MEJORA : Medical Journal Awatara
Vol. 3, No. 3, Juli 2025, pp. 171 – 176
ISSN: 3025-9584, DOI: 10.61434/mejora.v3i3.420

Hubungan Teknik Menyusui dengan Keefektifan Menyusui pada Ibu Nifas di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon

Krismayanti Sofyana[1], Lili Amaliah[2], Erida Fadila[3]
sofyanakrismayanti@gmail.com[1]
[1,2,3] Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika, Cirebon, Indonesia

A R T I C L E I N F O

History of the article:
Received May, 21, 2025
Revised July, 18, 2025
Accepted July, 26, 2025

Keywords:
Breastfeeding techniques
Effectiveness
Postpartum mothers

ABSTRACT

Incorrect and ineffective breastfeeding techniques can prevent breast milk from flowing optimally, reduce subsequent milk production, or make the baby reluctant to breastfeed. A preliminary study of 10 primiparous mothers with spontaneous delivery in Inpatient Room 4 of Mitra Plumbon Hospital, Cirebon Regency, showed that almost all had difficulty breastfeeding their babies. This study aimed to determine the relationship between breastfeeding technique and breastfeeding effectiveness among postpartum mothers in Inpatient Room 4 of Mitra Plumbon Hospital. This was a correlational analytic study with a cross sectional approach involving 36 primiparous postpartum mothers with spontaneous delivery. Data were collected using observation sheets and analysed with univariate and bivariate analyses. Almost half of the mothers had a good breastfeeding technique (47.2%) and very effective breastfeeding (47.2%). Among mothers with a good technique, 82.4% breastfed very effectively, whereas all mothers with a poor technique breastfed ineffectively. The Spearman rank test showed a strong positive relationship between breastfeeding technique and breastfeeding effectiveness (rho = 0.809; p < 0.001). Hospitals and nurses should strengthen breastfeeding technique guidance for postpartum mothers.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Kata Kunci :
Teknik menyusui
Keefektifan
Ibu nifas

Corresponding Author:
Krismayanti Sofyana
Institut Teknologi dan Kesehatan Mahardika
Cirebon
sofyanakrismayanti@gmail.com

ABSTRAK

Teknik menyusui yang salah dan kurang efektif dapat mengakibatkan ASI tidak keluar optimal, memengaruhi produksi ASI selanjutnya, atau membuat bayi enggan menyusu. Studi pendahuluan terhadap 10 ibu primipara dengan persalinan spontan di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon Kabupaten Cirebon menunjukkan bahwa hampir seluruhnya mengalami kesulitan dalam memberikan ASI kepada bayinya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan teknik menyusui dengan keefektifan menyusui pada ibu nifas di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon. Desain penelitian adalah analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional pada 36 ibu nifas primipara dengan partus spontan. Data dikumpulkan dengan lembar observasi dan dianalisis secara univariat dan bivariat. Hampir setengah responden mempunyai teknik menyusui yang baik (47,2%) dan keefektifan menyusui sangat efektif (47,2%). Sebanyak 82,4% ibu dengan teknik menyusui baik menyusui secara sangat efektif, sedangkan seluruh ibu dengan teknik buruk menyusui secara tidak efektif. Uji korelasi Spearman rank menunjukkan hubungan positif yang kuat antara teknik menyusui dan keefektifan menyusui (rho = 0,809; p < 0,001). Rumah sakit dan perawat perlu memperkuat bimbingan teknik menyusui bagi ibu nifas.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik yang secara khusus ditujukan bagi bayi baru lahir karena mengandung berbagai komponen antibodi, nutrisi yang lengkap dan mudah dicerna oleh bayi baru lahir dibandingkan dengan susu formula [1]. Banyak zat dalam ASI yang tidak terdapat sama sekali, atau hanya ada dalam jumlah kecil pada susu formula. Selain itu dalam proses menyusui yang benar, bayi akan mendapatkan perkembangan jasmani, emosi, maupun spiritual yang baik dalam kehidupannya [1]. ASI merupakan salah satu sumber makanan yang terbaik bagi bayi yang baru lahir karena memiliki begitu banyak zat penting guna meningkatkan kekebalan terhadap penyakit. Makanan bayi dan susu yang dibuat dengan teknologi masa kini tidak mampu menggantikan sumber makanan yang menakjubkan ini [2]. ASI eksklusif juga berhubungan dengan menurunnya frekuensi dan keparahan infeksi saluran napas bawah akibat respiratory syncytial virus (RSV) pada bayi [3].

Beberapa hal dapat memengaruhi pemberian ASI salah satunya secara psikologi, perubahan suasana hati (mood swing) yang dialami ibu post partum dapat pula mengakibatkan ASI tidak keluar segera setelah melahirkan atau produksi ASI berkurang, kesulitan bayi untuk menghisap, atau masalah dengan puting ibu, nyeri atau lecet puting susu yang disebabkan oleh kesalahan ibu dalam memosisikan bayi dan kurangnya pengetahuan ibu tentang proses menyusui [1]. Kondisi tersebut membutuhkan penanganan yang bersifat intervensi salah satunya dengan memperbaiki teknik menyusui sehingga lebih efektif dalam proses pemberian ASI. Teknik pelekatan berhubungan kuat dengan nyeri puting pada ibu menyusui [4], dan posisi menyusui yang tidak tepat merupakan salah satu faktor risiko mastitis laktasi [5].

Kegagalan menyusui disebabkan karena salah dalam memosisikan dan meletakkan bayi. Kesalahan terletak pada posisi menyusui dan langkah-langkah menyusui. Teknik menyusui yang salah dan kurang efektif dapat mengakibatkan ASI tidak keluar optimal sehingga memengaruhi produksi ASI selanjutnya atau bayi enggan menyusu yang akhirnya proses pemberian ASI pun menjadi terganggu, oleh karena itu perlu kemampuan dalam menerapkan teknik menyusui yang tepat sehingga menjadi efektif [6].

Teknik menyusui merupakan faktor penting yang memengaruhi produksi ASI. Ibu menyusui biasanya tidak berhasil menyusui atau menghentikan menyusui lebih dini terutama pada ibu primipara karena tidak mengetahui cara-cara yang sebenarnya sangat sederhana, seperti cara menaruh bayi pada payudara ketika menyusui, isapan yang mengakibatkan puting terasa nyeri dan masih banyak lagi masalah yang lain. Hal ini dapat menimbulkan kegagalan dalam proses menyusui [6].

Kegagalan menyusui memiliki risiko tinggi bagi bayi yang mengakibatkan bayi mudah sakit, menghambat pertumbuhan dan bahkan lebih rentan terhadap kematian atau cacat [1]. Bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif lebih berisiko mengalami diare, infeksi saluran napas akut, dan demam [7]. Kondisi ini dapat berdampak pada peningkatan angka kesakitan dan kematian bayi.

Keefektifan menyusui dapat dinilai secara objektif dengan skor LATCH. Rapheal dkk. melaporkan bahwa pada 400 pasangan ibu dan bayi, hampir semua ibu memerlukan bantuan untuk memosisikan bayi dan 47,5% memiliki pelekatan yang buruk pada awal pascapersalinan; dukungan, edukasi, dan pelatihan menyusui meningkatkan skor LATCH secara bermakna [8].

Penelitian Rauf dkk. menunjukkan bahwa edukasi teknik menyusui pada ibu nifas berpengaruh terhadap keefektifan menyusui yang dinilai dengan lembar observasi skor LATCH [9]. Oleh karena itu, perawat perlu menyosialisasikan proses menyusui yang efektif melalui pendidikan kesehatan kepada ibu menyusui.

Pemerintah menganjurkan menyusui secara eksklusif, data hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia menunjukkan terjadinya penurunan angka cakupan ASI dari 40,3% pada tahun 2021 menjadi 39,5% pada tahun 2022. Pada tahun 2023, cakupan ASI meningkat menjadi 42%, namun peningkatan ini masih jauh untuk memenuhi target Kementerian Kesehatan yaitu meningkatkan cakupan menjadi 80% pada tahun 2024 [10]. Tingkat pendidikan ibu [11] dan inisiasi menyusu dini [12] diketahui berhubungan dengan keberhasilan ASI eksklusif di Indonesia.

Kabupaten Cirebon merupakan salah satu kabupaten yang ada di Provinsi Jawa Barat. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat telah menyelenggarakan beberapa program untuk meningkatkan angka pemberian ASI di Provinsi Jawa Barat seperti kelompok pendukung ASI, konseling dan promosi ASI pada ibu menyusui, pelatihan inisiasi menyusu dini pada tenaga kesehatan, dan menyediakan ruang menyusui di tempat-tempat kerja [13]. Cakupan ASI untuk Provinsi Jawa Barat tahun 2023 sebesar 71,6%, Kabupaten Cirebon sebesar 65,28% [13].

Rumah Sakit Mitra Plumbon adalah rumah sakit rujukan daerah Kabupaten Cirebon. Rumah sakit ini merupakan rumah sakit sayang ibu bayi yang memiliki layanan untuk kesehatan ibu dan anak, salah satu programnya adalah program rawat gabung dan kontak serta konseling dengan konselor menyusui yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam memberikan ASI pada kondisi awal setelah persalinan [14].

Angka persalinan spontan pada tahun 2023 dari 744 orang terdapat 504 orang ibu-ibu multipara dan 240 ibu primipara. Studi pendahuluan dengan menghitung melalui register diperoleh data persalinan spontan pada Bulan

Desember sebanyak 31 pasien primipara dan 42 pasien multipara dan Bulan Januari sebanyak 36 pasien primipara dan pasien multipara sebanyak 47 pasien [14].

Fenomena masalah yang biasanya terjadi pada pasien primipara adalah ketidakefektifan ibu dalam melakukan teknik menyusui yang benar, ketidaktahuannya ibu mengenai teknik dan pelekatan menyusui yang benar, hal ini diperkuat dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada hari Minggu tanggal 4 Februari Tahun 2024 melalui cara observasi rekam medik dan wawancara tidak terstruktur terhadap 10 ibu primipara dengan persalinan spontan di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon Kabupaten Cirebon bahwa hampir seluruhnya kesulitan dalam proses pemberian ASI kepada bayinya, hal ini dikarenakan ibu merasakan nyeri pada puting susu, ASI pada awal menyusui tidak dapat keluar dan kesulitan dalam memosisikan bayi sehingga bayi mengamuk. Penelitian sebelumnya lebih banyak menilai pengaruh edukasi terhadap kemampuan menyusui [9], [8], sedangkan hubungan antara teknik menyusui yang dilakukan ibu dan keefektifan menyusui pada ibu nifas primipara di rumah sakit ini belum diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan teknik menyusui dengan keefektifan menyusui pada ibu nifas di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Menurut Notoatmodjo [15], desain penelitian analitik korelasional adalah desain penelitian yang dilakukan terhadap sekumpulan objek yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua fenomena yang terjadi di dalam suatu populasi tertentu. Data penelitian ini diambil dari sumber primer yaitu pasien ibu nifas di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon Kabupaten Cirebon.

Sampel penelitian adalah ibu nifas primipara dengan partus spontan yang dirawat di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon Kabupaten Cirebon selama periode penelitian dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, yaitu sebanyak 36 pasien. Sampel diambil dengan teknik accidental sampling, yaitu memilih responden yang ada pada saat penelitian berlangsung.

Data dikumpulkan melalui observasi langsung oleh peneliti saat ibu menyusui menggunakan lembar observasi. Lembar observasi teknik menyusui diadopsi dari penelitian sebelumnya. Teknik menyusui dikategorikan baik, cukup, dan buruk, sedangkan keefektifan menyusui dikategorikan sangat efektif, cukup efektif, dan tidak efektif.

Analisis data dilakukan setelah semua data terkumpul melalui tahap editing, coding, dan entering dengan bantuan komputer. Analisis univariat disajikan dalam distribusi frekuensi dan persentase. Karena kedua variabel berskala ordinal dan sebagian besar sel tabulasi silang memiliki frekuensi harapan kurang dari 5, analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman rank dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Penelitian dilaksanakan di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon Kabupaten Cirebon pada Tanggal 11 Juni sampai dengan 28 Juni Tahun 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Teknik Menyusui pada Ibu Nifas (n = 36)

No	Teknik Menyusui	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	17	47,2
2	Cukup	12	33,3
3	Buruk	7	19,4
	Jumlah	36	100

Berdasarkan Tabel 1, hampir setengah responden mempunyai teknik menyusui yang baik, yaitu 17 responden (47,2%), dan 7 responden (19,4%) mempunyai teknik menyusui yang buruk.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keefektifan Menyusui pada Ibu Nifas (n = 36)

No	Keefektifan Menyusui	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Sangat efektif	17	47,2

2	Cukup efektif	12	33,3
3	Tidak efektif	7	19,4
	Jumlah	36	100

Berdasarkan Tabel 2, hampir setengah responden mempunyai keefektifan menyusui sangat efektif, yaitu 17 responden (47,2%), dan 7 responden (19,4%) menyusui secara tidak efektif.

Tabel 3. Hubungan Teknik Menyusui dengan Keefektifan Menyusui pada Ibu Nifas (n = 36)

No	Teknik Menyusui	Sangat efektif n	Sangat efektif %	Cukup efektif n	Cukup efektif %	Tidak efektif n	Tidak efektif %	Jumlah n	Jumlah %	p value
1	Baik	14	82,4	3	17,6	0	0,0	17	100	< 0,001
2	Cukup	3	25,0	9	75,0	0	0,0	12	100	
3	Buruk	0	0,0	0	0,0	7	100	7	100	
	Jumlah	17	47,2	12	33,3	7	19,4	36	100	

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar ibu dengan teknik menyusui baik menyusui secara sangat efektif (14 dari 17 responden; 82,4%), sebagian besar ibu dengan teknik cukup menyusui secara cukup efektif (9 dari 12 responden; 75,0%), dan seluruh ibu dengan teknik buruk menyusui secara tidak efektif (7 responden; 100%). Hasil uji korelasi Spearman rank menunjukkan hubungan positif yang kuat dan bermakna antara teknik menyusui dan keefektifan menyusui (rho = 0,809; $p < 0,001$), karena nilai p lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Pembahasan Hasil

Selama observasi, peneliti mencatat bahwa pada saat ibu menyusui, posisi yang benar yaitu seluruh bagian areola masuk ke mulut bayi. Setelah menyusui bayi seharusnya disendawakan terlebih dahulu dengan cara menepuk punggung bayi. Untuk membuka mulut bayi sebelum menyusui terlebih dahulu menyentil pipi bayi dengan puting.

Peneliti juga mencatat bahwa kebanyakan responden salah dalam melakukan tindakan sebelum menyusui bayi, dimana seharusnya mengeluarkan sedikit air susu lalu dioleskan pada daerah puting dan sekitarnya untuk mencegah lecet. Hal ini dikarenakan ibu kurang mengetahui tindakan yang harus dilakukan sebelum menyusui bayi. Kebanyakan responden melakukan dengan benar untuk posisi yang nyaman pada saat ibu menyusui yaitu ibu duduk/tidur senyaman mungkin, posisi yang nyaman dapat memengaruhi keberhasilan dalam menyusui.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Rauf dkk. yang menunjukkan bahwa edukasi teknik menyusui pada ibu nifas meningkatkan keefektifan menyusui [9]. Rapheal dkk. juga melaporkan bahwa masalah posisi dan pelekatan sangat sering ditemukan pada awal pascapersalinan dan dapat diperbaiki melalui dukungan menyusui yang terarah, yang tercermin dari meningkatnya skor LATCH [8].

Dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait maka peneliti berpendapat bahwa ibu yang salah dalam menempatkan posisi yang baik pada saat menyusui yang benar dikarenakan kurangnya pemahaman ibu, yang akan berakibat tidak optimalnya pengeluaran ASI sehingga saluran ASI bisa tersumbat jika tidak mengalami pengosongan dengan baik.

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan bahwa teknik menyusui yang benar dapat meningkatkan keefektifan menyusui sehingga kebutuhan nutrisi bayi terpenuhi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa teknik menyusui yang benar akan meningkatkan keefektifan dalam menyusui. Meskipun menyusui adalah fenomena alamiah, keberhasilan menyusui dapat menjadi tugas yang kompleks bagi ibu dan bayi [8].

Faktor yang digunakan untuk mengukur keefektifan menyusui, termasuk di antaranya adalah cara ibu memosisikan bayi di payudaranya, tingkat kenyamanan ibu, jenis puting susu ibu, teknik menyusui bayi seperti refleks rooting, pelekatan bayi, keaktifan bayi dalam mengisap, dan bunyi menelan bayi, yang dalam penelitian ini menjadi objektif prediktor untuk kesuksesan menyusui.

Bukti menunjukkan bahwa bila ibu mengetahui cara yang benar untuk memosisikan bayi pada payudaranya, menyusui pada waktu yang diinginkan bayi (on demand), serta memperoleh dukungan dan percaya diri tentang kemampuannya memberi ASI, berbagai penyulit dalam menyusui yang umumnya terjadi dapat dihindari dan dicegah

[16]. Gao dkk. melaporkan bahwa edukasi menyusui prenatal bagi keluarga meningkatkan penguasaan posisi pelekatan (88,5% dibandingkan 63,8%) dan menurunkan kejadian kerusakan puting (23,1% dibandingkan 46,9%) [16]. Walaupun demikian, karakteristik ibu nifas seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan juga dapat memengaruhi keefektifan menyusui.

Uji acak terkontrol Çetindemir dan Cangöl menunjukkan bahwa edukasi menyusui dengan metode teach-back meningkatkan skor LATCH dan efikasi diri menyusui dibandingkan edukasi standar [17]. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan teknik menyusui dapat ditingkatkan melalui edukasi yang melibatkan praktik langsung. Intervensi edukasi teknik menyusui di rumah sakit juga meningkatkan proporsi ibu yang menyusui dengan teknik yang benar pada 30 hari pascapersalinan (64% dibandingkan 15%) [18]. Selain itu, posisi menyusui laid-back terbukti menurunkan nyeri dan trauma puting serta mendukung posisi pelekatan yang benar [19].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa mayoritas ibu antusias ingin menyusui bayinya, hal ini dikarenakan karena para ibu memang ingin berusaha sebaik mungkin untuk dapat memberikan ASI eksklusif terbaik bagi bayinya. Upaya untuk meningkatkan breastfeeding self efficacy pada ibu dengan pengalaman pertama menyusui perlu dilakukan agar ibu dapat menyusui secara efektif dan pada akhirnya berhasil memberikan ASI secara eksklusif [17]. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan memberikan edukasi teknik menyusui yang benar yang diikuti dengan demonstrasi teknik menyusui yang berfungsi untuk menciptakan pengalaman menyusui secara langsung, sehingga dapat membentuk pemahaman dalam diri ibu bahwa untuk berhasil menyusui diperlukan usaha dan kemauan untuk belajar.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Desain cross sectional tidak dapat menunjukkan hubungan sebab akibat. Sampel kecil (36 responden) dan berasal dari satu ruang rawat inap sehingga generalisasi hasil terbatas. Observasi dilakukan oleh peneliti sehingga dapat dipengaruhi bias pengamat, dan karakteristik responden seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan tidak dianalisis.

KESIMPULAN

Hampir setengah ibu nifas primipara di Kamar Rawat Inap 4 Rumah Sakit Mitra Plumbon mempunyai teknik menyusui yang baik (47,2%) dan keefektifan menyusui sangat efektif (47,2%). Terdapat hubungan positif yang kuat dan bermakna antara teknik menyusui dan keefektifan menyusui (rho = 0,809; $p < 0,001$). Perawat disarankan memperagakan teknik menyusui yang benar secara langsung, memantau ibu saat menyusui, dan mengoreksi teknik yang kurang tepat, sedangkan penelitian selanjutnya perlu menganalisis karakteristik ibu sebagai faktor yang memengaruhi keefektifan menyusui.

REFERENSI

[1] U. Roesli, Mengenal ASI Eksklusif. Surabaya: Niaga Swadaya, 2020.
[2] S. Hossain and S. Mihrshahi, "Exclusive breastfeeding and childhood morbidity: a narrative review," International Journal of Environmental Research and Public Health, vol. 19, no. 22, art. 14804, 2022, doi: 10.3390/ijerph192214804.
[3] G. M. Mineva, H. Purtill, C. P. Dunne, and R. K. Philip, "Impact of breastfeeding on the incidence and severity of respiratory syncytial virus (RSV)-associated acute lower respiratory infections in infants: a systematic review highlighting the global relevance of primary prevention," BMJ Global Health, vol. 8, no. 2, art. e009693, 2023, doi: 10.1136/bmjgh-2022-009693.
[4] I. Trianingsih, Y. Fithri, and I. Oktaviani, "Determinants of breast pain in breastfeeding mothers in the area of Karang Anyar Community Health Center, South Lampung District, Indonesia," Jurnal Ilmu Kesehatan, vol. 8, no. 2, pp. 24-30, 2023, doi: 10.24929/jik.v8i2.2945.
[5] B.-Y. Lai et al., "Risk factors for lactation mastitis in China: a systematic review and meta-analysis," PLoS ONE, vol. 16, no. 5, art. e0251182, 2021, doi: 10.1371/journal.pone.0251182.
[6] S. Rosita, ASI untuk Kecerdasan Bayi. Yogyakarta: Ayyana, 2019.
[7] S. Hossain and S. Mihrshahi, "Effect of exclusive breastfeeding and other infant and young child feeding practices on childhood morbidity outcomes: associations for infants 0-6 months in 5 South Asian countries using Demographic and Health Survey data," International Breastfeeding Journal, vol. 19, art. 35, 2024, doi: 10.1186/s13006-024-00644-x.
[8] S. M. Rapheal, B. Rajaiah, R. Karupanan, T. Abiramalatha, and S. Ramakrishnan, "LATCH score for identification and correction of breastfeeding problems: a prospective observational study," Indian Pediatrics, vol. 60, no. 1, pp. 37-40, 2023, doi: 10.1007/s13312-023-2692-9.
[9] E. L. Rauf, R. N. H. Ali, S. Mulyaningsih, and L. Alamri, "Pengaruh edukasi teknik menyusui pada ibu nifas terhadap efektifitas dalam menyusui," Madu: Jurnal Kesehatan, vol. 13, no. 1, pp. 30-36, 2024, doi: 10.31314/mjk.13.1.30-36.2024.

[10] Kementerian Kesehatan RI, "Jaga kualitas nutrisi, ini rekomendasi terbaik pemberian ASI," 2024. [Online]. Available: https://www.kemkes.go.id/id/jaga-kualitas-nutrisi-ini-rekomendasi-terbaik-pemberian-asi
[11] A. D. Laksono, R. D. Wulandari, M. Ibad, and I. Kusrini, "The effects of mother's education on achieving exclusive breastfeeding in Indonesia," BMC Public Health, vol. 21, art. 14, 2021, doi: 10.1186/s12889-020-10018-7.
[12] I. M. Syahri et al., "Exclusive breastfeeding among Indonesian working mothers: does early initiation of breastfeeding matter?," BMC Public Health, vol. 24, 2024, doi: 10.1186/s12889-024-18619-2.
[13] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2023. Bandung: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023.
[14] Rumah Sakit Mitra Plumbon, Sistem Informasi Rumah Sakit Mitra Plumbon Tahun 2023. Cirebon: Rumah Sakit Mitra Plumbon, 2024.
[15] S. Notoatmodjo, Metodologi Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta, 2019.
[16] H.-F. Gao et al., "Effects of prenatal professional breastfeeding education for the family," Scientific Reports, vol. 12, art. 5577, 2022, doi: 10.1038/s41598-022-09586-y.
[17] E. O. Çetindemir and E. Cangöl, "The effect of breastfeeding education given through the teach-back method on mothers' breastfeeding self-efficacy and breastfeeding success: a randomized controlled study," BMC Pregnancy and Childbirth, vol. 24, 2024, doi: 10.1186/s12884-024-06601-0.
[18] T. C. E. V. Morais, T. O. Souza, G. O. Vieira, J. Bessa Júnior, and G. M. Jesus, "Breastfeeding technique and the incidence of nipple traumas in puerperal women attended in a city hospital: intervention study," Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, vol. 20, no. 3, 2020, doi: 10.1590/1806-93042020000300003.
[19] Z. Wang, Q. Liu, L. Min, and X. Mao, "The effectiveness of the laid-back position on lactation-related nipple problems and comfort: a meta-analysis," BMC Pregnancy and Childbirth, vol. 21, 2021, doi: 10.1186/s12884-021-03714-8.