

EDUKASI ASI EKSKLUSIF BAGI IBU HAMIL UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN MENYUSUI DAN KESEHATAN BAYI SEJAK DINI DI KOTA TARAKAN

Reza Bintangdari Johan¹⁾, Susanti²⁾, Idha Farahdiba³⁾, Annisa Eka Permatasari⁴⁾, Eka Darmayanti Putri Siregar^{5*)}

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Borneo Tarakan, Kota Tarakan, Kalimantan Utara

*) Email Koresponden: ekadarmayanti96@ubt.ac.id

ABSTRAK

Angka Kematian Bayi (AKB) masih menjadi permasalahan serius di Indonesia, tak terkecuali di wilayah Kota Tarakan. yang sebagian disebabkan oleh infeksi dan diare. Infeksi dan diare pada bayi dapat dicegah melalui pemberian ASI eksklusif yang indikatornya terlihat dari persentase ibu yang memberikan ASI eksklusif di masyarakat. Rendahnya cakupan tersebut sering kali disebabkan oleh terbatasnya pengetahuan ibu mengenai manfaat menyusui, baik bagi kesehatan bayi maupun dirinya sendiri. Langkah strategis yang dapat dimanfaatkan guna mendorong peningkatan praktik pemberian ASI eksklusif adalah melalui pemberian edukasi efektif dan terstruktur kepada ibu. Kegiatan ini bertujuan memberikan pemahaman tepat pada ibu hamil terkait ASI eksklusif. Kegiatan berlangsung di rumah Kader Kelurahan Juata Laut, Tarakan Utara tanggal 23 Agustus 2024. Metode yang digunakan adalah ceramah dengan pendekatan edukasi kesehatan. Kegiatan ini diikuti oleh tujuh ibu hamil dan dilaksanakan bersamaan dengan kelas ibu hamil. Instrumen berupa kuesioner dengan 15 item pernyataan tentang ASI eksklusif dengan nilai validitas 0,973. Tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan, dan post-test sebagai bagian dari evaluasi menunjukkan 5 (71%) ibu hamil, memiliki tingkat pengetahuan yang baik dalam hal ASI eksklusif. Sebanyak 4 orang (57%) beranggapan bahwa menyusui dapat menyebabkan kenaikan berat badan, 1 orang (14%) belum memahami manfaat menyusui dalam mencegah kanker payudara, dan 5 orang (71%) belum mengetahui fungsi menyusui sebagai kontrasepsi alami. Pendekatan secara edukasi kesehatan terbukti efektif dalam memberikan pemahaman tepat pada ibu hamil. Edukasi lanjutan oleh tenaga kesehatan dengan pendekatan komprehensif sejak kehamilan diperlukan guna mendukung praktik menyusui yang optimal dan berkelanjutan.

Kata Kunci: *ASI Eksklusif, Edukasi, Ibu Hamil, Pengetahuan, Tarakan*

Exclusive Breastfeeding Education for Pregnant Women to Improve Early Breastfeeding Readiness and Infant Health in Tarakan City

ABSTRACT

Infant Mortality Rate (IMR) still poses a health concern in Indonesia, including in Tarakan, some cases are caused by infections and diarrhea. Exclusive breastfeeding can help prevent these conditions in infants. The extent of this practice can be observed through exclusive breastfeeding coverage in the community. Limited maternal understanding of the advantages of breastfeeding for both the baby and the mother is frequently linked to low coverage. One effective strategy to address this issue is providing structured and effective education. This activity aimed to improve pregnant women's understanding of exclusive breastfeeding. It was conducted on August 23, 2024, at the home of a community health volunteer in Juata Laut Subdistrict, North Tarakan. The method was a lecture combined with a health education approach and was attended by seven pregnant women and held alongside a routine antenatal class. The assessment instrument used was a 15-item questionnaire on exclusive breastfeeding, with a validity score of 0.973. Three stages made up the activity: preparation, carrying out the activity, and post-test evaluation. Results showed that 5 out of 7 participants (71%) had good knowledge of exclusive breastfeeding. However, 4 participants (57%) believed that breastfeeding leads to weight gain, 1 participant (14%) did not recognize its role in preventing breast cancer, and 5 participants (71%) were unaware of its contraceptive

function. Health education proved effective in increasing knowledge, though continued and comprehensive efforts during pregnancy are needed to support optimal breastfeeding practices.

Keywords: *Exclusive Breastfeeding, Education, Pregnant Women, Knowledge, Tarakan*

PENDAHULUAN

Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan indikator utama dalam menilai tingkat kesehatan masyarakat. AKB merujuk pada jumlah kematian bayi di bawah usia satu tahun per 1.000 kelahiran hidup dalam jangka waktu satu tahun. Pada laporan tahunan Kemenkes tercatat periode neonatal menjadi waktu dengan angka kematian tertinggi, mencapai 27.530 kematian (Kemenkes RI, 2024). Kasus kematian bayi di Kota Tarakan tahun 2023 juga turut menjadi perhatian sebab terdapat 32 kasus dengan penyebab; 15 kasus BBLR, 11 asfiksia, 1 infeksi, 2 diare dan 3 kasus lain (Dinas Kesehatan Kota Tarakan, 2024b).

Infeksi dan diare pada bayi dapat dicegah dengan cara praktik pemberian ASI tanpa tambahan lainnya (Frank et al., 2019; Ganbold et al., 2025; WHO, 2025). Keberhasilan praktik tergambar dari cakupan ASI eksklusif. Secara global mengalami tren positif dengan peningkatan 10% dalam satu dekade terakhir, mencapai 48% (UNICEF dan WHO, 2023). Cakupan di Indonesia mencapai 63,90% tahun 2023 (Kemenkes RI, 2024). Kalimantan Utara 45,4%, meningkat menjadi 73,71% pada 2024 (Badan Pusat Statistik, 2025). Cakupan di Kota Tarakan tahun 2023 dan 2024 adalah 64,6% dan 63,90% (Dinas Kesehatan Kota Tarakan, 2025). Puskesmas Juata menduduki peringkat ketiga dalam hal cakupan terendah (63,3%) diantara lima puskesmas lainnya (Dinas Kesehatan Kota Tarakan, 2024a).

Rendahnya cakupan ASI eksklusif dipengaruhi kurangnya pengetahuan tentang manfaat ASI, minimnya dukungan keluarga, rasa malu, sikap negatif, masalah laktasi, pekerjaan, serta hambatan dalam layanan kesehatan (Ilyas I, 2022). Faktor lain meliputi kunjungan antenatal, perencanaan kehamilan, pengalaman menyusui sebelumnya, metode persalinan, gangguan medis saat hamil, usia, pengetahuan, sikap, serta rendahnya efikasi diri ibu (Ibrahim et al., 2023).

ASI bermanfaat bagi ibu dan anak; pada ibu, menurunkan risiko kanker payudara, ovarium, serta hipertensi, sedangkan pada anak menurunkan risiko infeksi, obesitas, diabetes, dan asma (Muro-Valdez et al., 2023). Menyusui juga mengurangi risiko depresi dan kecemasan pascapersalinan, serta meningkatkan kepercayaan diri (Modak et al., 2023). Menyusui juga menurunkan risiko depresi pascapersalinan dan meningkatkan kepercayaan diri. Anak yang memperoleh ASI eksklusif dilaporkan memiliki tingkat intelegensi lebih tinggi (WHO, 2025).

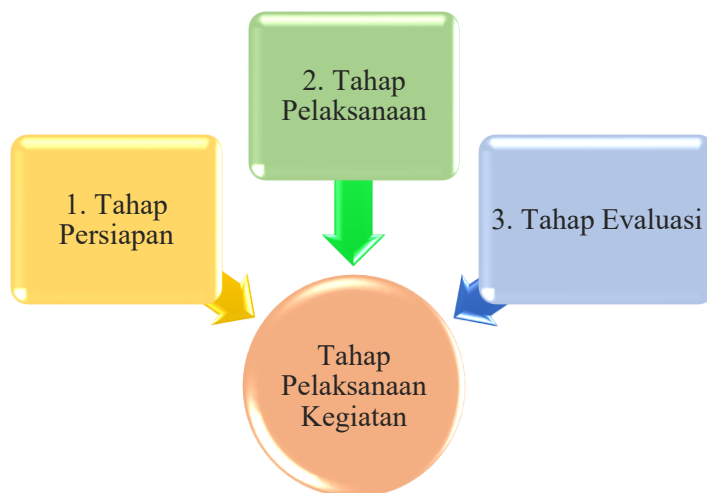
Intervensi berbasis faktor prediktif dapat meningkatkan intensi menyusui. Edukasi yang disesuaikan dengan kebutuhan ibu terbukti efektif, terutama melalui konseling saat antenatal care, edukasi di posyandu, dan kelas ibu hamil (Gayatri, 2021; Lokossou et al., 2022; Supeni et al., 2022). Edukasi ASI eksklusif pada ibu hamil berperan penting dalam keberhasilan menyusui. Ibu yang memperoleh informasi dan pendampingan sejak masa kehamilan lebih siap secara fisik dan mental untuk menyusui (Dina et al., 2023; Kehinde et al., 2023).

Edukasi ini juga membantu mengatasi hambatan seperti kurangnya pengetahuan, dukungan sosial, dan mitos terkait menyusui. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini memiliki tujuan memberikan informasi edukatif tentang ASI eksklusif sejak masa kehamilan hingga akhirnya dapat berkontribusi sebagai upaya meningkatkan kesehatan ibu dan anak sekaligus mengurangi morbiditas dan mortalitas di masa mendatang.

METODOLOGI

Tanggal 23 Agustus 2024 menjadi waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat melalui edukasi kesehatan pada ibu hamil untuk meningkatkan pemahaman tentang ASI eksklusif. Kegiatan ini melibatkan tujuh ibu hamil yang berpartisipasi dalam kelas kehamilan. Pengabdian dilakukan di rumah kader yang berlokasi di Kelurahan Juata Laut, Kecamatan Tarakan Utara, Kota Tarakan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang ASI eksklusif yang terdiri dari 15 pernyataan yang menguraikan definisi, manfaat, dan cara pemberian. Hasil uji validitas kuesioner yaitu $0,973 > 0,7$ artinya kuesioner layak digunakan. Ada tiga tahapan kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian ini yaitu persiapan dan pelaksanaan serta kegiatan evaluasi.

Tahap pertama; persiapan yaitu tim pengabdian melakukan diskusi dalam pembuatan media leaflet tentang ASI eksklusif, selanjutnya tim melakukan koordinasi kepada pihak Puskesmas Juata yaitu bidan penanggungjawab kelas ibu hamil dalam teknis pelaksanaan kegiatan pengabdian. Tahap kedua; pelaksanaan yaitu kegiatan ini dilakukan di kelas ibu hamil dengan pemberian edukasi dalam bentuk penyuluhan dan diskusi tentang ASI eksklusif. Ibu hamil diberikan beberapa pertanyaan sebelum penyuluhan dilakukan guna mengetahui seberapa paham mereka tentang ASI eksklusif, selanjutnya diberikan leaflet yang berisikan materi edukasi ASI eksklusif kemudian dilakukan penyuluhan. Tahap ketiga; penilaian pemahaman melalui *post-test* pasca diberikan edukasi kesehatan. Hal ini dilakukan sebagai bentuk evaluasi guna menilai pemahaman ibu dengan indikator keberhasilan berupa pemahaman peserta yang lebih baik.



Gambar 1. Bagan Alir Kegiatan PKM

HASIL

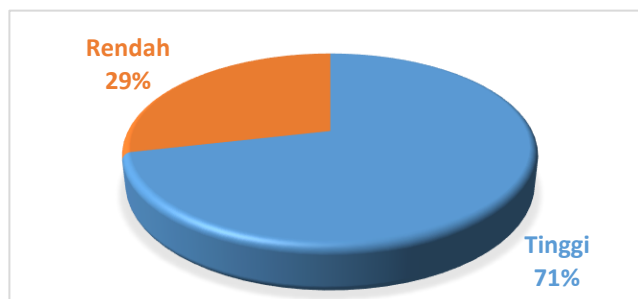
Kegiatan pengabdian masyarakat telah dilaksanakan di kediaman salah satu kader yang berlokasi di Kelurahan Juata Laut, Kecamatan Tarakan Utara, Kota Tarakan pada Kegiatan dilaksanakan tanggal 23 Agustus 2024 ketika kelas ibu hamil dengan jumlah peserta tujuh ibu hamil. Kegiatan juga dihadiri kader posyandu. Edukasi kesehatan berlangsung selama satu jam, mencakup pembukaan, penyampaian materi, diskusi, dan evaluasi



Gambar 2 Pelaksanaan Edukasi Kesehatan tentang Pentingnya ASI Eksklusif dan dilanjutkan dengan *Post-test* Pemahaman

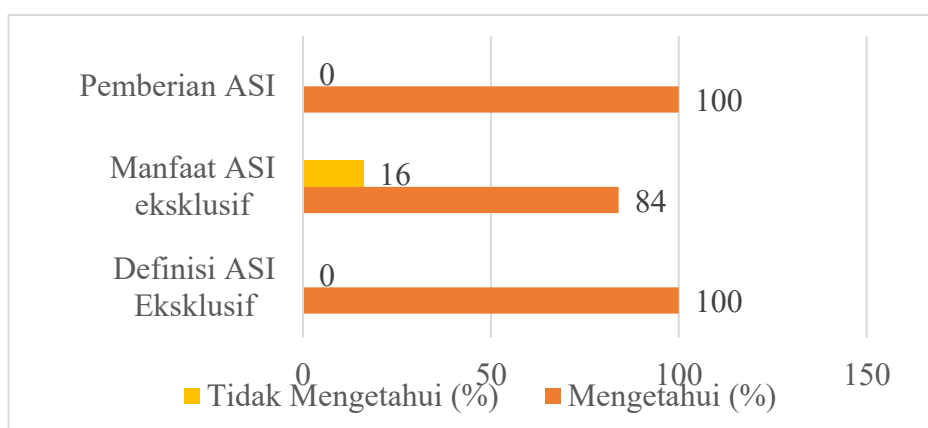
Selama proses penyuluhan, peserta terlihat sangat antusias dan memberikan perhatian penuh terhadap materi yang disampaikan. Pada akhir pemberian edukasi, para peserta juga aktif bertanya mengenai cara yang tepat dalam pemberian ASI eksklusif. Tim kegiatan selanjutnya mengevaluasi pemahaman peserta melalui pengukuran pemahaman tentang ASI eksklusif. Pengukuran dilaksanakan pasca para peserta menerima materi

edukasi tentang ASI eksklusif. Hasil yang diperoleh adalah sebanyak 5 (71%) ibu hamil memiliki pengetahuan tentang ASI eksklusif dalam kategori tinggi sementara 2 (29%) lainnya dalam kategori rendah. Hal ini berarti, hampir sebagian besar responden sudah memahami pentingnya ASI eksklusif (Gambar 3)



Gambar 3 Pengetahuan Ibu hamil tentang ASI eksklusif

Data per item pernyataan menyajikan pemahaman ibu hamil meliputi tiga hal. Hasilnya seluruh peserta mengetahui definisi, pemberian ASI eksklusif sementara 16% lainnya belum memiliki pemahaman yang baik tentang manfaat ASI (Gambar 4).



Gambar 4 Distribusi Pengetahuan Ibu Hamil per Item Pernyataan tentang ASI eksklusif

Sebanyak 15 pernyataan yang diberikan kepada ibu hamil sebagai instrumen pengukuran pengetahuan. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden mampu memilih jawaban pernyataan dengan benar, sementara beberapa dari mereka masih memiliki pemahaman yang salah terkait ASI eksklusif, sehingga dibutuhkan suatu strategi dalam bentuk edukasi komprehensif pada setiap jadwal kelas ibu hamil agar pemahaman yang tepat terkait ASI eksklusif meningkat dan siap melaksanakan praktik pemberian ASI.

PEMBAHASAN

Sebanyak 15 pernyataan mengenai ASI eksklusif diberikan kepada ibu hamil sebagai instrumen pengukuran pengetahuan. Temuan menunjukkan bahwa mayoritas responden secara umum dapat menjawab dengan tepat. Hampir setengah dari mereka belum mengetahui bahwa menyusui dapat berfungsi sebagai kontrasepsi alami.

Sebagian besar ibu hamil masih memiliki persepsi keliru, seperti anggapan bahwa menyusui menyebabkan kenaikan berat badan, serta kurangnya pemahaman bahwa menyusui berperan penting dalam pencegahan kanker payudara. Temuan ini mengindikasikan perlunya edukasi menyeluruh dan berkesinambungan pada setiap sesi kelas ibu hamil, guna meningkatkan kesadaran dan kesiapan fisik serta mental dalam menerapkan praktik menyusui secara optimal.

Laktasi merupakan proses alamiah, namun banyak ibu mengalami kesulitan sehingga gagal memberikan ASI eksklusif. ASI merupakan asupan gizi paling ideal untuk bayi karena mengandung seluruh nutrisi penting pertumbuhan dan perkembangan sangv anak (Muro-Valdez et al., 2023b). Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan telah terbukti secara ilmiah mendukung pertumbuhan dan kesehatan bayi secara optimal, mendukung pertumbuhan, mencegah malnutrisi, meningkatkan fungsi otak, serta mengurangi risiko gizi buruk dan obesitas. ASI juga berperan sebagai vaksin pertama yang memberikan kekebalan tubuh bagi bayi (Seftia et al., 2020).

Salah satu manfaat menyusui yang jarang diketahui adalah fungsinya sebagai kontrasepsi alami dengan efektivitas mencapai 98%, jika dilakukan secara eksklusif, siang dan malam, dalam enam bulan pertama pasca persalinan (Eticha et al., 2023; Jannah et al., 2023). Efek ini terjadi karena menyusui meningkatkan kadar prolaktin yang menekan sekresi hormon GnRH, sehingga menghambat pelepasan LH dan FSH, yang penting dalam proses ovulasi.

Manfaat menyusui selanjutnya sebagai kontrasepsi, Aktivitas menyusui turut berperan dalam mengurangi kemungkinan ibu mengalami kanker ovarium dan payudara (Abraham et al., 2023; Obeagu & Obeagu, 2024; Ye et al., 2024) Penekanan ovulasi menyebabkan tubuh lebih sedikit terpapar estrogen, hormon yang berperan dalam perkembangan sel kanker payudara. Proses menyusui juga mendorong diferensiasi sel epitel payudara dan membantu mengeliminasi sel-sel dengan kerusakan DNA (Stordal, 2023). Penurunan risiko kanker ovarium berkaitan dengan tertundanya ovulasi, sehingga mengurangi frekuensi regenerasi sel epitel ovarium yang rentan mengalami mutasi (Babic et al., 2020).

Tingkat keberhasilan dalam memberikan ASI eksklusif sangat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk pengetahuan ibu tentang pentingnya dan cara pemberian ASI yang benar. Pengetahuan adekuat dan sikap positif terhadap menyusui berperan penting dalam praktik ini (Dukuzumuremyi et al., 2020). Kegiatan edukasi menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki pemahaman yang baik tentang ASI eksklusif, namun masih terdapat yang belum mengetahui manfaat lain dari menyusui. Pengetahuan tentang manfaat ASI eksklusif akan membantu ibu untuk siap melaksanakan praktik pemberian ASI (Ibrahim et al., 2023).

Wawasan ibu terkait pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan dan dukungan lingkungan (Asnidawati & Ramdhan, 2021). Pemberdayaan keluarga perlu ditingkatkan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung menyusui.

Kelas ibu hamil berperan sebagai sarana edukasi dan berbagi pengalaman, sehingga dapat memperkuat kesiapan dan keputusan ibu dalam menyusui. Dukungan sarana dan strategi yang efektif untuk mendorong peningkatan praktik pemberian ASI eksklusif, agar manfaat kesehatan bagi ibu dan bayi dapat tercapai secara optimal. sebagai investasi kesehatan masyarakat (Suprpto et al., 2024).

Sebanyak 71% peserta memiliki pengetahuan baik tentang manfaat ASI eksklusif, sementara 29% lainnya masih tergolong rendah. Faktor penyebabnya meliputi kurangnya informasi selama kehamilan, minimnya pengalaman menyusui, serta belum optimalnya penyampaian manfaat jangka panjang ASI dalam edukasi, meski begitu, mayoritas ibu telah memahami manfaat utama ASI eksklusif seperti pemenuhan gizi, perlindungan dari infeksi, dan penguatan ikatan ibu-anak. Pemahaman ini penting untuk mendorong praktik menyusui sejak dini. Oleh karena itu, edukasi dan evaluasi rutin dalam kelas ibu hamil perlu ditingkatkan agar ibu lebih siap dan berkomitmen untuk menerapkan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama masa bayi.

Penggunaan instrumen yang tepat juga merupakan kunci keberhasilan edukasi. Pada kegiatan ini, leaflet digunakan sebagai media pendukung karena mampu menarik minat peserta dan menjadi sumber informasi yang dapat dibaca ulang di rumah. Pendekatan visual melalui leaflet membantu peserta memahami materi secara lebih efektif. Leaflet juga terbukti efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan, khususnya terkait kehamilan dan persiapan menyusui. Media ini berkontribusi dalam upaya memperluas wawasan ibu hamil terkait ASI eksklusif (Prihatin & Elvinasari, 2020).

Edukasi tentang ASI eksklusif sebaiknya diberikan sejak masa kehamilan untuk meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif (Jack et al., 2024). Pendekatan melalui edukasi, konseling, dan dukungan selama kehamilan terbukti meningkatkan motivasi ibu hamil dalam menyusui secara eksklusif. Faktor lain yang memengaruhi kesiapan ibu adalah peran tenaga kesehatan, keluarga, dan lingkungan sosial (Emilda et al., 2024). Pengetahuan yang diperoleh dari edukasi tersebut mendorong ibu untuk memilih dan menjalankan pemberian ASI eksklusif (Ramayani, 2023), sehingga mendukung kesehatan jangka panjang ibu dan bayi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Kelurahan Juata Laut berjalan dengan sukses dalam memberikan pemahaman yang tepat kepada Ibu hamil terkait ASI eksklusif. Lima dari tujuh ibu hamil (71%) menunjukkan pemahaman baik, kendati pengetahuan tentang manfaat menyusui sebagai kontrasepsi alami, penurunan berat badan, dan pencegah kanker masih terbatas. Kelas ibu hamil merupakan sarana strategis dalam memberikan edukasi. Tenaga kesehatan perlu menyampaikan edukasi tentang manfaat menyusui, menggunakan media edukatif dalam penyampaian edukasi, dan mengoptimalkan pelaksanaan kelas ibu hamil serta mengevaluasi kegiatan secara rutin untuk memperkuat kesiapan fisik dan mental ibu dalam menyusui.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Borneo Tarakan dan Puskesmas Juata Kota Tarakan atas dukungan dalam kegiatan pengabdian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, M., Lak, M. A., Gurz, D., Nolasco, F. O. M., Kondraju, P. K., & Iqbal, J. (2023). A Narrative Review of Breastfeeding and Its Correlation With Breast Cancer: Current Understanding and Outcomes. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.44081>
- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. (2021). Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 156–162. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.548>
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan yang Mendapatkan ASI Eksklusif Menurut Provinsi (Persen) Tahun 2024*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTM0MCMY/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>
- Dina, R. A., Mustaqimah, M., Mustafidiyah, N. H., Khawariz, M., Fadhilah, M. H., Dewanthi, S. A., Zakia Elyas, U., Rahmawati, A. D., Raiyardhi, Y., Istiqomah, N., & Br Lingga, R. K. (2023). Edukasi Praktik Pemberian Asi Eksklusif Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Baduta. *Abdimas Galuh*, 5(1), 831–840.
- Dinas Kesehatan Kota Tarakan. (2024a). *Cakupan ASI Eksklusif di Puskesmas Kota Tarakan Tahun 2024*.
- Dinas Kesehatan Kota Tarakan. (2024b). *Profil Kesehatan Kota Tarakan Tahun 2023*.
- Dinas Kesehatan Kota Tarakan. (2025). *Laporan Evaluasi Bulan Laporan Program Gizi Tahun 2024*.
- Dukuzumuremyi, J. P. C., Acheampong, K., Abesig, J., & Luo, J. (2020). Knowledge, attitude, and practice of exclusive breastfeeding among mothers in East Africa: A systematic review. In *International Breastfeeding Journal* (Vol. 15, Issue 1). BioMed Central. <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00313-9>
- Emilda, E., Asmanidar, A., Veri, N., & Laila, A. (2024). The Impact Of Exclusive Breastfeeding Promotion On Increasing The Interest Of Pregnant Women In Exclusive Breastfeeding. *International Journal of Health & Medical Research*, 03(06). <https://doi.org/10.58806/ijhmr.2024.v3i06n18>
- Eticha, T. G., Girma, S., Mamo, G., Asefa, F., Birhanu, A., Taye, B., Alemu, A., Nigussie, K., Gedefaw, A., Genet, T., Amenu, D., Mekuria, T., & Tura, A. K. (2023). Effectiveness of Lactational Amenorrhea Method in Ethiopia: A Multi-Center Prospective Cohort Study. *Open Access Journal of Contraception*, Volume 14, 149–157. <https://doi.org/10.2147/oajc.s425574>

- Frank, N. M., Lynch, K. F., Uusitalo, U., Yang, J., Lönnrot, M., Virtanen, S. M., Hyöty, H., & Norris, J. M. (2019). The relationship between breastfeeding and reported respiratory and gastrointestinal infection rates in young children. *BMC Pediatrics*, 19(1), 339. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1693-2>
- Ganbold, G., Farnaz, N., Scutts, T., Borg, B., & Mahrshahi, S. (2025). The Association Between Exclusive Breastfeeding and Diarrhoea Morbidity in Infants Aged 0–6 Months: A Rapid Review and Meta-Analysis. In *Maternal and Child Nutrition*. John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1111/mcn.70042>
- Gayatri, M. (2021). Exclusive Breastfeeding Practice in Indonesia: A Population-Based Study. *Korean Journal of Family Medicine*, 42(5), 395–402. <https://doi.org/10.4082/kjfm.20.0131>
- Ibrahim, H. A., Alshahrani, M. A., Al-Thubaity, D. A. D., Sayed, S. H., Almedhesh, S. A., & Elgzar, W. T. (2023). Associated Factors of Exclusive Breastfeeding Intention among Pregnant Women in Najran, Saudi Arabia. *Nutrients*, 15(13). <https://doi.org/10.3390/nu15133051>
- Ilyas I, H. V. S. A. A. HMT. (2022). Breastfeeding Education Package for Working Women to Increase Breastfeeding Self-Efficacy, and Breastfeeding Outcome in Tanjungpinang City. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 14(03).
- Jack, A., Mullin, C., Brown, E., Burtner, M., Standish, K. R., Fields, A., Rosen-Carole, C., & Hartman, S. (2024). Academy of Breastfeeding Medicine Clinical Protocol #19: Breastfeeding Promotion in the Prenatal Period (Revised 2024). *Breastfeeding Medicine*, 19(8), 575–587. <https://doi.org/10.1089/BFM.2024.0203>
- Jannah, P. I., Eliana, D., Trisasri, R., Yanuari, N. P., Dwi Marga, A., & Saputra, R. K. (2023). Analisis Efektifitas Metode Amenorehea Laktasi Pada Ibu Nifas-Systematic Review. 1(02). <https://e-journal.naureendigiton.com/index.php/mj>
- Kehinde, J., O'Donnell, C., & Grealish, A. (2023). The effectiveness of prenatal breastfeeding education on breastfeeding uptake postpartum: A systematic review. *Midwifery*, 118, 103579. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.midw.2022.103579>
- Kemenkes RI. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Kemenkes RI.
- Lokossou, G. A. G., Kouakanou, L., Schumacher, A., & Zenclussen, A. C. (2022). Human Breast Milk: From Food to Active Immune Response With Disease Protection in Infants and Mothers. In *Frontiers in Immunology* (Vol. 13). Frontiers Media S.A. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2022.849012>

- Modak, A., Ronghe, V., & Gomase, K. P. (2023). The Psychological Benefits of Breastfeeding: Fostering Maternal Well-Being and Child Development. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.46730>
- Muro-Valdez, J. C., Meza-Rios, A., Aguilar-Uscanga, B. R., Lopez-Roa, R. I., Medina-Díaz, E., Franco-Torres, E. M., & Zepeda-Morales, A. S. M. (2023a). Breastfeeding-Related Health Benefits in Children and Mothers: Vital Organs Perspective. In *Medicina (Lithuania)* (Vol. 59, Issue 9). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/medicina59091535>
- Muro-Valdez, J. C., Meza-Rios, A., Aguilar-Uscanga, B. R., Lopez-Roa, R. I., Medina-Díaz, E., Franco-Torres, E. M., & Zepeda-Morales, A. S. M. (2023b). Breastfeeding-Related Health Benefits in Children and Mothers: Vital Organs Perspective. In *Medicina (Lithuania)* (Vol. 59, Issue 9). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/medicina59091535>
- Obeagu, E. I., & Obeagu, G. U. (2024). Exploring the profound link: Breastfeeding's impact on alleviating the burden of breast cancer - A review. In *Medicine (United States)* (Vol. 103, Issue 15, p. E37695). Lippincott Williams and Wilkins. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000037695>
- Prihatin Idris, F., & Elvinasari, R. (2020). *Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan ibu tentang ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Tinggimoncong Kabupaten Gowa*. 3(1), 2020.
- Ramayani. (2023). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif*. 15(1), 15–23. <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/>
- Seftia, B. A., Novianti, & Maryani, D. (2020). Implementation of Lactation Management. *Journal of Midwifery*, 8, 15–23.
- Stordal, B. (2023). Breastfeeding reduces the risk of breast cancer: A call for action in high-income countries with low rates of breastfeeding. In *Cancer Medicine* (Vol. 12, Issue 4, pp. 4616–4625). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1002/cam4.5288>
- Supeni, St., Jariyah, A., & S, H. (2022). Antenatal Class Increases Knowledge and Attitude of Pregnant Women in Succeeding Early Breastfeeding Initiation. *Journal of Asian Multicultural Research for Medical and Health Science Study*, 3(2), 69–78. <https://doi.org/10.47616/jamrmhss.v3i2.294>
- Supraptoa, Kamaruddin, M. I., Herlianty, & Nurhanifah, D. (2024). Building Nurse Competency Strategy at Public Health Center in Indonesia: A Descriptive Qualitative Approach. *Malaysian Journal of Nursing*, 15(3), 62–70. <https://doi.org/10.31674/mjn.2024.v15i03.008>

UNICEF and WHO. (2023). *Global Breastfeeding Scorecard 2023 Rates Of Breastfeeding Increase Around The World Through Improved Protection And Support*. <https://www.unicef.org/documents/global-breastfeeding-scorecard-2023>

WHO. (2025). *Breastfeeding*. https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1

Ye, D.-M., Bai, X., Xu, S., Qu, N., Zhao, N., Zheng, Y., Yu, T., & Wu, H. (2024). Association between breastfeeding, mammographic density, and breast cancer risk: a review. *International Breastfeeding Journal*, 19(1), 65. <https://doi.org/10.1186/s13006-024-00672-7>