

Edukasi Manajemen ASI Perah terhadap Pengetahuan dan Pemberian ASI pada Ibu Bekerja

Breastmilk Management Education on Knowledge and Breastfeeding Practices Among Working Mothers

Wahidah Sukriani^{1*}, Seri Wahyuni²

^{1,2} Program Studi Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Palangka Raya, Indonesia

Abstract

One of the factors causing the failure of exclusive breastfeeding is working mothers. Previous research has stated that working mothers are 2,3 times less likely to provide breast milk compared to non-working mothers. This study aimed to analyze the influence of education on expressed breast milk management using pocket books on knowledge and breastfeeding among working mothers in Palangkaraya City. This research was a quasi-experimental study using pretest-posttest control group structure. This study's sample include breastfeeding women who work in the working area of Palangkaraya City Public Health Center, with 30 participants in each group. The sample was selected using consecutive sampling technique. Statistical tests were performed using the chi-square test. Observation of expressed breast milk feeding was carried out one month after the mothers returned to work. This study result found significant differences in knowledge and breastfeeding practices between the intervention and control groups ($p\text{-value} < 0,05$). Most of the mothers who were given the pocket book had good knowledge, while most of the mothers who used the KIA book had sufficient knowledge. Mothers who were given the pocket book were also more likely to provide expressed breast milk to their babies compared to mothers who used the KIA book. Health workers can provide education about expressed breast milk to working mothers using pocket books that are easy to carry, allowing mothers to read them anywhere and manage expressed breast milk at work to increase the achievement of exclusive breastfeeding.

Keywords: *expressed milk, pocket book, working mothers*

Article history:

Submitted 12 Oktober 2023

Accepted 30 Agustus 2024

Published 31 Agustus 2024

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:

info@salnesia.id, jika@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883



Abstrak

Ibu bekerja menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI Eksklusif. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa ibu bekerja memiliki peluang 2,3 kali lebih rendah dalam memberikan ASI dibandingkan ibu tidak bekerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh edukasi manajemen ASI perah melalui media buku saku terhadap pengetahuan dan pemberian ASI pada ibu bekerja di Kota Palangkaraya. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy eksperimen* dengan *pretest-posttest control group desain*. Sampel Pada Penelitian ini adalah ibu menyusui yang bekerja di wilayah kerja Puskesmas Kota Palangkaraya dengan jumlah 30 orang per kelompok. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik *consecutive sampling*. Uji statistik dilakukan dengan dengan uji *chi square*. Observasi pemberian ASI perah dilakukan satu bulan setelah ibu kembali bekerja. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terkait pengetahuan dan pemberian ASI antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p\text{-value}<0,05$). Ibu yang diberikan buku saku sebagian besar memiliki pengetahuan baik sedangkan pada ibu yang menggunakan buku KIA sebagian besar pengetahuan adalah cukup. Ibu yang diberikan buku KIA juga lebih banyak yang dapat memberikan ASI Perah terhadap bayinya dibandingkan ibu yang menggunakan buku KIA. Edukasi ASI perah dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan kepada ibu bekerja melalui media buku saku yang mudah dibawa sehingga ibu dapat membacanya dimana saja dan memerah ASI serta melakukan manajemen ASI perah di tempat bekerja untuk meningkatkan capaian ASI Eksklusif.

Kata Kunci: ASI perah, buku saku, ibu bekerja

*Penulis Korespondensi:

Wahidah Sukriani, email: wahidahsukriani@gmail.com



This is an open access article under the CC-BY license

PENDAHULUAN

Makanan paling ideal untuk bayi yang berusia kurang dari enam bulan adalah Air Susu Ibu (ASI). Dalam laporannya WHO mengungkapkan bahwa 60% bayi tidak mendapatkan ASI dalam satu jam pertama setelah kelahiran, dan hanya 41% bayi di bawah enam bulan yang menerima ASI secara eksklusif (WHO, 2021). *Sustainable Development Goals* (SDGs) menargetkan pada 2030 yaitu 70% bayi harus mendapatkan ASI (WHO, 2018). Capaian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2022 sudah mencapai 72,04 %. Namun, di Kalimantan Tengah pada tahun yang sama masih berada pada angka 55,26%. Presentase ini menurun dibanding tahun 2021 yaitu 55,98% (BPS, 2023). Kota Palangkaraya sebagai ibu kota dari Provinsi Kalimantan Tengah, pada tahun 2022 menempati urutan kedua terendah dalam cakupan ASI eksklusif bayi enam bulan yaitu hanya 18%. Cakupan ini berada jauh dari target Provinsi yaitu sebesar 50% (PPID Dinkes, 2023).

Cakupan pemberian ASI paling tinggi adalah pada bayi usia 0-1 bulan yaitu sebesar 66,5% dan cenderung menurun seiring dengan bertambahnya usia bayi. Pada usia bayi 4-5 bulan dilaporkan hanya 38,2% bayi yang mendapat ASI penuh (BKKBN, 2017). Pemberian makanan dan minuman dini (Prelakteal) pada bayi dibawah enam bulan merupakan sebab gagalnya pemberian ASI oleh ibu (Elviani *et al.*, 2020). Penelitian menyebutkan bahwa umur, pekerjaan, paritas, pendapatan, status pernikahan, tempat tinggal, inisiasi menyusui dini (IMD) setelah kelahiran, penolong kelahiran, pengetahuan ibu dan keluarga serta dukungan sosial dan keluarga menjadi faktor yang

berkaitan dengan keberhasilan pemberian ASI oleh ibu (Cohen *et al.*, 2018; Santana *et al.*, 2018; Arisani dan Sukriani, 2020). Hambatan terbanyak yang dilaporkan mengurangi pemberian ASI adalah ibu yang kembali bekerja. Penelitian menyebutkan ibu yang tidak bekerja memiliki peluang 2,3 kali lebih tinggi untuk memberikan ASI pada bayi (Hussein *et al.*, 2019).

Pemberian ASI eksklusif pada ibu yang bekerja seringkali menjadi terhambat karena cuti hamil dan melahirkan yang singkat yaitu tiga bulan atau bahkan lebih sedikit. Sebagian besar ibu yang kembali bekerja memutuskan untuk memberikan susu formula karena dianggap lebih mudah dalam hal pemberian karena sulitnya memberikan ASI saat harus kembali bekerja (Hailu *et al.*, 2014). Memerah ASI merupakan pilihan agar ibu bekerja tetap dapat memberikan ASI pada bayi yang di tinggal dirumah. ASI yang diperah dapat diberikan kepada bayi dengan catatan ASI tersebut dikelola dengan baik setelah diperah. Namun, banyak ibu yang masih bersikap negatif pada pemberian ASI perah karena kurangnya pengetahuan ibu (Hidayah dan Setyaningrum, 2018). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa para ibu menyatakan tidak memberikan ASI perah karena tidak tahu tentang bagaimana cara memerah dan menyimpan ASI setelah di perah (Talbert *et al.*, 2018).

Berbagai media telah digunakan sebagai media pendidikan kesehatan, baik media massa, media cetak, media sosial, baik yang berbasis internet maupun tidak. Salah satu media yang digunakan dalam melakukan edukasi kesehatan adalah buku saku. Penelitian menunjukkan bahwa buku saku efektif dalam merubah pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang dalam ranah kesehatan. Kelebihan dari buku saku dari media lainnya adalah mudah digunakan, mudah dimengerti karena dapat berisi ilustrasi gambar dan mudah dibawa kemana saja (Ahmady dan Ashari, 2018; Hanif *et al.*, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh edukasi manajemen ASI perah melalui media buku saku terhadap pengetahuan dan pemberian ASI pada ibu bekerja di Kota Palangkaraya.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy eksperiment* dengan *pretest-posttest* dengan kelompok kontrol. Responden pada penelitian ini dibagi dalam dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi, responden diberikan buku saku sebagai media edukasi mengenai ASI perah sedangkan pada kelompok kontrol ibu menggunakan buku KIA yang merupakan buku edukasi yang dibuat oleh pemerintah yang diberikan pada setiap ibu sejak hamil. Penelitian di lakukan di wilayah Puskesmas Kota Palangkaraya pada bulan Maret sampai bulan September Tahun 2023. Sampel penelitian adalah ibu yang menyusui yang tinggal di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Palangkaraya yang bekerja diluar rumah. Pengambilan sampel dilakukan dengan *consecutive sampling* yaitu semua ibu menyusui yang membawa bayinya imunisasi di Puskesmas Wilayah Kota Palangkaraya yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan sampel penelitian. Jumlah sampel yang diperlukan dihitung dengan rumus sampel untuk analisis komparasi kategorik tidak berpasangan dengan nilai *p* sehingga diperlukan sejumlah 27 orang per kelompok dengan penambahan 10% untukantisipasi kemungkinan *drop out* maka sampel perkelompok di tetapkan sebanyak 30 orang.

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah: ibu menyusui yang berdomisili di Kota Palangkaraya, ibu menyusui yang masih memberikan *full* ASI dan ibu menyusui yang bayinya tidak memiliki kelainan kongenital. Sedangkan kriteria eksklusi pada

penelitian ini adalah ibu yang tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan kuesioner pada variabel pengetahuan dan melalui observasi pada variabel pemberian ASI perah. Pengolahan data melewati proses *cleaning, editing, coding, dan data entry*. Analisis data dilakukan secara *univariable* dan *bivariable*. Analisis *bivariable* dilakukan dengan uji *chi-square*. Penelitian ini mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Palangkaraya nomor No.136/IV/KE.PE/2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden penelitian berada dalam usia reproduksi sehat (20-35 tahun) yaitu sebanyak 95%, memiliki tingkat pendidikan SMA/ sederajat sebanyak 51,7%, dan memiliki pendapatan kurang dari upah minimum Kabupaten/Kota (UMK) Kota Palangkaraya yaitu sebanyak 51,7%.

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	n	%
Umur		
<20 Tahun	1	1,7
20-35 Tahun	57	95,0
>35 Tahun	2	3,3
Pendidikan		
Perguruan Tinggi	16	26,7
SMA/Sederajat	31	51,7
SMP/Sederajat	4	6,7
SD/Sederajat	9	15,0
Pendapatan		
< UMK (Rp. 3.226.000)	31	51,7
≥ UMK (Rp. 3.226.000)	29	48,3

Sumber: Data primer, 2023

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terjadi perubahan, pada *pre-test* sebagian besar pengetahuan ibu berada pada kategori cukup, setelah diberikan intervensi sebagian besar pengetahuan berada pada kategori baik dan hasil uji statistik menunjukkan *p-value* < 0,05 yang artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah di berikan intervensi.

Tabel 2. Hasil *pre-test, post-test* dan uji beda edukasi manajemen ASI perah terhadap pengetahuan ibu

Hasil <i>Pretest</i> Pengetahuan Ibu	Hasil <i>Posttest</i> Pengetahuan Ibu						<i>p-value</i>
	Baik		Cukup		Kurang		
	n	%	n	%	n	%	
Intervensi (Buku Saku)							
Baik	0	0	0	0	0	0	0,000*
Cukup	19	63,3	2	6,7	0	0	
Kurang	8	26,7	1	3,3	0	0	
Kontrol (Buku KIA)							

Hasil <i>Pretest</i> Pengetahuan Ibu	Hasil <i>Posttest</i> Pengetahuan Ibu						<i>p-value</i>
	Baik		Cukup		Kurang		
	n	%	n	%	n	%	
Baik	0	0	0	0	0	0	0,000*
Cukup	7	23,3	13	43,4	0	0	
Kurang	0	0	7	23,3	3	10	

Keterangan: *Uji *Marginal Homogeneity*, signifikan jika *p-value* <0,05

Tabel 2 juga menunjukkan bahwa pada hasil *pre-test* kelompok kontrol sebagian besar pengetahuan ibu berada pada kategori cukup, setelah *post-test* juga sebagian besar masih berada dalam kategori cukup, namun ibu yang berpengetahuan kurang saat *pre-test* sudah berubah menjadi cukup saat *post-test*. Hasil statistik juga menunjukkan nilai *p-value* <0,05 artinya ada perbedaan antara hasil *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 3. Pengaruh edukasi melalui buku saku manajemen ASI perah terhadap pengetahuan ibu berdasarkan nilai pengetahuan *post-test*

Kelompok	Pengetahuan						<i>p-value</i>
	Baik		Cukup		Kurang		
	n	%	n	%	n	%	
Intervensi (Buku saku)	27	45	3	5	0	0	0,000*
Kontrol (Buku KIA)	7	11,7	20	33,3	3	5	

Keterangan: *Uji *chi-square*, signifikan jika *p-value* <0,05

Tabel 3 menunjukkan ada perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam hal pengetahuan setelah diberikan edukasi. Responden pada kelompok intervensi lebih banyak yang memiliki pengetahuan baik, sedangkan pada kelompok kontrol lebih banyak yang memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 4. Hasil uji beda pemberian edukasi ASI perah melalui buku saku dan buku KIA terhadap pemberian ASI perah

Kelompok	Pemberian ASI				<i>p-value</i>
	ASI Perah		Tidak ASI Perah		
	n	%	n	%	
Intervensi (Buku saku)	21	35	9	15	0,018*
Kontrol (Buku KIA)	12	20	18	30	

Keterangan: *Uji *chi-square*, signifikan jika *p-value* <0,05

Tabel 4 menunjukkan bahwa ibu yang mendapatkan edukasi melalui buku saku, lebih banyak yang memberikan ASI perah untuk bayinya dibandingkan dari kelompok kontrol. Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* <0,05 artinya ada perbedaan antara dua kelompok dalam hasil pemberian ASI perah.

Penggunaan buku saku telah banyak digunakan dalam melakukan edukasi kesehatan. Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa buku saku dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa buku saku efektif dalam merubah pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang dalam ranah kesehatan (Chairani, 2022; Permatasari *et al.*, 2022). Kelebihan

dari buku saku dari media lainnya adalah mudah digunakan, mudah dimengerti karena dapat berisi ilustrasi gambar dan mudah dibawa kemana saja (Ahmady dan Ashari, 2018; Hanif *et al.*, 2019). Ibu menyusui lebih mudah membawa buku saku ini kemana saja dibandingkan dengan membawa buku KIA. Materi mengenai ASI perah pun disajikan lebih banyak dibandingkan dengan yang tersaji dalam buku KIA sehingga buku saku ini dapat diberikan kepada ibu sebagai pendamping buku KIA yang dibuat oleh pemerintah.

Penelitian ini juga menunjukkan pemberian edukasi manajemen ASI perah melalui buku saku meningkatkan pemberian ASI perah pada ibu bekerja. Pemberian buku saku selain dapat meningkatkan pengetahuan juga efektif dalam merubah perilaku. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya terkait pengaruh buku saku terhadap perubahan perilaku pada ibu hamil dan remaja dalam upaya meningkatkan kesehatan (Aula dan Junaidi, 2023; Siagian *et al.*, 2024). Dalam upaya pemberian ASI perah, hasil penelitian ini sejalan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ada hubungan manajemen ASI perah dengan keberhasilan ASI eksklusif (Rosida dan Mutiara, 2020). Pemberian edukasi mengenai manajemen ASI perah sangat diperlukan oleh ibu bekerja karena pemberian ASI bagi ibu yang bekerja memiliki tantangan tersendiri, dimana ibu harus mengetahui cara pemberian ASI disaat ibu jauh dari bayinya.

Sebuah penelitian longitudinal oleh Luthuli *et al.* (2020) yang mengeksplorasi tentang pemberian ASI pada ibu bekerja menemukan fakta bahwa saat ibu kembali bekerja sebagian besar ibu akhirnya memilih untuk memberikan susu formula, beberapa ibu mencoba memerah ASI namun hanya satu orang yang berhasil secara rutin melakukannya. Penelitian lain menemukan bahwa sebagian besar ibu menyusui bersikap negatif terhadap ASI perah dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu (Hidayah dan Setyaningrum, 2018). Penelitian lain oleh juga menemukan hal yang sama, para ibu menyatakan tidak memberikan ASI perah karena ketidaktahuan tentang cara memerah dan menyimpan ASI (Talbert *et al.*, 2018). Berdasarkan hasil ini maka edukasi manajemen ASI sangat diperlukan oleh ibu bekerja. Pemberian buku saku pada penelitian ini terbukti dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai manajemen ASI perah dan buku saku dapat membantu meningkatkan pemberian ASI perah pada ibu bekerja.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian edukasi ASI perah melalui media buku saku terhadap pengetahuan dan pemberian ASI perah pada ibu bekerja di Kota Palangkaraya. Ibu yang diberikan buku saku memiliki pengetahuan yang lebih baik serta mampu memberikan ASI perah lebih banyak di bandingkan ibu yang hanya membaca informasi ASI perah melalui buku KIA. Saran untuk tenaga kesehatan dan pemerhati ASI yaitu buku saku dapat dijadikan alternatif media promosi ASI perah karena mudah dibawa kemanapun dan dapat dibuka kapanpun ibu mau. Bagi peneliti selanjutnya dapat menjadikan buku saku ini menjadi buku saku elektronik sehingga lebih mudah diakses dan mengujikannya dalam ruang lingkup yang lebih luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih diucapkan kepada seluruh responden penelitian yang telah meluangkan waktunya mengikuti rangkaian penelitian ini dan kepada Kementerian Kesehatan khususnya Poltekkes Kemenkes Palangkraya yang telah memfasilitasi penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmady A, Ashari AE. 2018. Efektifitas Buku Saku dalam Meningkatkan Pengetahuan Pendamping Ibu Nifas di Kabupaten Mamuju. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 4(2): 64-127. <https://doi.org/10.33490/jkm.v4i2.104>
- Arisani G, Sukriani W. 2020. Determinan Perilaku Menyusui dengan Keberhasilan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Menteng Kota Palangkaraya. *Window of Health Jurnal Kesehatan*, 3(2): 104-115. <https://doi.org/10.33096/woh.v3i2.616>
- Aula H, Junaidi J. 2023. Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Buku Saku terhadap Perubahan Perilaku Sarapan Pagi pada Siswi di SMA Plus Al-Athiyah Gampong Beurawe Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. *Jurnal Kesehatan Ilmiah*, 15(2): 106-118. <https://doi.org/10.30867/nasuwakes.v15i2.447>
- BPS. 2023. Persentase Bayi Usia Kurang dari 6 Bulan yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi. Badan Pusat Statistik Jakarta.
- BKKBN. 2017. Survei Demografi Kesehatan Indonesia. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- Chairani R. 2022. Pocket Book as a Media of Health Education to Improve Healthy Behavior in Street Teenagers. *International Journal of Current Science Research and Review*, 5(4): 1318-1322. <https://doi.org/10.47191/ijcsrr/v5-i4-55>
- Cohen SS, Alexander DD, Krebs NF, Young BE, Cabana MD, Erdmann P, Hays NP, Bezold CP, Levin-Sparenberg E, Turini M, Saavedra JM. 2018. Factors Associated with Breastfeeding Initiation and Continuation: A Meta-Analysis. *Journal of Pediatrics*, 203: 190-196. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2018.08.008>
- Elviani W, Hasneli Y, Lestari W. 2020. Gambaran Pemberian Pralakteal pada Neonatus di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa*, 7(1): 16-25. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/viewFile/26637/25751>
- Hailu S, Wassie B, Jara D. 2014. Current Level and Correlates of Exclusive Breastfeeding among Employed Mothers in Debre Markos Town, Northwest Ethiopia, 2013. *Journal of Community Medicine & Health Education*, 04(05). <https://doi.org/10.4172/2161-0711.1000317>
- Hanif MF, Ririanty M, Nafikadhini I. 2019. Efektivitas Buku Saku PHBS di Sekolah dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Jurnal Kesehatan*, 6(2): 46-53. <https://doi.org/10.25047/j-kes.v6i2.15>
- Hidayah L, Setyaningrum U. 2018. Hubungan Pengetahuan Ibu Bekerja tentang ASI Perah dengan Sikap terhadap ASI Perah. *Jurnal Ilmiah Bidan*, (1): 1-10. <https://e-journal.ibi.or.id/index.php/jib/article/view/44>
- Hussein TH, Mgongo M, Katanga J, Uriyo JG, Damian DJ, Stray-Pedersen B, Msuya SE, Wandel M. 2019. Exclusive Breastfeeding Rates and Factors Associated with Exclusive Breastfeeding Practices in Northern Tanzania: Measurement using Two Different Methodologies 24 Hours Recall and Recall Since Birth. *International Journal of Maternal and Child Health and AIDS*, 8(1): 32-43. <https://doi.org/10.21106/ijma.258>
- Luthuli S, Haskins L, Mapumulo S, Rollins N, Horwood C. 2020. I Decided to Go Back to Work so I Can Afford to Buy Her Formula': A Longitudinal Mixed-Methods Study to Explore How Women in Informal Work Balance the Competing Demands of Infant Feeding and Working to Provide for Their Family. *BMC Public Health*, 20(1): 1-15. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09917-6>
- Permatasari ADW, Noviardhi A, Larasati MD, Supadi J, Yuwono S. 2022. The Effect

- of Pocket Books as Nutrition Counseling Media on Knowledge and Attitudes of Prospective Bride and Groom. *Journal of Universal Studies*, 2(8): 487-494. <https://doi.org/10.59188/eduvest.v2i8.543>.
- PPID DINKES. 2023. Bekali Tenaga Kesehatan tentang Pemberian ASI Eksklusif, Dinkes Kalteng Gelar Pelatihan Konseling Ibu Menyusui. Pejabat Pengelola Informasi dan Dokumentasi Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah.
- Rosida L, Mutiara PI. 2020. Manajemen ASIP Mempengaruhi ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1): 79-89. <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/328>
- Santana GS, Giugliani ERJ, Vieira T de O, Vieira GO. 2018. Factors Associated with Breastfeeding Maintenance for 12 Months or More: A Systematic Review. *Sociedade Brasileira de Pediatria*, 94(2): 104-122. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2017.06.013>
- Siagian M, Ginting R, Silalahi MI, Trisintya Y, Amalya PS, Masyarakat K, Kedokteran F, Gigi K. 2024. Pengaruh Penyuluhan dan Pemberian Buku Saku terhadap Peningkatan Perilaku Gizi Ibu Hamil Beresiko KEK di Wilayah Puskesmas Buhit. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2): 2484-2491. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/25525>
- Talbert AW, Tsofa B, Mumbo E, Berkley JA, Mwangome M. 2018. Knowledge of, and attitudes to giving expressed breastmilk to infants in rural coastal Kenya; focus group discussions of first time mothers and their advisers. *International Breastfeeding Journal*. *International Breastfeeding Journal*, 13(1): 1-7. <https://doi.org/10.1186/s13006-018-0158-9>.
- WHO. 2021. Breastfeeding. World Health Organization. https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1.
- WHO. 2018. Enabling Women to Breastfeed Through Better Policies and Programmes. Global Breastfeeding Scorecard. <https://www.who.int/publications/m/item/global-breastfeeding-scorecard-2018-enabling-women-to-breastfeed-through-better-policies-and-programmes>