang menyusui secara eksklusif dibandingkan ibu dalam kelompok kontrol (73% berbanding 27%), serta ibu pada kelompok intervensi 5,10 kali lipat lebih mungkin untuk berlatih menyusui secara eksklusif dibandingkan dengan ibu kelompok kontrol pada 5 bulan pertama.<sup>(16)</sup> CDC juga mengungkap bahwa berbagai penelitian telah menunjukkan adanya pengaruh dukungan sebaya dalam meningkatkan inisiasi menyusui dan durasi/ lama menyusui.<sup>(12)</sup> Ini juga sejalan dengan rekomendasi WHO dan UNICEF yang menganjurkan untuk pemberian ASI eksklusif dalam 6 bulan pertama kehidupan.<sup>(3,5)</sup>

Selain inisiasi dan durasi menyusui, dukungan sebaya juga berpengaruh positif untuk ibu sebagai bagian dari dukungan sosial. Hal ini merupakan bagian dari cakupan dukungan sebaya dalam psiko-emosional, motivasi/ dorongan, membantu pemecahan masalah.<sup>(12)</sup> WIC juga menjelaskan seorang konselor sebaya memberikan informasi dasar menyusui dan dukungan seperti kiat untuk menyusui dengan nyaman, bahkan di depan umum, cara agar tetap dekat dengan bayi melalui menyusui setelah kembali bekerja atau sekolah, ide untuk mendapatkan dukungan keluarga dan teman, tips untuk meningkatkan jumlah ASI, serta membantu berbagai masalah menyusui.<sup>(25)</sup> Ini sejalan dengan hasil penelitian di Lebanon bahwa dukungan sebaya memberikan kepuasan bagi ibu terhadap pengalaman menyusui mereka dan sangat menghargai dukungan yang diberikan kepada mereka, dukungan sebaya juga dianggap penting dalam mendorong kelanjutan menyusui.<sup>(20)</sup> Selanjutnya, Martinez-Brockman et.al (2019) menjelaskan bahwa konselor sebaya memotivasi ibu yang mengalami kesulitan, mendukung keberhasilan, dan memberikan dukungan serta bimbingan melalui pesan singkat dan tatap muka jika memungkinkan.

Dari semua artikel yang dilakukan review sebagian besar menunjukkan pengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif. Namun ternyata tidak semua metode dukungan sebaya yang dilakukan memberikan dampak terhadap peningkatan pemberian ASI eksklusif. Hal ini terlihat dari salah satu penelitian yang dilakukan di Finlandia berupa dukungan sebaya melalui media internet (media sosial facebook). Hasilnya menunjukkan durasi menyusui secara keseluruhan rata-rata 3 bulan pada kelompok intervensi dan 4,3 bulan pada kelompok kontrol.<sup>(15)</sup> Selain itu, salah satu artikel berupa laporan pendidikan khusus untuk konselor sebaya yang secara informal mengungkap bahwa pendidikan khusus tersebut meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam mendukung ibu menyusui dan bayinya, namun penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi hasil dari kegiatan tersebut.<sup>(23)</sup>

## KESIMPULAN

Dukungan sebaya berupa konselor sebaya menjadi salah satu upaya yang dapat berdampak positif terhadap pemberian ASI eksklusif dan dukungan sosial bagi ibu menyusui. Dampak positif ini terlihat dari sebagian besar hasil penelitian terkait dukungan sebaya yang dilakukan *review*. Hasil ini menjadi salah satu pertimbangan penting dalam upaya memberi dukungan sosial bagi ibu dan meningkatnya pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia melalui dukungan sebaya untuk ibu menyusui.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Victora CG, Bahl R, Barros AJD, França GVA, Horton S, Krasevec J, et al. Breastfeeding 1 Breastfeeding in the 21st century : epidemiology , mechanisms , and lifelong eff ect. 2016;
2. Kemenkes RI. Manfaat ASI eksklusif untuk ibu dan bayi [Internet]. 2018. Available from: <http://promkes.kemkes.go.id/manfaat-asi-eksklusif-untuk-ibu-dan-bayi>
3. UNICEF. Breastfeeding [Internet]. 2015. p. 1–4. Available from: [https://www.unicef.org/nutrition/index\\_24824.html](https://www.unicef.org/nutrition/index_24824.html)
4. WHO. Breastfeeding [Internet]. 2020. Available from: [https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab\\_2](https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_2)
5. WHO. Infant and young child feeding [Internet]. 2020. p. 2–7. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
6. UNICEF. A global breastfeeding call to action [Internet]. 2019. Available from: [https://www.unicef.org/nutrition/index\\_98477.html](https://www.unicef.org/nutrition/index_98477.html)

7. Sharma I. Assessing the level of knowledge and practice of breastfeeding among factory working mothers in Kathmandu , Nepal. 2019;33(1):24–34.
8. Atimati A, Adam V. Breastfeeding practices among mothers of children aged 1 – 24 months in Egor Local Government Area of Edo State , Nigeria. *South African J Clin Nutr*. 2020;33(1):10–6.
9. Barati Z, Purwestri RC, Wirawan NN, Beitze DE, Srou L, Moehring J. Breastfeeding and complementary feeding practices among children living in a rice surplus area , Central Java , Indonesia. 2018;48(4):589–604.
10. Kemenkes RI. Hasil Utama RISKESDAS 2018 [Internet]. 2018. Available from: [http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf)
11. National WIC Association. Breastfeeding peer counselors: a successful program that should be expanded. 2019;(March). Available from: [nwica.org](http://nwica.org)
12. CDC. Peer Support. In: *The CDC Guide to Breastfeeding Interventions* [Internet]. CDC; p. 13–7. Available from: [https://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/BF\\_guide\\_3.pdf](https://www.cdc.gov/breastfeeding/pdf/BF_guide_3.pdf)
13. Burton M, Joni M, Linda G, Michaela D. Associations between peer counseling and breastfeeding initiation and duration : an analysis of minnesota participants in the special supplemental nutrition program for women , infants , and children ( WIC ). *Matern Child Health J*. 2018;22(1):71–81.
14. Haider R, Saha KK. Breastfeeding and infant growth outcomes in the context of intensive peer counselling support in two communities in Bangladesh. *Int Breastfeed J*. 2016;1–10.
15. Niela-vil H, Axelin A, Melender H, Eliisa L, Salanter S. Breastfeeding preterm infants – a randomized controlled trial of the effectiveness of an Internet-based peer-support group. 2016;
16. Ara G, Papri N, Dibley MJ. Peer counselling improves breastfeeding practices : a cluster randomized controlled trial in urban Bangladesh. 2018;(August 2017):1–12.
17. Forster DA, Mclardie-hore FE, Mclachlan HL, Davey M, Grimes HA, Dennis C, et al. Proactive peer ( Mother-to-Mother ) breastfeeding support by telephone ( ringing up about breastfeeding early [ RUBY ]): a multicentre , unblinded , randomised controlled trial. 2019;8:20–8.
18. Harari N, Rosenthal MS, Bozzi V, Goeschel L, Jayewickreme T, Onyebeke C, et al. Feasibility and acceptability of a text message intervention used as an adjunct tool by WIC breastfeeding peer counsellors : The LATCH pilot. 2018;(May 2017):1–11.
19. Assibey-mensah V, Suter B, Thevenet-morrison K, Widanka H, Edmunds L, Sekhobo J, et al. Effectiveness of peer counselor support on breastfeeding outcomes in WIC-enrolled women. 2019;51(6):650–7.
20. Kabakian-khasholian T, Nimer H, Ayash S, Nasser F, Id MN. Experiences with peer support for breastfeeding in Beirut , Lebanon : a qualitative study. 2019;1–13.
21. Skelton KR, Evans R, Lachenaye J, Amsbary J. Exploring social media group use among breastfeeding mothers : qualitative analysis. *Jmir Pediatr Parent*. 2018;1.
22. Martinez-brockman JL, Pérez-escamilla R. A qualitative analysis of text message conversations in a breastfeeding peer counselling intervention. 2019;(September):1–12.
23. Bennett CF, Galloway C, Grassley JS. Education for WIC peer counselors about breastfeeding the late preterm infant. 2018;50(2):198–203.
24. Lutenbacher M, Elkins T, Dietrich MS, Riggs A. The efficacy of using peer mentors to improve maternal and infant health outcomes in hispanic families : findings from a randomized clinical trial. *Matern Child Health J* [Internet]. 2018;22(1):92–104. Available from: <http://dx.doi.org/10.1007/s10995-018-2532-z>
25. WIC. Become a WIC Peer Counselor [Internet]. WIC Breastfeeding Support. 2020. Available from: <https://wicbreastfeeding.fns.usda.gov/become-wic-peer-counselor>