

Edukasi Teknik Menyusui Yang Baik Dan Benar Pada Ibu Menyusui

Rindasari Munir^{1*}, Fitria Lestari², Sita Indah Nurhalimah³, Yunita Amalia⁴

^{1,2,3,4}Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor

e-mail: rindamunir@gmail.com¹, syahfitri1215@gmail.com², sitaindahnurhalimah@gmail.com³

* Penulis Korespondensi: E-mail: rindamunir@gmail.com¹

Abstract

The number of women in Indonesia who have breastfed their babies is around 96%, but only 42% only breastfeed exclusively for 6 months. The purpose of this service activity is to provide health education to breastfeeding mothers at BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb regarding the importance of knowing good and correct breastfeeding techniques, so as to avoid the effects of wrong breastfeeding techniques. This counseling was carried out using a saturated sampling method of 39 respondents. This implementation method is carried out for mothers who are breastfeeding at BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb by filling out the Pre-test and Post-test questionnaires offline. The results of statistical test calculations using a computerized system, namely using the SPSS application, obtained a value of $t = -4.976$ and $p = 0.000$ ($p < 0.05$). These results indicate that it is important to provide health education to increase breastfeeding mothers' knowledge about good and correct breastfeeding techniques. It is hoped that health workers will increase the counseling that can be carried out at Posyandu and at the clinic so that pregnant and lactating women have knowledge and understanding of proper breastfeeding techniques.

Keywords: Breastfeeding Techniques Education; Breastfeeding Mothers; Knowledge.

Abstrak

Jumlah perempuan di Indonesia sudah menyusui bayinya sekitar 96% tetapi hanya berjumlah 42% yang hanya menyusui secara eksklusif selama 6 bulan. Tujuan kegiatan pengabdian ini untuk memberikan edukasi kesehatan kepada ibu menyusui di BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb mengenai pentingnya mengetahui teknik menyusui yang baik dan benar, agar terhindar dari dampak teknik menyusui yang salah. Penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan metode sampling jenuh sebanyak 39 responden. Metode pelaksanaan ini dilakukan pada ibu yang menyusui di BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb dengan melakukan pengisian kuesioner *Pre-test* dan *Post-test* secara offline. Hasil dari perhitungan uji statistik dengan menggunakan sistem komputerasi yaitu menggunakan aplikasi SPSS, diperoleh nilai $t = -4,976$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dari hasil ini menunjukkan bahwa pentingnya memberikan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu menyusui tentang teknik menyusui yang baik dan benar. Diharapkan tenaga kesehatan lebih meningkatkan penyuluhan yang dapat dilakukan di Posyandu maupun di klinik sehingga ibu hamil dan menyusui memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang Teknik menyusui yang tepat.

Kata Kunci : Edukasi Teknik Menyusui; Ibu Menyusui; Pengetahuan.

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif cukup diberikannya ASI tanpa makanan tambahan apapun kecuali vitamin, mineral atau obat baik dalam bentuk tetes maupun sirup sampai usia enam bulan (Fikawati & Syafiq, 2019). Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 450/MENKES/SK/VI/2004 tentang Pemberian ASI eksklusif di Indonesia diberikan selama enam bulan dan dilanjutkan sampai anak berusia 2 tahun atau lebih dengan pemberian makanan tambahan yang sesuai usianya dan tugas tenaga kesehatan yaitu menginformasikan pada ibu yang baru melahirkan untuk memberikan ASI secara eksklusif (Kemenkes RI, 2019). Menurut WHO bahwa ASI eksklusif diberikan hanya ASI saja tanpa adanya pemberian makanan dan minuman tambahan kepada Bayi Baru Lahir (BBL) sampai usia enam bulan, terkecuali obat serta vitamin. Akan tetapi, setelah pemberian ASI eksklusif selama enam bulan maka ASI tetap dapat dilanjutkan sampai bayi berusia dua tahun (Mufdillah et al., 2017).

Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu Indikator kesejahteraan suatu Negara. Target yang ingin dicapai pada tahun 2030 adalah menurunkan angka kematian bayi baru lahir dan

balita sekitar 12 per 1000 KH (kelahiran hidup) dan angka kematian balita sebesar 25 per 1000 KH. Menurut WHO dan United Nations of Children's Fund (UNICEF) dijelaskan bahwa kematian bayi dapat dicegah dengan pemberian makanan yang tepat yaitu ASI Eksklusif selama 6 bulan dan pengenalan makanan pendamping ASI yang aman dan bergizi (MPASI) pada usia 6 bulan. Dengan pemberian ASI yang terus menerus hingga 2 tahun atau lebih tua.(UNICEF, 2017)

Perempuan di Indonesia sekitar 96% menyusui anaknya tetapi hanya 42% yang hanya menyusui secara Eksklusif selama 6 bulan. Indonesia punya target capaian cakupan ASI Eksklusif yaitu sebesar 39% yang dilihat pada renstra tahun 2015. Laporan presentasi hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) terkait cakupan ASI Eksklusif pada bayi baru lahir sampai dengan 6 bulan yaitu 35,73% pada tahun 2017. Upaya Pemerintah adalah untuk memberikan dukungan, perlindungan dan mempromosikan pemberian ASI Eksklusif (Kemenkes RI, 2019))

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) bahwa bayi yang mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan di Indonesia dengan persentase 30,2% pada tahun 2018. Dilihat dari angka persentase tersebut, jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif masih kurang karena masih ada kendala yang dihadapi ibu menyusui dalam praktik pemberian ASI eksklusif yaitu kurangnya dukungan dari lingkungan dan tenaga kesehatan, kurangnya pengetahuan ibu, pemberian makanan dan minuman yang terlalu dini, serta masih banyaknya promosi pemberian susu formula untuk bayi (Mayasari et al., 2021).

Masih sangat rendahnya ibu yang menyusui bayinya di Indonesia. Menurut WHO, presentasi Ibu menyusui baru ada di angka 15,3% di Indonesia. Hal ini dapat dilihat pertahunnya dari angka kelahiran yang mencapai 4,5 juta bayi. *Oxford University dan Institute for Sosial and Economic Research* melakukan penelitian tentang bayi yang diberikan ASI dengan bayi tidak disusui, hasilnya bayi yang diberikan ASI akan menjadi anak yang lebih pintar dengan IQ lebih tinggi 3-5 point daripada anak yang tidak mendapatkan ASI (Suhartika, 2018). Berdasarkan profil kesehatan Jawa Barat tentang ASI Eksklusif, Kota Bogor menjadi salah satu kota yang mencapai di bawah target nasional di tahun 2014. Capaian ASI Eksklusif di Kota Bogor memiliki jumlah sekitar 58,6%. Hasilnya tidak sama dari tahun ketahun, dimana capaian ASI Eksklusif sebesar 35% pada tahun 2015 dan meningkat sebesar 38,5% pada tahun 2016 serta menurun sebesar 31,8% pada tahun 2017. (Novitasari et al., 2019)

Manfaat ASI begitu banyak bagi bayi, ibu, keluarga dan negara. ASI bermanfaat untuk bayi yaitu sebagai sumber zat gizi yang lengkap dan sangat cocok untuk bayi (Lisa & Ismayucha, 2017). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI, baik dari faktor luar maupun faktor dalam. Faktor dari dalam yaitu dari diri ibu sendiri, antara lain faktor umur dan jumlah anak yang dilahirkan (Romlah & Sari, 2019). Prinsip dasar menyusui yaitu membuat bayi dapat melekat dengan baik agar bayi mendapatkan ASI. Pada dasarnya, di awal kehamilan produksi ASI sedikit jumlahnya adalah hal yang normal (Mulyani Sri & Sulistiawan Andika, 2021).

Menyusui sangat penting bagi ibu dan bayi. Selama ibu menyusui, akan ada hubungan yang erat antara ibu dan anak. (Azka dkk., 2020). Air Susu Ibu (ASI) dapat memberikan nutrisi yang cukup sesuai dengan kebutuhan bayi dan mudah dicerna oleh usus bayi. Menyusui lebih hemat dari pada memberikan susu formula pada bayi. Tidak sulit memberikan ASI karena selalu bisa siap kapan saja pada suhu yang stabil dengan suhu tubuh. Keluarga dan teman dapat memberikan dukungan untuk membantu keberhasilan menyusui (Rahmawati, 2017).

Teknik menyusui yang baik dan benar yaitu dengan cara memberikan ASI kepada bayi secara langsung dimana bayi didekatkan dengan ibu dan posisi ibu juga sesuai pada saat menyusui. Pengetahuan yang baik akan mencapai target keberhasilan menyusui. Hal tersebut juga diperlukan langkah-langkah yang harus diperhatikan dan mampu mengetahui manfaat teknik menyusui yang baik dan benar (Mayasari et al., 2021).

Ibu menyusui di BPM Indah Kresna M, Amd.Keb belum terlalu memahami tentang teknik menyusui yang baik dan benar. Kebanyakan dari ibu menyusui tersebut hanya tahu saja tentang menyusui bayinya tetapi belum paham mengenai posisi maupun teknik yang benar. Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa penulis ingin mengetahui bagaimana pengetahuan ibu menyusui di BPM Indah Kresna M, Amd.Keb.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah metode pendidikan kesehatan masyarakat yaitu dengan memberikan penyuluhan mengenai materi teknik menyusui yang baik dan benar. Tujuan dilaksanakannya penyuluhan ini agar dapat meningkatkan pengetahuan ibu menyusui di BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb. Penyuluhan ini menggunakan praeksperimen, dimana penyuluhan ini dengan melakukan *pre test* dan *post test* dengan 10 pertanyaan yang tujuannya untuk mengetahui pengetahuan ibu menyusui di BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb. Penyuluhan ini dilakukan dalam satu hari pada tanggal 13 April 2022, dimana sampel dalam penyuluhan ini berjumlah 39 orang.

Teknik pengambilan sampel adalah sampling jenuh yaitu mengambil jumlah keseluruhan dari populasi. Instrumen yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah kuesioner dengan 10 *item* pertanyaan mengenai pengetahuan ibu menyusui tentang teknik menyusui yang baik dan benar. Untuk mengetahui hasil sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan tentang teknik menyusui ini, maka Analisa data menggunakan Uji Beda *Mean Dependent (Paired Test)*. Tahap awal yang dilakukan adalah menganalisis data dengan menggunakan analisis univariat yang bertujuan untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase, serta menggunakan uji *paired t-test* dengan uji prasyarat yang harus dipenuhi yaitu uji normalitas dan diperoleh signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Analisis ini dilakukan untuk melihat pengetahuan ibu menyusui di BPM Indah Kresna M, Amd.Keb.

HASIL dan PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi responden ini berdasarkan kategori hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Hasil *Pretest* dan Hasil *Posttest*

Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	N	(%)	N	(%)
Kurang	29	74.4	9	23.1
Baik	10	25.5	30	76.9
Total	39	100.0	39	100.0

(Sumber : Data Primer di BPM Indah Kresna Mulya)

Berdasarkan tabel 1, dari 39 responden yang mengikuti *pretest*, mayoritas responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 29 orang (74,4%). Sedangkan dari hasil *posttest* dapat diketahui dari 39 responden yang mengikuti *posttest*, mayoritas responden mempunyai pengetahuan baik sebanyak 30 orang (76,9%).

Tabel 2. Skor *Pretest* dan *Posttest*

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
Pengetahuan <i>pretest</i>	1.25	0.442
Pengetahuan <i>posttest</i>	1.76	0.426

(Sumber : Data Primer di BPM Indah Kresna Mulya)

Berdasarkan tabel 2, dari uji analisis sampel *paired test* yang diperoleh dapat dilihat rata-rata hasil *pretest* sebesar 1.25 menjadi 1,76 dengan jumlah kenaikan poin 0,51.

Tabel 3. Hasil Analisis Uji T Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Edukasi Teknik Menyusui yang Baik dan Benar

Pengetahuan	Rata-Rata Selisih	Standar Deviasi	Nilai T	<i>p Value</i>
Pengetahuan <i>pretest</i>	-0.512	0.643	-4.976	0.
Pengetahuan <i>posttest</i>				000

(Sumber : Data Primer di BPM Indah Kresna Mulya)

Berdasarkan tabel 3. diperoleh nilai t -4.976 sebesar dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), artinya ada pengaruh tentang teknik menyusui yang baik dan benar terhadap ibu menyusui.

Pada kegiatan penyuluhan ini pemberian *pretest* dan *posttest* akan menjadikan para peserta lebih memahami materi yang disampaikan saat penyuluhan. Dari hasil diatas nilai *pretest* peserta rata-rata 1.25, rata-rata nilai post test 1.76 dan presentase kenaikannya adalah 0.51. Dapat dilihat terdapat peningkatan nilai peserta yang sebelumnya kurang menjadi meningkat setelah materi dari penyuluhan telah tersampaikan dengan baik. Peningkatan pengetahuan peserta khususnya ibu yang menyusui sangat baik dan mereka dapat memahami makna dari teknik menyusui yang baik dan benar.

Cara menyusui yang tepat dan membuat bayi merasa nyaman dapat ditentukan oleh pengetahuan ibu yang baik pula. Sikap yang positif dapat terbentuk jika ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang pentingnya ASI dan perilaku ibu menyusui juga terbentuk (Subekti, 2019). Pengetahuan teknik menyusui yang benar maka bayi akan mendapatkan nutrisi yang cukup yang terkandung dalam ASI (Alam & Syahrir, 2018).

Aktivitas menyusui merupakan hal yang sangat bermanfaat dan penting sekali untuk ibu dan bayinya. Hubungan yang erat dan dekat antara ibu dan anak bisa terjadi selama proses menyusui. Akan tetapi, ada beberapa kendala yang dapat mengganggu kenyamanan selama proses menyusui (Azka et al., 2020). Proses menyusui merupakan aktivitas yang terbaik untuk bayi dikarenakan Air Susu Ibu (ASI) dapat bermanfaat untuk tumbuh kembang bayi. Disamping itu, ASI juga mudah dicerna oleh usus bayi dan ASI selalu siap pada suhu yang stabil dan langsung bisa diberikan kepada bayi. Pada keadaan normal, maka semua wanita juga dapat menyusui bayinya. Dalam hal ini diperlukan dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat yang akan membantu suksesnya menyusui (Fauza, 2021).

Ibu menyusui harus memahami teknik menyusui yang benar yaitu dengan memberikan ASI kepada bayi secara langsung dimana ada perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Keberhasilan menyusui dapat dicapai dengan pengetahuan ibu yang baik tentang teknik menyusui yang benar (Mayasari et al., 2021). Oleh karena itu, ibu menyusui perlu mengetahui tentang teknik menyusui yang benar, seperti bagaimana memposisikan bayi di dekat perut dan dada ibu serta melepaskan puting susu setelah bayi kenyang. Namun, ada beberapa ibu menyusui yang masih belum memahami cara menyusui yang benar, sehingga ibu membutuhkan pendampingan dari tenaga kesehatan dan orang terdekatnya untuk membantu ibu memulai proses menyusui. Pada minggu pertama setelah melahirkan, bidan atau perawat perlu memberikan bimbingan dan Pendidikan kesehatan kepada ibu tentang cara menyusui yang benar agar tidak menimbulkan masalah (Wanaraja & Wanayasa, 2019).

Ibu menyusui harus memahami cara menyusui yang baik dan benarnya itu pertama ibu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebelum menyusui, kemudian ibu duduk dalam posisi nyaman mungkin dimana ibu dapat bersandar (tegak) sejajar dengan punggung, dari kursi atau bisa di tempat tidur, kaki diberi alas agar tidak menggantung. Sebelumnya, keluarkan sedikit ASI dan bisa dioleskan pada puting susu dan areola sekitarnya untuk mencegah lecet dan nyeri, kemudian ibu menggendong bayi dengan satu tangan, kepala bersandar pada lekukan siku ibu dan bokong bayi bertumpu pada lengan, perut bayi menempel pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi di belakang ibu dan satu tangan di depan, kepala bayi menghadap payudara, posisikan bayi dengan telinga dan lengan sejajar. Payudara dipegang dengan tangan membentuk huruf C dan tidak menekan puting atau areola, puting dimasukkan ketepi mulut bayi sebelum menyusui. Saat bayi mulai menyusui, ibu tidak perlu lagi memegang payudara atau ditopang dan ibu menatap bayi saat menyusui (Wanaraja & Wanayasa, 2019). Selama 10 menit setelah menyusui, maka hisapan bayi dapat dilepaskan dengan cara memasukkan jari kelingking ibu ke sudut mulut bayi, menekan dagu bayi ke bawah, puting susu tidak perlu ditarik agar terlepas dari mulut bayi (Ayu Pravita Sari Plimbunga, Ora et Labora Palendeng, 2017). Setelah puting susu terlepas dari mulut bayi maka bayi dapat disendawakan sebelum menyusui dengan payudara yang lainnya (Pella, 2018).

Perawatan payudara ibu dan pengaruh dari psikologis ibu dalam menyusui sangat mempengaruhi kelancaran produksi ASI (Anggraini et al., 2020). Perawatan payudara yang sering dilakukan maka produksi ASI juga makin lancar. Ibu menyusui tidak boleh stress karena dapat

menyebabkan berkurangnya produksi ASI. Hal ini mempengaruhi produksi ASI karena yang berperan adalah otak, dimana yang mengatur dan mengendalikan ASI adalah otak (Sulistianingsih, 2018). Pada hari pertama setelah melahirkan biasanya pengeluaran ASI tidak lancar. Hal ini disebabkan oleh rangsangan hormon oksitosin yang kurang dan psikologis ibu yang sangat berperan dalam lancarnya ASI (Rahmawati, 2017). Cara menghindari agar puting susu tidak nyeri dan lecet selama proses menyusui maka tidak dianjurkan menggunakan cairan apapun yang dapat mengiritasi seperti sabun, alkohol, lotion, cream, dan obat-obat yang dapat mengiritasi (Cahyaningrum & Mularsih, 2019).

Menjaga puting susu agar tidak sakit maka dapat menganjurkan ibu dengan cara merubah posisi menyusui. Cara mengurangi puting susu yang sakit maka dapat mengurangi frekuensi dan lamanya menyusui. Jika puting susu masih terasa nyeri, bisa dicari penyebab lainnya (misalnya moniliasis). Puting susu yang mengalami luka atau lecet dapat memudahkan terjadinya infeksi pada payudara atau disebut dengan mastitis (Evayanti, 2019).

Keterbatasan informasi dan edukasi dapat membuat ibu menyusui menghadapi masalah cara menyusui yang kurang baik. Hasil survei dari BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb ditemukan masih banyak ibu menyusui yang belum mengetahui tentang teknik menyusui yang baik dan benar, serta manfaat dan dampak teknik menyusui yang tidak benar. Ibu menyusui mendapatkan informasi tentang teknik menyusui baik dan benar dan memahami serta dapat melaksanakan dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan kesehatan dan kenyamanan ibu dan bayi khususnya ibu yang menyusui. Berbagai masalah akan terjadi apabila ibu yang menyusui banyinya tidak melakukan teknik menyusui dengan baik dan benar. Contohnya yaitu isapan bayi yang kurang baik menyebabkan puting lecet dan terasa nyeri, penegeluaran ASI yang kurang sehingga bayi menolak untuk menyusu, dan cara meletakkan payudara ketika menyusui yang salah (Alifariki & Hajri, 2019).

Adapun keunggulan dari studi ini yaitu dapat memberikan informasi mengenai teknik menyusui yang baik dan benar kepada ibu menyusui yang memiliki bayi dan balita, sehingga ibu menyusui di BPM Indah Kresna M, Amd.Keb bisa menambah pengetahuannya tentang teknik menyusui yang tepat. Kelemahan dari studi ini yaitu hanya dapat memberikan edukasi dan mengetahui pengetahuan ibu menyusui di BPM Indah Kresna M, Amd.Keb melalui kuesioner *pretest* dan *posttest* tetapi tidak dapat melakukan *follow up* dengan apa yang sudah diberikan informasi tentang teknik menyusui serta tidak bisa melihat responden secara langsung mengaplikasikan teknik menyusui yang benar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penyuluhan yang dilakukan tentang teknik menyusui yang baik dan benar di BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang teknik menyusui sebelum diberikan edukasi ada pada kategori sangat kurang. Tingkat pengetahuan ibu menyusui setelah diberikan penyuluhan tentang teknik menyusui ada pada kategori baik. Dalam kegiatan penyuluhan di BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb perlu dilakukan upaya sosialisasi secara berkala mengenai teknik menyusui kepada ibu menyusui, dengan harapan dapat membentuk pola pikir ibu menyusui tentang teknik menyusui yang baik dan benar.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor atas dukungan material guna pelaksanaan penyuluhan edukasi tentang teknik menyusui yang baik dan benar pada ibu yang mempunyai anak terutama ibu menyusui di BPM. Indah Kresna Mulya, Amd.Keb. Ucapan terimakasih ini penulis sampaikan juga kepada ibu menyusui yang telah bersedia menjadi responden dalam penyuluhan ini dan terimakasih juga kepada BPM Indah Kresna Mulya, Amd.Keb yang telah bersedia menjadi tempat penyuluhan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alam, S., & Syahrir, S. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Teknik Menyusui pada Ibu Di Puskesmas Patallang Kabupaten Takalar. *Al-Sihab: Public Health Science Journal*, 8(2), 130–138. <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/as.v8i2.2649>

- Alifariki, L. O., & Hajri, W. O. S. (2019). Pengaruh Bimbingan Teknik Menyusui Terhadap Sikap Ibu Hamil Trimester III Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Majalah Kesehatan*, 6(4), 262–269. <https://doi.org/10.21776/ub.majalahkesehatan.2019.006.04.5>
- Anggraini, D., Marfuah, D., & Puspasari, S. (2020). Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(2), 91. <https://doi.org/10.26753/jikk.v16i2.494>
- Ayu Pravita Sari Plimbunga, Ora et Labora Palendeng, H. B. (2017). Hubungan Posisi Menyusui dengan Kejadian Tersedak pada Bayi di Puskesmas Bahu kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 5, 5–9. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.35790/jkp.v5i1.14890>
- Azka, F., Noor Prastia, T., & Dewi Pertiwi, F. (2020). Gambaran Pengetahuan Ibu tentang Teknik Menyusui di Kelurahan Tegalgundil Kota Bogor. *Promotor*, 3(3), 241. <https://doi.org/10.32832/pro.v3i3.4173>
- Cahyaningrum, F., & Mularsih, S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Cara Menyusui dengan Praktik Menyusui pada Primipara di Puskesmas Brangsong II Kendal. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 2(1), 30–35. <https://doi.org/10.35473/ijm.v2i1.148>
- Evayanti, A. (2019). Teknik Menyusui yang Baik dalam Menurunkan Kejadian Creaked Nippel. *Jurnal SMART Kebidanan*, 5(2). <https://doi.org/10.34310/sjkb.v5i2.204>
- Fauza, R. (2021). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Teknik Menyusui yang Benar di Dusun Abdi Guna Langkat Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 7(2), 85–89. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v7i2.644>
- Fikawati, S., & Syafiq, A. (2019). Study on Policy and Implementation of Exclusive and Early Initiation of Breastfeeding in Indonesia. *Makara Journal of Health Research*, 14(1), 17–24. <https://doi.org/10.7454/msk.v14i1.642>
- Kemendes RI. (2019). Infodatin-Asi. In *Millennium Challenge Account - Indonesia* (pp. 1–2).
- Lisa, U. F., & Ismayucha, N. (2017). Hubungan Keterampilan Teknik Menyusui dengan Kejadian Puting Susu Lecet pada Ibu Post Partum. *Journal Of Healthcare Technology and Medicine*, 3(2), 237. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v3i2.275>
- Mayasari, W., Astutui, A. D., & Rukhuwa, S. (2021). Penyuluhan Tentang Teknik Menyusui Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat (JPMS)*, 2(4), 216–219. <https://doi.org/10.33992/ms.v2i4.1366>
- Mufdillah, Subijanto, Sutisna, E. &, & Akhyar, M. (2017). Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif. *Peduli ASI Eksklusif*, 0–38.
- Mulyani Sri, & Sulistiawan Andika. (2021). Pendidikan Kesehatan Asi Eksklusif dan Teknik Menyusui yang Benar. *Jurnal Karya Abdi*, 5, 515–517.
- Novitasari, Y., Mawati, E. D., & Rachmania, W. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pemberian Asi Eksklusif di Puskesmas Tegal Gundil Kota Bogor Jawa Barat Tahun 2018. *Promotor*, 2(4), 324. <https://doi.org/10.32832/pro.v2i4.2246>
- Pella, M. (2018). *Asuhan Kebidanan berkelanjutan pada Ny. RO di Puskesmas Pembantu Pandai Kabupaten Alor tanggal 23 April s/d 14 Juni 2018*.
- Rahmawati, N. I. (2017). Pendidikan Ibu Berhubungan dengan Teknik Menyusui pada Ibu Menyusui yang Memiliki Bayi Usia 0-12 Bulan. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 11. [https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(1\).11-19](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(1).11-19)
- Romlah, R., & Sari, A. P. (2019). Faktor Risiko Ibu Menyusui dengan Produktif Asi Di Puskesmas 23 Ilir Kota Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(1), 32–37. <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i1.285>

Subekti, R. (2019). Teknik Menyusui yang Benar di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 6(1), 45–49. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v6i1.550>

Suhartika, F. (2018). Peningkatan Pengetahuan Tentang Posisi, Langkah Menyusui yang Benar dan Frekuensi Serta Lama Menyusui Terhadap Perilaku Menyusui pada Ibu Pasca Salin Di Kota Bogor. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"*1(2), 40–44.

Sulistianingsih, A. (2018). Faktor Risiko yang Berpengaruh Terhadap Teknik Menyusui Pada Ibu Nifas. *Gaster*, 16(2), 117. <https://doi.org/10.30787/gaster.v16i2.300>

UNICEF. (2017). Laporan Breastfeeding Scorecard. *Laporan Breastfeeding Scorecard*, 2, 1–10.

Wanaraja, D. I. D., & Wanayasa, K. (2019). *Teknik menyusui yang benar di desa wanaraja, kecamatan wanayasa kabupaten banjarnegara*. 6(1), 45–49. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v6i1.550>