

PEMBERDAYAAN IBU DAN EDUKASI LAKTASI TERINTEGRASI GUNA PENINGKATAN CAPAIAN ASI EKSKLUSIF

Siti Amallia¹, Anur Rohmin², Era Mardia Sari³, Meta Rosdiana⁴, Helni Anggraini⁵, Nelly Mariyam⁶, Nur Purnama Sari⁷, Ramesia Ratnawati⁸

Program Studi D-III Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Khadijah, Jl. Demang Lebar Daun Lorok Pakjo Palembang

Email : azesilia.89@gmail.com¹, anurrohmin@gmail.com², eramardiasari@gmail.com³, rosdiana.meta76@gmail.com⁴, helnianggraini589@gmail.com⁵, nellymariyam88@gmail.com⁶, nurpurnamasarinps@gmail.com⁷, ramesiaratna@gmail.com⁸

ABSTRAK

Latar Belakang: Kolostrum pada air susu ibu (ASI) kaya akan antibodi dan protein penunjang daya tahan tubuh yang efektif mematikan kuman, sehingga pemberian ASI eksklusif berkontribusi signifikan dalam menurunkan angka kematian bayi. Namun, pemahaman masyarakat mengenai pentingnya praktik ini sering kali masih terbatas. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil serta ibu dengan anak usia di bawah dua tahun (baduta) mengenai pemberian ASI Eksklusif. **Metode:** Intervensi dilakukan melalui metode ceramah, tanya jawab, dan diskusi interaktif menggunakan media cetak berupa *flip chart* (lembar balik) dan selebaran (*leaflet*). Kegiatan dilaksanakan pada 1 Desember 2025 di Puskesmas Pemulutan, Kabupaten Ogan Ilir, dengan melibatkan 20 peserta. **Hasil:** Evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang substansial. Sebelum diberikan edukasi kesehatan, hanya 4 peserta (20%) yang memiliki tingkat pengetahuan berkategori baik. Setelah intervensi, jumlah peserta dengan pengetahuan berkategori baik meningkat drastis menjadi 17 orang (85%). **Kesimpulan:** Edukasi kesehatan menggunakan media cetak terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu secara signifikan. Pendekatan ini diharapkan dapat mendorong kemandirian ibu dalam memberikan ASI eksklusif guna mengoptimalkan imunitas bayi dan mencegah berbagai penyakit infeksi.

Kata Kunci: ASI Eksklusif, Edukasi Kesehatan, Pengetahuan Ibu, Pemberdayaan Ibu.

ABSTRACT

Background: Colostrum in breast milk is highly rich in antibodies and immune-boosting proteins that effectively eliminate pathogens, making exclusive breastfeeding crucial in reducing infant mortality rates. However, community awareness regarding this practice remains sub-optimal. **Objective:** This community service activity aimed to enhance the knowledge and awareness of pregnant women and mothers of infants under two years old regarding exclusive breastfeeding practices. **Methods:** The health education intervention employed lectures, question-and-answer sessions, and interactive discussions supported by printed media, including flip charts and leaflets. The activity was conducted on December 1, 2025, at the Pemulutan Public Health Center, Ogan Ilir Regency, involving 20 participants. **Results:** The evaluation demonstrated a substantial improvement in the participants' knowledge. Prior to the intervention, only 4 participants (20%) possessed a good level of knowledge. Following the health education session, this figure increased significantly to 17 participants (85%). **Conclusion:** Health education utilizing printed media is highly effective in improving maternal knowledge. This continuous initiative is expected to empower mothers to practice exclusive breastfeeding, thereby optimizing infant immunity and preventing various infectious diseases.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Health Education, Maternal Knowledge, Maternal Empowerment.

PENDAHULUAN

ASI mengandung kolostrum yang kaya antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Kolostrum berwarna kekuningan yang dihasilkan pada hari pertama sampai dengan hari ketiga. Hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalornya lebih tinggi dengan warna susu yang lebih putih. Selain mengandung zat makanan, ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus. Susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi (Kemenkes RI, 2024).

ASI adalah sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir, yang mana ASI ini bersifat eksklusif sebab pemberiannya berlaku pada bayi berusia 0 bulan sampai 6 bulan. Dalam fase ini harus diperhatikan dengan benar mengenai pemberian dan kualitas ASI, supaya tak mengganggu tahap perkembangan si kecil selama enam bulan pertama semenjak Hari Pertama Lahir (HPL), mengingat periode tersebut merupakan masa periode emas perkembangan anak sampai menginjak usia 2 tahun (Kemenkes RI, 2023).

ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral), sebagaimana disebutkan dalam Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif. Dalam fase ini harus diperhatikan dengan benar mengenai pemberian dan kualitas ASI, supaya tak mengganggu tahap perkembangan si kecil selama enam bulan pertama semenjak Hari Pertama Lahir (HPL), mengingat periode tersebut merupakan masa periode emas perkembangan anak sampai menginjak usia 2 tahun (Kemenkes RI, 2024).

Secara global, penelitian menunjukkan bahwa bayi yang tidak disusui memiliki kemungkinan 14 kali lebih besar meninggal sebelum ulang tahun pertama mereka, dibandingkan dengan mereka yang disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama. Ada juga bukti bahwa anak-anak yang disusui memiliki hasil yang lebih baik pada tes kecerdasan, dengan peningkatan IQ sebesar 3 hingga 4 poin, lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami obesitas atau kelebihan berat badan, dan memiliki risiko diabetes yang lebih rendah di kemudian hari. Praktik pemberian ASI yang optimal dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak di bawah usia lima tahun setiap tahun dan mencegah 20.000 kasus kanker payudara pada wanita setiap tahunnya (WHO, 2024).

Selama enam tahun terakhir, telah terjadi lonjakan pemberian ASI eksklusif di Indonesia selama 6 bulan pertama kehidupan seorang anak – dari 52% pada tahun 2017 menjadi 68% pada tahun 2023. Namun, tantangan yang signifikan masih ada pada tahap bayi baru lahir. Survei Kesehatan Nasional (SKI, 2023) menemukan bahwa hanya 27% bayi baru lahir yang menerima ASI pada jam pertama, bahwa satu dari lima bayi diberi makanan atau cairan selain ASI dalam tiga hari pertama, dan bahwa hanya 14% yang mengalami kontak kulit ke kulit setidaknya selama satu jam segera setelah lahir. Inisiasi menyusui dini – menyusui pada bayi baru lahir dalam jam pertama kehidupan – sangat penting untuk kelangsungan hidup bayi baru lahir dan membangun pemberian ASI jangka panjang. Penundaan pemberian ASI setelah lahir dapat berakibat fatal. UNICEF dan WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dimulai dalam waktu satu jam setelah lahir. Melanjutkan pemberian ASI eksklusif – tanpa makanan lain – selama enam bulan pertama meningkatkan perkembangan sensorik dan kognitif serta melindungi bayi dari penyakit menular dan kronis.

Cakupan bayi berusia 6 bulan mendapat ASI eksklusif tahun 2023 yaitu sebesar 63,9%. Capaian tersebut telah mencapai target program tahun 2023 yaitu 50%. Persentase cakupan pemberian ASI eksklusif tertinggi pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (81,1%), sedangkan persentase terendah di Provinsi Papua Barat (10,9%). Terdapat 14 (empat belas) provinsi yang belum mencapai target program tahun 2023, yaitu Provinsi Kalimantan Utara, Riau, Maluku Utara, Sumatera Utara, Sulawesi Utara,

Sulawesi Barat, Gorontalo, Maluku, Papua Tengah, Papua Selatan, Papua Pegunungan, Papua, Papua Barat Daya, dan Papua Barat (Kemenkes RI, 2024).

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan target program untuk pemberian ASI eksklusif tahun 2022 adalah sebesar 70%. Cakupan pemberian ASI eksklusif yang terhimpun di Provinsi Sumatera Selatan tahun 2022 adalah sebesar 66,3%, meningkat bila dibandingkan tahun 2021 (45,4%) dan belum mencapai target program. Sedangkan Cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2023 adalah sebesar 68,9%, meningkat bila dibandingkan tahun 2022 (66,3%). Kabupaten/kota dengan cakupan pemberian ASI eksklusif tertinggi adalah Kota Palembang yaitu 84,4%, sedangkan yang terendah adalah Kota Prabumulih sebesar 39,8% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2024).

Target bayi mendapatkan ASI eksklusif sesuai indikator kerja gizi masyarakat tahun 2020-2024 adalah 45%. Cakupan pemberian ASI eksklusif yang terhimpun di Kabupaten Ogan Ilir tahun 2024 adalah sebesar 83,4% telah mencapai target program. Cakupan meningkat 17,7% dibanding tahun 2023 dengan cakupan 65,7%. Puskesmas dengan cakupan pemberian ASI eksklusif tertinggi adalah Puskesmas Tebing gerinting, Talang Pangeran dan Sungai Lebung, yaitu 84,1%, sedangkan yang terendah adalah Puskesmas KTM Sungai Rambutan sebesar 60,9%. Pemberian ASI eksklusif yang masih rendah dikarenakan kurangnya motivasi keluarga atau orang terdekat dalam pemberian ASI eksklusif, kurangnya pengetahuan serta kesadaran ibu akan manfaat dan pentingnya ASI eksklusif bagi bayi, pemberian susu formula pada bayi dianggap lebih praktis dan masih banyaknya para ibu menggunakan susu formula (Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir, 2025).

Berdasarkan hasil data Puskesmas Pemulutan pada tahun 2020 jumlah bayi usia < 6 bulan sebanyak 486 dan yang mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 196 bayi (40,3%) sedangkan pada tahun 2024 mengalami peningkatan dengan jumlah bayi usia < 6 bulan sebanyak 341 dan yang mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 285 bayi (83,6%) (Puskesmas Pemulutan, 2025).

Berdasarkan hasil survei awal dan wawancara mendalam dengan Bidan Koordinator di Puskesmas Pemulutan, ditemukan adanya *gap* (kesenjangan) yang krusial di lapangan. Meskipun secara administratif data cakupan ASI Eksklusif di Puskesmas Pemulutan menunjukkan angka yang cukup tinggi yaitu 83,6% pada tahun 2024, fakta di lapangan menunjukkan bahwa kualitas pemberian ASI pada hari-hari pertama kelahiran masih sangat rendah. Banyak ibu mengeluhkan ASI belum keluar pada hari ke-1 hingga hari ke-3, sehingga mereka terburu-buru memberikan cairan prelakteal seperti air gula, madu, bahkan susu formula dengan alasan kepraktisan. Selain itu, masih kuat mitos di masyarakat Pemulutan yang menganggap kolostrum (ASI berwarna kekuningan di hari pertama) sebagai "susu kotor" yang harus dibuang. Hal ini diperparah oleh minimnya paparan informasi mendalam mengenai manajemen laktasi dan teknik menyusui yang benar bagi ibu hamil primigravida (kehamilan pertama). Oleh karena itu, edukasi laktasi yang terintegrasi menggunakan media *Flip Chart* dan *leaflet* sangat mendesak untuk dilaksanakan guna meluruskan persepsi keliru tersebut.

MASALAH

Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif hingga saat ini masih menjadi tantangan faktual yang mengancam imunitas serta meningkatkan risiko kematian pada bayi baru lahir. Secara nasional, data menunjukkan bahwa baru 27% bayi yang menerima ASI pada jam pertama dan satu dari lima bayi justru sudah diberi cairan non-ASI dalam tiga hari pertama kehidupan. Persoalan pokok ini dipicu oleh minimnya pengetahuan ibu, kurangnya layanan konseling, rendahnya motivasi, serta masifnya kampanye susu formula di lingkungan masyarakat. Kebutuhan mendesak ini berkaitan erat dengan target kegiatan pengabdian, yaitu memberikan edukasi langsung kepada ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi usia di bawah dua tahun di wilayah Puskesmas Pemulutan guna mendongkrak pengetahuan, kesadaran, dan pemahaman mereka agar mampu memberikan ASI eksklusif secara optimal selama enam bulan pertama.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk pendidikan kesehatan yaitu dengan memberikan penyuluhan, sedangkan metode yang digunakan

berupa ceramah dan tanya jawab. Sasaran kegiatan adalah semua ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi usia < 2 tahun berjumlah 20 orang. Adapun peralatan yang digunakan dalam kegiatan ini berupa *Flip Chart* dan *leaflet*. Materi yang disampaikan meliputi definisi ASI, cara penyimpanan ASI, hal yang mempengaruhi produksi ASI, definisi ASI Eksklusif, manfaat ASI Eksklusif bagi ibu dan bayi, masalah dalam pemberian ASI Eksklusif dan Teknik menyusui yang benar.

Tahapan persiapan kegiatan yang dilakukan yakni ketua pelaksana bersama anggota tim melakukan survey ke lokasi dan meminta perizinan dengan pihak pimpinan Puskesmas Pemulutan Kabupaten Ogan Ilir terkait kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan, setelah mendapatkan perizinan kegiatan tahap selanjutnya yaitu kami melakukan kontrak waktu dalam menentukan waktu yang tepat untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu kami meminta perizinan dengan pusat pengabdian masyarakat STIK Siti Khadijah untuk diterbitkannya Surat Tugas Pengabdian Dosen. Adapun sarana dan prasarana yang kami persiapkan seperti : *Flip Chart*, *leaflet*, laptop dan proyektor.

Tahapan pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada hari Senin, tanggal 01 Desember tahun 2025 bertempat di Puskesmas Pemulutan Kabupaten Ogan Ilir. Kegiatan ini dimulai dengan pemberian *leaflet* kepada peserta penyuluhan yang berjumlah 20 peserta. Moderator membuka acara dengan mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud serta tujuan penyuluhan. Kegiatan edukasi ini berlangsung $\pm$ 100 menit terbagi menjadi lima sesi : sesi pertama yaitu mengukur tingkat pengetahuan peserta dengan mengadakan *pretest* yang berlangsung 15 menit, sesi kedua yaitu memberi edukasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan yang berlangsung 30 menit, sesi ketiga yaitu diskusi, tanya jawab dengan peserta dan pemberian *doorprize* kepada peserta yang dapat menjawab pertanyaan dari tim penyuluhan yang berlangsung 15 menit, sesi keempat yaitu kesimpulan dan evaluasi kegiatan yang dilakukan selama 10 menit sedangkan sesi kelima yaitu dengan melakukan pengukuran tingkat pengetahuan setelah dilaksanakannya edukasi melalui *posttest* selama 15 menit.

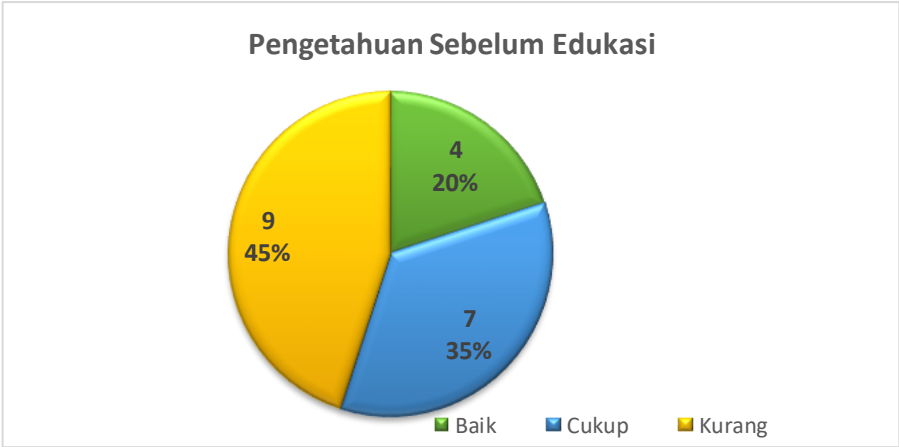
HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) edukasi dilakukan menggunakan instrumen kuesioner terstruktur yang mengacu pada 5 indikator utama materi laktasi, meliputi :

1. Konsep Dasar ASI Eksklusif: Pengertian, batasan usia bayi (0-6 bulan), dan kandungan nutrisi utama dalam ASI.
2. Keunggulan Kolostrum: Manfaat cairan emas hari pertama pascapersalinan sebagai antibodi alami bagi imunitas humoral bayi.
3. Teknik Menyusui yang Benar: Pengaturan posisi tubuh ibu, posisi bayi, serta keakuratan perlekatan mulut bayi pada payudara untuk mencegah lecet.
4. Manajemen Menyusui Ibu Bekerja: Metode memerah ASI (*pumping*), serta tata cara penyimpanan dan penyajian ASI perah (ASIP) yang higienis.
5. Solusi Masalah Laktasi: Deteksi dini dan penanganan mandiri terhadap keluhan bendungan ASI (*breast engorgement*) serta puting lecet.

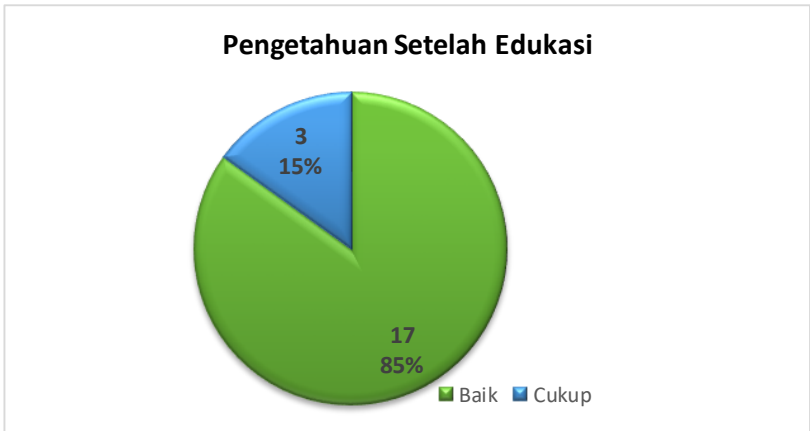
Hasil yang didapatkan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah terdapatnya peningkatan pengetahuan ibu, sebelum diberikan edukasi kesehatan dimana sebagian dari peserta memiliki pengetahuan dalam kategori kurang sedangkan setelah diberikan edukasi sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik 1 dan grafik 2 dibawah ini :

Grafik 1. Tingkat Pengetahuan Sebelum Dilakukan Edukasi Kesehatan



Pada Grafik 1. Menjelaskan bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan tentang pengetahuan pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada ibu hamil dan ibu dengan anak usia di bawah dua tahun (baduta), didapatkan data dari 20 peserta penyuluhan, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam katagori baik sebanyak 4 peserta (20%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 7 peserta (35%), dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 9 peserta (45%). Sebagian besar peserta kurang mengetahui pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi.

Grafik 2. Tingkat Pengetahuan Setelah Dilakukan Edukasi Kesehatan



Pada Grafik 2. Menjelaskan bahwa setelah dilakukan edukasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada ibu hamil dan ibu dengan anak usia di bawah dua tahun (baduta), didapatkan data dari 20 peserta penyuluhan sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik sebanyak 17 peserta (85%) dan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 3 peserta (15%). Dari hasil diatas terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi.

Hal ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Ratih (2018), didapat hasil setelah dilakukan pendidikan kesehatan, terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang kecukupan ASI sebesar 3.32 point. Hal ini menunjukkan penyuluhan merupakan salah satu cara membantu masyarakat untuk merubah sikap dan perilakunya untuk lebih sehat secara mandiri.

Menurut pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Eliya (2018) dengan hasil yang didapatkan dari penyebaran kuesioner pengetahuan ibu terhadap pentingnya ASI Eksklusif, diketahui sebanyak 90% dari responden sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya ASI Eksklusif.

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI sedini mungkin setelah persalinan, diberikan tanpa jadwal dan tidak diberi makanan lain, walaupun air putih, sampai bayi berumur 6 bulan. Alasan ASI diberikan sampai 6 bulan tidak 4 bulan yakni: Pertama: komposisi ASI cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi apabila diberikan tepat dan benar sampai umur bayi 6 bulan. Kedua: bayi saat umur 6 bulan sistem pencernaannya mulai matur, jaringan usus bayi sehingga kemungkinan kuman/protein dapat langsung masuk sistem peredaran darah yang menimbulkan alergi, pori-pori tersebut tertutup saat bayi berumur 6 bulan (Rukiyah, 2011).

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek dari indra yang dimilikinya. Dengan sendirinya, pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran dan indera penglihatan (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat, teori, dan hasil pengabdian masyarakat terkait, penulis berasumsi bahwa dengan dilakukannya edukasi kesehatan tentang pentingnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan maka pengetahuan ibu akan mengalami peningkatan menjadi lebih baik. Pengetahuan yang baik diharapkan dapat memberikan pengaruh pada perubahan sikap maupun kesadaran ibu dalam memberikan ASI Eksklusif. Dengan tingkat pengetahuan yang baik sikap positif pada pemberian ASI Eksklusif dapat meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0 - 6 bulan.

Foto – Foto Kegiatan



KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan di Puskesmas Pemulutan Kabupaten Ogan Ilir maka dapat disimpulkan hasil yang didapatkan dalam kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya memberikan ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan dimana sebelum diberikan edukasi kesehatan pengetahuan ibu kategori baik sebanyak 4 orang (20%) dan meningkat setelah diberikan edukasi kesehatan pengetahuan ibu dengan kategori baik sebanyak 17 orang (85%).

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah terlibat dalam kegiatan pengabdian ini yaitu Ketua STIK dan Kepala Pusat Penelitian Pengabdian kepada Masyarakat STIK Siti Khadijah serta Kepala Puskesmas Pemulutan yang telah memberikan izin sehingga terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amilia, R., & Andaruni, N. Q. R. (2018). *Buku ajar asuhan kebidanan pada neonatus, bayi, balita dan anak pra sekolah*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir. (2025). *Profil kesehatan Kabupaten Ogan Ilir tahun 2024*. Indralaya: Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir. <https://oganilirkab.go.id/>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. (2024). *Profil kesehatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2023*. Palembang: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2023>
- Mursyida, E., Ayuningtiyas, R., & Hasan, N. (2018). *Pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi di Posyandu Bunga Tanjung Desa Tanah Merah*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin, 2(1), 30–35. <https://doi.org/10.36341/jpm.v2i1.587>
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Laily, N., & Anhar, V. Y. (2020). *Promosi kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Ratih, R., dkk. (2018). *Peningkatan persepsi kecukupan ASI pada ibu menyusui*. Jurnal Abdimas PHB, 1(1), 12–18.
- Windi, R. C. (2019). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Malang: Wineka Media.