



## Research article

### GAMBARAN KEBERHASILAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU BEKERJA DI KOTA BENGKULU

Revalina Rifni<sup>1</sup>, Dara Himalaya<sup>2\*</sup>, Rini Mustikasari Kurnia Pratama<sup>3</sup>, Kurnia Dewiani<sup>4</sup>, Linda Yusanti<sup>5</sup>

<sup>1,2,4,5</sup>Prodi D3 Kebidanan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

<sup>3</sup>Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

#### Article Info

##### Article History:

Diterima 25 Januari 2026

Diterbitkan 20 Maret 2026

##### Key words:

ASI Eksklusif, Ibu Bekerja

#### Abstract

*Exclusive breastfeeding is a crucial step in supporting optimal infant growth and development, particularly during the first six months of life. Working mothers face various challenges in maintaining exclusive breastfeeding, such as age, educational level, parity, maternity leave policies that do not provide maximum support, a lack of workplace facilities, and time constraints due to workloads. This study aims to describe the success of exclusive breastfeeding among working mothers in Bengkulu City. A quantitative descriptive method was used; the study subjects were working mothers with infants aged 6–24 months. The sample consisted of 65 working mothers with infants aged 6–24 months, selected using accidental sampling. The research instrument used an observation sheet. Data were analyzed univariately and presented in the form of frequency distributions and narratives. The results showed that the majority of mothers who successfully practiced exclusive breastfeeding were in the 20–35-year-old age group, totaling 31 respondents (81.6%). The majority of respondents who successfully breastfed exclusively had a college education, totaling 29 respondents (76.3%), and the majority of multiparous mothers breastfed exclusively, accounting for 22 respondents (57.9%). Mothers with maternity leave of  $\geq 3$  months were more likely to successfully breastfeed exclusively, totaling 25 respondents (65.8%). Nearly all respondents who received workplace support successfully breastfed exclusively, with 33 respondents (86.8%). Respondents with a workday of  $< 8$  hours also showed a higher success rate, with 27 respondents (71.1%). Conclusion More than half of working mothers in Bengkulu City successfully provided exclusive breastfeeding, amounting to 38 respondents (58.5%).*

#### Abstrak

Pemberian ASI eksklusif merupakan langkah penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi, khususnya pada enam bulan pertama kehidupan. Ibu bekerja menghadapi berbagai tantangan dalam memenuhi pemberian ASI eksklusif, seperti faktor usia, tingkat pendidikan, paritas, kebijakan cuti yang belum mendukung secara maksimal, kurangnya dukungan fasilitas di tempat kerja, serta keterbatasan waktu karena beban kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja di Kota Bengkulu. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, subjek penelitian ini adalah ibu bekerja yang mempunyai

Corresponding author:

Dara Himalaya

[dhimalaya@unib.ac.id](mailto:dhimalaya@unib.ac.id)

e-ISSN : 2808-1080, JOURNAL OF FUNDUS and Reproduction Science , Vol 6. No 1, Bulan Maret dan tahun 2026

bayi usia 6-24 bulan. Sampel terdiri dari 65 ibu bekerja yang memiliki bayi usia 6-24 bulan dengan teknik pengambilan sampel secara *accidental sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi. Data dianalisis secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan narasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu yang berhasil memberikan ASI eksklusif berada pada kelompok usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 31 responden (81,6%). Mayoritas responden yang berhasil menyusui secara eksklusif memiliki pendidikan tinggi yakni sebesar 29 responden (76,3%), dan sebagian besar ibu multipara memberikan ASI eksklusif dengan persentase mencapai 22 responden (57,9%). Ibu dengan cuti melahirkan  $\geq 3$  bulan lebih banyak berhasil memberikan ASI eksklusif yang mencapai 25 responden (65,8%). Hampir semua responden yang mendapatkan dukungan fasilitas tempat kerja berhasil menyusui eksklusif dengan persentase 33 responden (86,8%). Responden dengan durasi kerja <8 jam per hari juga menunjukkan angka keberhasilan lebih tinggi sebanyak 27 responden (71,1%). Kesimpulan Lebih dari setengah ibu bekerja di Kota Bengkulu berhasil memberikan ASI eksklusif, yaitu sebesar 38 responden (58,5%).

## PENDAHULUAN

ASI eksklusif merupakan pemberian ASI secara eksklusif pada bayi yang dihitung sejak awal kelahiran bayi dan berlanjut sampai bayi berusia enam bulan tanpa makanan dan minuman tambahan lainnya. Tambahan lain yang bisa diberikan hanyalah obat, vitamin dan mineral (Deswita, 2023). WHO menargetkan pada tahun 2025, prevalensi dari pemberian ASI eksklusif di dunia mencapai 50%. Berdasarkan data ASI eksklusif bayi kurang dari enam bulan di tingkat dunia selama periode 2014-2020 mencapai 44%. Asia Tenggara memiliki nilai presentase hampir sama dengan presentase dunia yaitu 45%, artinya keberhasilan ASI eksklusif masih dibawah 50% dari prevalensi (UNICEF, 2021).

Angka kejadian ASI eksklusif di Indonesia tahun 2023 terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2022 yang mencapai 63,9% yang mana target capaian sebesar 50%. Keberhasilan ASI eksklusif pada tahun 2022 sebesar 61,5% dengan target capain sebesar 45% (Profil Kesehatan Indonesia, 2023). Cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Bengkulu pada tahun 2023 dengan presentase cakupan sebesar 66,5% dan pada tahun 2022 sebesar 64,4%, ada peningkatan sebesar 2,1% dibandingkan tahun sebelumnya (Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu, 2023). *United Nations Children's Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan agar bayi mulai menerima ASI dalam satu jam pertama setelah lahir, disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupannya dan dilanjutkan dengan pemberian makanan tambahan hingga usia 2 tahun (UNICEF, 2018).

Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Bengkulu (2023), penduduk yang bekerja

menurut kelompok umur 15-44 tahun dan jenis kelamin perempuan sebanyak 247.620 orang. Ibu bekerja merupakan suatu tantangan tersendiri dalam pemberian ASI eksklusif, bahkan 64% ibu bekerja yang tidak memungkinkan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya karena alasan pekerjaan. Hal tersebut dapat disebabkan karena masa cuti melahirkan yang terbatas, beban kerja yang tinggi, ketidaksediaan fasilitas untuk menyusui di tempat kerja yang menyebabkan semakin banyak perempuan yang bekerja memiliki resiko kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif (Salamah & Prasetya, 2022).

Ibu bekerja merupakan suatu tantangan tersendiri dalam pemberian ASI eksklusif, bahkan 64% ibu bekerja yang tidak memungkinkan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya karena alasan pekerjaan. Ibu bekerja adalah seorang perempuan yang berperan sebagai ibu dan juga memiliki pekerjaan di luar rumah untuk memperoleh penghasilan, di samping tugasnya di rumah dalam merawat anak (Salman, 2022). Ibu bekerja baik di sektor formal maupun informal yang kembali masuk kerja, bukan alasan untuk menghentikan pemberian ASI eksklusif (Maryunani, 2021). Undang-undang telah mengatur pekerja perempuan untuk mendukung kesehatan ibu dan anak dalam Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2024 tentang Kesejahteraan Ibu dan Anak (KIA) pada Fase Seribu Hari Pertama Kehidupan. UU KIA tersebut mengatur hak dan kewajiban untuk ibu bekerja yang melahirkan.

Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2023 tentang pemberian ASI eksklusif pada bayi sebesar 61,9% di 20 Puskesmas. Pemberian ASI eksklusif tertinggi yaitu Puskesmas Bentiring sebesar 100,0%, kedua yaitu Puskesmas Nusa Indah sebesar 96,4% dan ketiga adalah Puskesmas Jembatan Kecil sebesar 90,9%. Berdasarkan hasil survei awal di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bentiring terdapat 60 ibu yang memberika ASI Eksklusif. Wilayah kerja UPTD Puskesmas Nusa Indah terdapat 108 ibu yang memberikan ASI eksklusif. Wilayah kerja UPTD Puskesmas Jembatan Kecil 20 ibu bekerja yang memberikan ASI eksklusif. Total keseluruhan responden dalam survei awal ibu yang

Fasilitas Kerja	Tempat				
Mendukung	33	86,8	15	55,6	
Tidak Mendukung	5	13,2	12	44,4	
Durasi Kerja					
<8 Jam	27	71,1	16	59,3	
≥8 Jam	11	28,9	11	40,7	

memberikan ASI eksklusif adalah 188 responden. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja di Kota Bengkulu.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *accidental sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bekerja yang memberikan ASI eksklusif ditiga puskesmas tertinggi pemberian ASI eksklusif yaitu Puskesmas Bentiring, Puskesmas Nusa Indah dan Puskesmas Jembatan Kecil dengan total keseluruhan responden adalah 188 responden. Teknik penghitungan sampel menggunakan rumus slovin sehingga didapatkan hasil penghitungan yaitu 65 sampel. Instrument penelitian berupa lembar observasi yang berisi pertanyaan mengenai identitas ibu dan identitas tempat kerja. Penelitian ini telah lulus uji etik dari Universitas Jember dengan No.3046/UN25.8/KEPK/DL/2025.

## HASIL

Hasil penelitian yang didapatkan adalah sebagai berikut:

Tabel 1  
Gambaran Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Kota Bengkulu

ASI Eksklusif	Frekuensi	Persen (%)
ASI Eksklusif	38	58,5
Tidak ASI Eksklusif	27	41,5
Jumlah	65	100

Berdasarkan tabel di atas, lebih dari setengah ibu memberikan ASI eksklusif yang mencapai 38 responden (58,5%).

Karakteristik	ASI Eksklusif		Tidak ASI Eksklusif	
	Frekuensi	Persen (%)	Frekuensi	Persen (%)
<b>Usia Ibu</b>				
<20 Tahun	0	0	1	3,7
20-35Tahun	31	81,6	20	74,1
>35 Tahun	7	18,4	6	22,2
<b>Tingkat Pendidikan</b>				
Rendah (SD, SMP)	1	2,6	1	3,7
Menengah (SMA)	8	21,1	8	29,6
Tinggi (PT)	29	76,3	18	66,7
<b>Paritas</b>				
Primipara (1)	15	39,5	11	40,7
Multipara(2-4)	22	57,9	15	55,6
Grandemultipara (≥5)	1	2,6	1	3,7
<b>Regulasi Pekerjaan</b>				
Cuti <3 Bulan	13	34,2	12	44,4
Cuti ≥3 Bulan	25	65,8	15	55,6

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi karakteristik ibu bekerja memberikan ASI eksklusif yang mempunyai bayi usia 6-24 bulan

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif berada pada rentang usia 20-35 tahun, yaitu sebanyak 31 responden (81,6%). Mayoritas ibu memberikan ASI eksklusif yang memiliki pendidikan tinggi yakni sebesar 29 responden (76,3%). Lebih dari setengah ibu memberikan ASI eksklusif termasuk dalam kategori multipara dengan persentase mencapai 22 responden (57,9%). Sebagian besar ibu memberika ASI eksksuif dengan regulasi pekerjaan cuti ≥ 3 bulan yang mencapai 25 responden (65,8%). Hampir semua ibu memberikan ASI eksklusif dengan fasilitas tempat

kerja yang mendukung sebanyak 33 responden (86,8%). Sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif dengan durasi kerja <8 jam sebanyak 27 responden (71,1%).

## PEMBAHASAN

### 1. Gambaran Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Kota Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Bentiring, Nusa Indah, dan Jembatan Kecil, dari 65 ibu bekerja yang menjadi responden. Ibu bekerja yang mempunyai anak 6-24 bulan sesuai dengan kriteria inklusi berhasil memberikan ASI eksklusif dengan persentase 38 responden (58,5%). Ibu bekerja yang tidak berhasil memberikan ASI eksklusif mencapai 27 orang (41,5%). Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah ibu bekerja di Kota Bengkulu mampu memberikan ASI eksklusif meskipun memiliki aktivitas pekerjaan di luar rumah.

Pada beberapa penelitian sebelumnya penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Pekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Payangan Kabupaten Gianyar di dapatkan mayoritas ibu yang bekerja telah berhasil melakukan pemberian ASI secara eksklusif sebesar 65 responden (71,4%). Ibu bekerja yang tidak melaksanakan ASI eksklusif adalah sebesar 26 responden (28,6%) (Ariyani et al., 2023).

Penelitian lainnya terdapat 19 responden yang bekerja, dan dari mereka, terdapat 13 responden (23,6%) yang memberikan ASI secara eksklusif. Di sisi lain, dari 36 responden yang tidak bekerja, 24 responden (43,6%) di antaranya memberikan ASI secara eksklusif (Salsabila & Ismarwati, 2023). Status pekerjaan ibu tidak mempengaruhi praktik menyusui dan pemberian ASI oleh ibu (Salamudin et al., 2022). Ibu bekerja tetap dapat sukses menyusui dan memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Hal ini dapat dicapai dengan persiapan yang cukup yaitu ilmu yang mumpuni, adanya dukungan dan kerjasama

yang baik antara ayah, ibu, keluarga, dan pimpinan tempat kerja (Sabrida, 2023).

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja di Kota Bengkulu didukung oleh faktor usia, pendidikan, pengalaman melahirkan, regulasi pekerjaan yang memadai, tersedianya fasilitas menyusui di tempat kerja, serta durasi kerja yang relatif pendek. Faktor-faktor tersebut saling berkontribusi dalam menciptakan kondisi yang mendukung praktik pemberian ASI eksklusif secara optimal.

### 2. Distribusi Frekuensi Usia Ibu Bekerja yang Memberikan ASI Eksklusif

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Bentiring, Nusa Indah, dan Jembatan Kecil, ibu bekerja yang paling banyak memberikan ASI eksklusif berada pada rentang usia 20-35 sebanyak 31 responden (81,6%), sedangkan yang tidak eksklusif sebanyak 20 responden (74,1%). Ibu usia >35 tahun yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 7 responden (18,4%) dan tidak eksklusif sebanyak 6 responden (22,2%). Ibu usia <20 tahun tidak terdapat ibu yang memberikan ASI eksklusif, namun terdapat 1 responden (3,7%) yang tidak eksklusif yang mencapai 45 responden (77,6%). Ibu usia >35 tahun sebanyak 12 responden (20,7%), dan <20 tahun sebesar 1 responden (1,7%). Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang berjudul Hubungan Karakteristik dan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Bunyu yang menunjukkan mayoritas ibu berusia 20-35 tahun sebesar 74 responden (88,1%) (Ariyani et al., 2023).

Usia ibu 20-35 tahun merupakan rentang usia paling ideal untuk bereproduksi, sehingga kemampuan menyusui juga dianggap paling optimal. Usia ini, pertumbuhan payudara telah mencapai tahap maksimal, sehingga produksi ASI cenderung mencukupi. Usia <20 tahun, payudara masih dalam tahap pertumbuhan, sehingga kemampuan memproduksi ASI belum seoptimal usia reproduktif matang. Pertumbuhan payudara umumnya berlangsung hingga usia 20 tahun (Rizal, 2021). Ibu dengan usia >35 tahun

selain berkaitan dengan usia yang berisiko juga biasanya memiliki kepadatan bekerja yang cukup tinggi, sehingga tidak memiliki cukup waktu untuk menyusui secara eksklusif (Hakim khaerani, 2021).

### 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Ibu Bekerja yang Memberikan ASI Eksklusif

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik tingkat pendidikan ibu bekerja yang memberikan ASI eksklusif di Puskesmas Bentiring, Puskesmas Nusa Indah, dan Puskesmas Jembatan Kecil paling banyak tingkat pendidikan tinggi dengan persentase 29 responden (76,3%), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 18 responden (66,7%). Pendidikan menengah ASI eksklusif sebanyak 8 responden (21,1%) dan tidak eksklusif sebanyak 8 responden (29,6%). Pendidikan rendah ASI eksklusif sebanyak 1 responden (2,6%) dan tidak eksklusif sebanyak 1 responden (3,7%). Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan judul Karakteristik Ibu yang Memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Lampaseh didapatkan hasil penelitian sebagian besar berpendidikan tinggi yaitu sebanyak 35 responden (47,9%), sedangkan ibu dengan pendidikan rendah sebesar 5 responden (6,8%) dan ibu berpendidikan menengah sebanyak 33 responden (45,2%) (Hakim khaerani, 2021).

Hasil penelitian lainnya menunjukkan karakteristik berdasarkan pendidikan lebih dari setengah pendidikan tinggi sebanyak 22 responden (59,5%). Pendidikan yang dimiliki oleh ibu menyusui dapat mempengaruhi pengetahuan, secara umum orang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan lebih luas di bandingkan dengan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah. Ibu dengan tingkat pendidikan tinggi memiliki pemahaman yang baik mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Semakin tinggi tingkat pendidikan seorang ibu, maka semakin besar pula kemungkinan keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya (Sonia Lidwina, 2021).

### 4. Distribusi Frekuensi Paritas Ibu Bekerja yang Memberikan ASI eksklusif

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik paritas ibu bekerja yang memberikan ASI eksklusif di Puskesmas Bentiring, Puskesmas Nusa Indah, dan Puskesmas Jembatan Kecil mayoritas multipara dengan persentase 22 responden (57,9%), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 55,6% (15 orang). Ibu primipara ASI eksklusif sebanyak 15 responden (39,5%) dan tidak eksklusif sebanyak 11 responden (40,7%). Ibu grandemultipara ASI eksklusif sebanyak 2,6% (1 orang) dan tidak eksklusif sebanyak 1 responden (3,7%). Penelitian sebelumnya yang berjudul Gambaran Usia, Paritas, Tingkat Pendidikan, Status Pekerjaan, Dukungan Suami dan Tingkat Pengetahuan Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif menunjukkan mayoritas responden yang memberikan ASI eksklusif adalah ibu multipara sebanyak 31 responden (77,5%) (Sonia Lidwina, 2021).

Pemberian ASI eksklusif pada ibu primipara dan multipara memiliki kebutuhan yang berbeda. Ibu multipara dengan pengalaman sebelumnya, lebih mudah beradaptasi dan percaya diri dalam menyusui (Walyani & Purwoastuti, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Sutama et al., 2020) menunjukkan bahwa lebih dari setengah ibu multipara memberikan ASI eksklusif, yaitu sebanyak 26 responden (52%). Ibu dengan primipara sebesar 23 responden (46%) dan grandemultipara sebesar 1 responden (2%). Ibu yang multipara memiliki pengalaman dari laktasi sebelumnya, hal ini membuat ibu menjadi lebih siap dalam menyusui ketika memiliki bayi lagi sehingga pemberian ASI menjadi lebih efektif.

### 5. Regulasi Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, menunjukkan bahwa regulasi pekerjaan dengan cuti  $\geq 3$  bulan memberikan ASI eksklusif lebih dari setengah sebanyak 65,8% (25 orang), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 15 responden (55,6%). Ibu dengan cuti  $< 3$  bulan yang memberikan ASI eksklusif

sebanyak 34,2% (13 orang), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 12 responden (44,4%). Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan judul Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Kota Yogyakarta didapatkan hasil penelitian sebagian besar lama cuti melahirkan  $\geq 3$  bulan sebanyak 27 responden (62,8%) (Timur, 2023).

Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan mengatur hak pekerja perempuan untuk memperoleh cuti melahirkan selama 1,5 bulan sebelum dan 1,5 bulan sesudah melahirkan, serta tetap menerima upah penuh selama masa cuti tersebut. Apabila hak ini tidak diberikan, pengusaha dapat dikenai sanksi pidana dan denda. Pekerja yang mengalami keguguran juga berhak atas waktu istirahat sesuai dengan surat keterangan medis. Ketentuan ini menjadi bentuk perlindungan bagi ibu bekerja dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menegaskan bahwa setiap bayi berhak mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan. Pemerintah, masyarakat, dan tempat kerja wajib memberikan dukungan melalui penyediaan waktu dan fasilitas menyusui. Ancaman pidana dikenakan bagi pihak yang dengan sengaja menghalangi pelaksanaan program ASI eksklusif, sehingga regulasi ini bertujuan untuk melindungi hak ibu dalam menyusui, bukan untuk menghukum.

Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2024 tentang Kesejahteraan Ibu dan Anak (KIA) memberikan jaminan bagi ibu bekerja untuk dapat memberikan ASI eksklusif. Ibu berhak atas cuti melahirkan minimal 3 bulan dan maksimal 6 bulan dalam kondisi tertentu, cuti keguguran, waktu menyusui selama jam kerja, fasilitas kesehatan dan gizi, serta akses layanan penitipan anak yang terjangkau. Undang-undang ini memperkuat dukungan terhadap pemenuhan kebutuhan ASI eksklusif selama 1.000 hari pertama kehidupan anak.

## 6. Fasilitas Tempat Kerja

Hasil penelitian menunjukkan ibu dengan fasilitas yang mendukung memberikan ASI eksklusif sebanyak 33 responden (86,8%), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 15 responden (55,6%). Ibu tanpa fasilitas pendukung yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 5 responden (3,2%), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 12 responden (44,4%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang berjudul Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Klinik Anny Rahardjo Penelitian di Klinik Anny Rahardjo menunjukkan bahwa mayoritas fasilitas menyusui tempat kerja mendukung sebanyak 90 responden (68,18%) yang mendapat dukungan fasilitas memberikan ASI eksklusif, yang tidak mendapat dukungan fasilitas memberikan ASI eksklusif sebanyak 15 responden (11,36%) (Pawestri, 2023).

Berdasarkan hasil survei penelitian dan hasil tanya jawab dengan responden, fasilitas tempat kerja yang mendukung umumnya ditemukan pada instansi pemerintahan, rumah sakit, puskesmas, dan beberapa kantor swasta yang sudah menyediakan ruang laktasi, jadwal istirahat khusus menyusui, serta alat penyimpanan ASI seperti kulkas atau *freezer*. Hal ini menunjukkan adanya upaya dari sebagian tempat kerja di Kota Bengkulu telah memenuhi standar fasilitas menyusui sesuai dengan anjuran pemerintah. Fasilitas menyusui di tempat kerja yang ideal minimal berukuran 3x4 meter, memiliki ventilasi dan pencahayaan baik, serta dilengkapi peralatan untuk mencuci dan menyimpan ASI. Tempat kerja sebaiknya memberikan waktu khusus kepada ibu untuk menyusui atau memerah ASI selama jam kerja (Bunsal et al., 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Pramudianti et al., 2025). menunjukkan bahwa dari 45 responden (69%) memiliki fasilitas yang mendukung untuk ibu bekerja menyusui dan memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Fasilitas tempat kerja bisa membantu dan memudahkan ibu agar tetap menyusui eksklusif. Tersedianya fasilitas pendukung seperti ruang laktasi di tempat

kerja sangat membantu ibu dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja. Fasilitas yang memadai memungkinkan ibu memerah dan menyimpan ASI selama bekerja. Tidak tersedianya fasilitas tersebut ibu cenderung mengalami kesulitan, merasa tidak nyaman dan mendorong penggunaan susu formula sebagai pengganti ASI sehingga menurunkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

## 7. Durasi Kerja

Berdasarkan hasil penelitian, ibu dengan durasi kerja <8 jam per hari yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 27 responden (71,1%), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 16 responden (59,3%). Ibu dengan durasi kerja ≥8 jam yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 11 responden (28,9%), sedangkan tidak eksklusif sebanyak 11 responden (40,7%). Sejalan dengan penelitian yang berjudul Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Pekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Payangan Kabupaten Gianyar menunjukkan bahwa ibu dengan durasi kerja <8 jam memiliki tingkat keberhasilan ASI eksklusif sebesar 43 responden (79,6%), sedangkan sebanyak 20 responden 20,4% tidak berhasil memberikan ASI eksklusif (Bagus et al., 2024).

Durasi kerja adalah lama waktu seseorang melakukan pekerjaan mereka. Pengaturan tentang jam kerja karyawan di Indonesia telah diatur dalam undang-undang No 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan. Kementerian Ketenagakerjaan RI menetapkan 2 pengaturan terhadap jam kerja yang dapat menjadi acuan oleh para pemberi kerja di Indonesia. Yang pertama 40 jam selama seminggu dengan 6 hari bekerja serta 1 hari beristirahat. Satu aturan lagi adalah 40 jam dalam seminggu dengan 5 hari bekerja serta 2 hari untuk beristirahat. Dalam undang-undang tersebut tidak dirinci secara jelas lagi mengenai pengaturan shift bagi pekerja, karena lebih didasarkan pada jumlah jam bekerja dalam 1 minggunya (Republik Indonesia, 2003).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Gana Rendra Winarti, 2024). Ibu yang durasi kerja ≥8 jam per hari tidak memberikan ASI eksklusif sebanyak 23 responden (82,9%). Pekerjaan ibu mempengaruhi durasi menyusui yang lebih rendah. Mengharuskan ibu meninggalkan rumah untuk bekerja lebih kecil untuk melakukan pemberian ASI eksklusif dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Durasi kerja ibu memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang bekerja dengan durasi <8 jam per hari memiliki peluang lebih besar untuk menyusui langsung ataupun memerah ASI secara rutin, karena waktu kerja yang lebih singkat memberikan fleksibilitas dalam memberikan ASI eksklusif. Ibu dengan jam kerja yang panjang, terutama ≥8 jam per hari, memiliki keterbatasan waktu bersama bayi, sering mengalami kelelahan, dan kesulitan menjaga frekuensi pemberian ASI eksklusif.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja di Kota Bengkulu bahwa lebih dari setengah ibu memberikan ASI eksklusif yang mencapai 38 responden (58,5%). Sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif berada pada rentang usia 20-35 tahun. Mayoritas ibu memberikan ASI eksklusif yang memiliki pendidikan tinggi. Lebih dari setengah ibu memberikan ASI eksklusif termasuk dalam kategori multipara. Sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif dengan regulasi pekerjaan cuti ≥ 3 bulan. Hampir semua ibu memberikan ASI eksklusif dengan fasilitas tempat kerja yang mendukung. Sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif dengan durasi kerja <8 jam.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Universitas Bengkulu serta dosen pembimbing dari Program Studi D3 dan S1 Kebidanan yang telah banyak memberikan masukan dan saran sehingga terselesainya penelitian ini

## REFERENSI

- Ariyani, W., Nulhakim, L., & Siregar, N. (2023). Hubungan Karakteristik Dan Tingkat Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Bunyu. *Aspiration of Health Journal*, 1(3), 382–392. <https://doi.org/10.55681/aohj.v1i3.183>
- Bagus, I. G., Satyabrata, W., Made, N., Sukmawati, H., & Triyani, K. (2024). 7982-Article Text-45235-1-10-20240226. 4(1), 29–40.
- Bunsal, C. M., Anasari, W., Mahardany, B. O., Matahari, R., Harismayanti, Arinta, I., Rahmizani, S. D., Mulyani, I., Choirunissa, R., Retni, A., & Kusumaningrum, H. (2024). *Perlindungan Kesehatan Reproduksi Di Tempat Kerja*. (H. Akbar, Ed.). CV. Media Sains Indonesia.
- Deswita. (2023). *Breastfeeding Self-Efficacy Ibu Terkait Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi* (Y. Herien & I. Wafiqah, Eds.; Pertama). Penerbit Adap.
- Gana Rendra Winarti. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif oleh Ibu Bekerja pada Masa Pandemi di Puskesmas Trowulan Tahun 2023. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(2), 141–150. <https://doi.org/10.62027/praba.v2i2.334>
- Hakim khaerani, A. (2021). Literature Review : Hubungan Status Ibu Bekerja Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Indonesia. *Naskah Publikasi*.
- Kemenkes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maryunani, A. (2021). *Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Trans Info Media.
- Pawestri, N. (2023). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Bekerja Di Klinik Anny Rahardjo. *Jurnal Ilmiah Obsgin*. <https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index>
- Pramudianti, D. N., Khasanah, U., Aini, E. N., & Amaliya, A. (2025). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Oleh Ibu Pekerja Pabrik Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonoayu Sidoarjo. *Al-Insyirah Midwifery*, 14, 19–28.
- Rizal, D. M. (2021). *Fisiologi Sistem Reproduksi (Pertama)*. Gajah Mada University Press.
- Sabrina, O. (2023). *Evidence Based Kupas Tuntas Asi Dan Menyusui*. Media Sains Indonesia.
- Salamah, U., & Prasetya, P. H. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Dalam Kegagalan Pemberian. *Jurnal Kebidanan*, 5(3), 199–204. 10.33024/jkm.v5i3.1418
- Salamudin, Suraya, R., & Apriadi Siregar, P. (2022). Practice Of Breast-Feeding Until The Age Of 2 Years In Working And Non-Working Mothers In An Islamic And Health Perspective. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 2257–2266. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/9299>
- Salman, S. (2022). *Keseimbangan Ibu Bekerja*. Elementa Media.
- Sonia Lidwina. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Asi Eksklusif Dengan Perilaku Pemberian A. *Skripsi*, 9(2), 16–26.
- Sutama, L. P. S. P., Arifin, S., & Yuliana, I. (2020). Hubungan Pekerjaan, Paritas, dan Keterampilan Perawatan Payudara dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif (Studi Observasional Analitik di Wilayah Kerja Puskesmas Pekapuran Raya Banjarmasin). *Homeostasis*, 3(3), 385–394.
- Timur, N. W. (2023). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo I Kota Jogjakarta*. Poltekkes kemenkes Yogyakarta: Doktoral Dissertation.
- Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta : Sekretariat Negara RI.
- Undang-undang Nomor 4 Tahun 2024 tentang Kesejahteraan Ibu dan Anak pada Fase Seribu Hari Pertama Kehidupan. Jakarta : Pemerintah Pusat
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan. [https://kemenperin.go.id/kompetensi/UU\\_13\\_2003.pdf](https://kemenperin.go.id/kompetensi/UU_13_2003.pdf)
- UNICEF. (2018). *UNICEF and breastfeeding: Providing the best start for every newborn*. <https://www.unicef.org/southafrica/stories/unicef-and-breast-feeding-providing-best-start-every-newborn>

Walyani, E. S., & Purwoastuti, E. (2020). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Pustaka Baru Press.