

Peningkatan *Breastfeeding Self Efficacy (BSE)* Melalui Edukasi Asi Eksklusif

Improving Breastfeeding Self Efficacy (BSE) Through Exclusive Breast Milk Education

Sri Mintarsih¹, Weni Hastuti², Anis Prabowo³, Heni Purwaningsih^{4*}

^{1,4}Prodi S1 Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

^{2,3}Prodi DIII Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

*Email: henipurwaningsih@itspku.ac.id

Abstrak

*Breastfeeding self efficacy (BSE) adalah keyakinan seorang ibu terkait kemampuannya untuk menyusui bayinya dan memprediksi apakah ibu memilih untuk menyusui atau tidak, dan bagaimana menanggapi kesulitan menyusui secara emosional. Kepercayaan diri (self efficacy) ibu yang merasa tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi menjadi faktor utama ibu tidak memberikan ASI atau menghentikan pemberian ASI sebelum waktunya (Pramanik et al., 2020). Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan *breastfeeding self efficacy (BSE)* pada ibu hamil dan menyusui melalui edukasi ASI eksklusif. Metode pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara online (daring) dengan menggunakan aplikasi whatapp grup, dengan memberikan kuesioner pada pre dan post untuk mengukur BSE ibu hamil dan menyusui. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat (PkM) didapatkan jumlah responden adalah ibu hamil dan menyusui sejumlah 29 orang. Sebagian besar adalah ibu menyusui 72,4%, Sebagian besar berpendidikan SLTA 48,3%, Sebagian besar mempunyai 2 anak 41,4%, Sebagian besar tidak bekerja 55,3%. Edukasi dilakukan dengan menggunakan media power point (PPT) dan video animasi. Hasil Pre-test didapatkan mayoritas BSE dalam kategori kurang sebesar 48,3%, sedangkan kategori cukup 37,9% dan kategori baik 13,8%. Setelah dilakukan edukasi BSE meningkat sebagian besar mempunyai kategori baik sebesar 62,1% dan 37,9% mempunyai kategori cukup serta tidak ada ibu hamil dan menyusui yang mempunyai pengetahuan kategori kurang. Perlu adanya peningkatan peran support system (orang terdekat) dan tenaga kesehatan untuk mendukung peningkatan pemberian ASI serta penyediaan media informasi efektif dan efisien yang bisa diakses kapanpun dan dimanapun.*

Kata Kunci: *Breastfeeding self efficacy (BSE), ibu hamil, ibu menyusui*

Abstract

Breastfeeding self-efficacy (BSE) is a mother's belief about her ability to breastfeed her baby and predicts whether the mother chooses to breastfeed or not, and how to respond to breastfeeding difficulties emotionally. The self-efficacy of mothers who feel they do not have sufficient milk production to meet the baby's needs is the main factor for mothers not to breastfeed or stop breastfeeding prematurely (Pramanik et al., 2020). The purpose of this activity is to increase breastfeeding self-efficacy (BSE) for pregnant and lactating mothers through exclusive breastfeeding education. This community service method is carried out online (online) using the whatapp group application, by providing pre and post questionnaires to measure BSE for pregnant and lactating women. The results of community service activities (PkM) showed that the number of respondents was 29 pregnant and breastfeeding mothers. Most of them are breastfeeding mothers 72.4%, Most have high school education 48.3%, Most have 2 children 41.4%, Most do not work 55.3%. Education is done using power point media (PPT) and animated videos. The results of the pre-test showed that the majority of BSE were in the less category of 48.3%, while the category was sufficient 37.9% and the good category was 13.8%. After the BSE education increased, most of them had a good category of 62.1% and 37.9% had a sufficient category and there were no pregnant and lactating mothers who had poor category knowledge. It is necessary to increase the role of the support system (people closest to) and health

workers to support the increase in breastfeeding as well as the provision of effective and efficient information media that can be accessed anytime and anywhere.

Keyword: Breastfeeding self efficacy (BSE), pregnant women, breastfeeding women

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan hidup yang mengandung sel-sel darah putih, immunoglobulin, enzim dan hormone serta protein spesifik dan zat-zat lain yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak yang berasal dari sekresi kelenjar payudara ibu. ASI adalah sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir yang mampu mencukupi kebutuhan bayi selama 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 merusakan masa emas perkembangan anak sampai menginjak usia 2 tahun. Pemberian ASI dilanjutkan selama 24 bulan dengan menambahkan MPASI (Kemenkes RI, 2018).

Peningkatan angka ibu menyusui secara global berpotensi menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak usia balita dan dapat mencegah penambahan 20.000 kasus kanker payudara pada perempuan setiap tahunnya (WHO, 2020). Berdasarkan Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan (2020) bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 66,1% yang artinya telah memenuhi target tahun 2020 yaitu 40% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Namun hanya separuh ibu yang melanjutkan pemberian ASI menjadi 24 bulan sebagaimana dianjurkan oleh WHO. Artinya hampir separuh dari seluruh anak Indonesia tidak menerima asupan gizi yang dibutuhkan selama dua tahun pertama kehidupan (UNICEF, 2020). Berdasarkan Profil Kesehatan Ibu dan Anak tahun 2020 prosentase anak usia 0-23 bulan yang pernah dan masih diberi ASI semakin menurun dari 86,86% di tahun 2018 menjadi 76,58% tahun 2019 sedangkan pada tahun 2020 menjadi 75,68% (BPS, 2020). Seringkali ibu tidak melanjutkan memberikan ASI kepada anaknya dengan baik karena disebabkan banyak faktor.

Salah satu faktor yang menyebabkan ibu berhenti menyusui adalah rasa percaya diri ibu yang rendah. Karena kurang rasa percaya diri ibu untuk menyusui menyebabkan ibu berhenti menyusui terlalu cepat walaupun pada awal setelah melahirkan ibu menyusui bayinya (Mardiyansih et al., 2021). Keyakinan diri atau *self efficacy* menggambarkan keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan tertentu agar dapat mewujudkan hasil-hasil yang diharapkan. *Breastfeeding self efficacy* adalah keyakinan seorang ibu terkait kemampuannya untuk menyusui bayinya dan mempertimbangkan apakah ibu memilih untuk menyusui atau tidak, dan bagaimana menanggapi kesulitan menyusui secara emosional. Kepercayaan diri (*self efficacy*) ibu yang merasa tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi menjadi faktor utama ibu tidak memberikan ASI atau menghentikan pemberian ASI sebelum waktunya (Pramanik et al., 2020).

Self Efficacy dalam menyusui ini sangat penting dalam mendukung keberhasilan ibu menyusui selama 24 bulan. Hasil penelitian Rahayu (2018) menyatakan ibu yang mempunyai keyakinan dan kepercayaan yang tinggi akan berhasil dalam menyusui eksklusif. Penelitian Awaliyah et al., (2019) menunjukkan keyakinan dan persepsi ibu tentang kepuasan bayi saat menyusu merupakan faktor determinan positif paling kuat yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Terdapat hubungan signifikan antara *self efficacy* ibu dalam proses pemberian ASI dengan persepsi ibu akan kekurangan ASI untuk memenuhi kebutuhan bayinya. *Self efficacy* ibu dalam proses pemberian ASI berperan untuk menentukan pemilihan tingkah laku, penentu besarnya usaha dalam mengatasi hambatan, mempengaruhi pola pikir dan reaksi emosional dan sebagai prediksi tingkah laku selanjutnya (Wyk, 2017).

Peran dan dampak dari *self efficacy* yang cukup besar terhadap praktik pemberian ASI, maka perlu adanya upaya untuk meningkatkan *self efficacy* ibu untuk menyusui yang dapat dimodifikasi melalui intervensi yang tepat seperti edukasi dan dukungan (Eidman, 2011). Adanya pembatasan sosial berskala besar berdampak pada pelaksanaan pelayanan Kesehatan di Puskesmas, Posyandu, kelas ibu dan lainlain. Salah satu kegiatan yang dianjurkan untuk mencapai target pemberian ASI adalah menyusun KIE untuk konseling dan penyuluhan pada masa pandemic yang ditujukan kepada ibu hamil dan menyusui (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Edukasi laktasi dapat diberikan saat prenatal atau postnatal, tetapi edukasi laktasi lebih baik diberikan sejak prenatal karena praktik menyusui harus dilakukan sesegera mungkin setelah bayi lahir, selain itu ibu juga dapat melakukan persiapan menyusui dengan lebih baik. Dengan edukasi laktasi diharapkan akan memberikan nilai positif terhadap peningkatan *self efficacy* pada ibu.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara daring (*online*) dengan media *whatapps grup* (*Grup WA*) dan dilakukan dalam beberapa tahapan:

1. Tahap persiapan

Tim pengabdi melakukan survey lapangan, melakukan observasi dan wawancara kepada ketua RW VIII dan Kader Kesehatan di RW VIII Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta. Hasil koordinasi didapatkan jumlah ibu hamil dan menyusui 12 orang, berdasarkan saran dari ketua RW dan kader kesehatan di RW VII terdapat ibu hamil dan menyusui lebih banyak sehingga tim pengabdi melakukan koordinasi dengan Ketua RW VII dan kader kesehatan dan didapatkan 24 ibu hamil dan menyusui. Sehingga jumlah total responden 36 ibu hamil dan menyusui. Ketua tim pengabdi kemudian melakukan koordinasi dengan pengelola wilayah RW VII dan VIII serta melakukan kontrak kegiatan, jadwal kegiatan, media yang akan dipakai dan metode/mekanisme kegiatan pengabdian yang akan dilakukan.

Pada tahap ini tim pengabdi juga mulai menggumpulkan materi serta bahan/media yang akan digunakan dalam penyusunan video edukasi, perancangan media yang akan dipakai serta penyusunan alat ukur yang akan digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat

2. Tahap pelaksanaan

Tim pengabdi membuat grup WA untuk RW VII dan RW VIII yang selanjutnya melakukan sosialisasi kepada seluruh anggota grup. Tim pengabdi membagikan kuesioner pretest secara online melalui <https://bit.ly/kuesionerPkMBSEPretest>. Setelah 7 hari tim pengabdi membagikan link video edukasi untuk dipelajari oleh responden https://drive.google.com/file/d/140Rkrn89O82fdSWCYx9P6Ja_8IyiKJrv/view?usp=drivesdk. Video tersebut kemudian di delete setelah 7 hari. Kemudian tim pengabdi membagikan Kembali kuesioner post test melalui link <https://bit.ly/KuesPKMPostTes>.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan brain storming melalui grup WA terkait kemanfaatan, kendala dan hambatan yang dirasakan oleh responden selama mengikuti kegiatan PkM.

Hasil dan Pembahasan Hasil

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	%
-------------------------	-----------	---

Status Ibu Saat Ini			
Hamil	8	27,6	
Menyusui	21	72,4	
Pendidikan Terakhir			
SLTP	2	6,9	
SLTA	14	48,3	
Perguruan Tinggi	13	44,8	
Jumlah Anak			
Belum punya	4	13,8	
1 orang	8	27,6	
2 orang	12	41,4	
>2 orang	5	17,2	
Status Pekerjaan			
Bekerja	13	44,8	
Tidak Bekerja	16	55,3	
Jumlah	29	100	

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat *breastself efficacy* (BSE)

Variabel	Sebelum		Setelah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
<i>Breastfeeding self efficacy</i>				
eficacy	4	13,8	18	62,1
Baik	11	37,9	11	37,9
Cukup	14	48,3	0	0
Kurang				
Jumlah	29	100	29	100

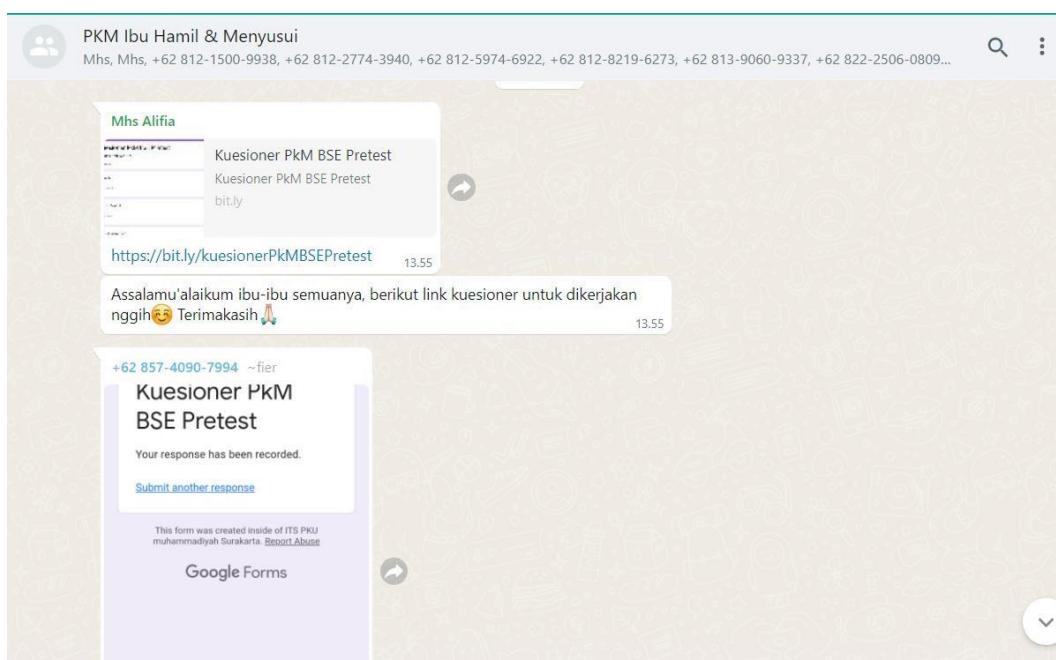
Berdasarkan tabel 2 didapatkan data sebelum dilakukan edukasi tentang menyusui sebagian besar ibu mempunyai BSE yang kurang sebesar 48,3%, setelah dilakukan edukasi sebagian siswi mempunyai pengetahuan yang baik sebesar 62,1%. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sri Paryanti, Welas Haryati, 2017) didapatkan Nilai rerata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 10.59, nilai rerata pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 16.75, terdapat perbedaan nilai rerata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 5.800 dengan nilai standard deviasi 2.668, nilai 95% confidence interval dengan nilai minimum 4.552 dan nilai maksimal 7.048, dengan nilai pvalue 0,000. Menurut (Notoatmodjo, 2012). Menurut Notoatmodjo (2003), pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pendidikan, massa media atau informasi, sosial ekonomi, lingkungan, usia, pengalaman, keyakinan, jenis kelamin dan pekerjaan.

Sejalan dengan penelitian (Rafidah et al., 2014) ada perbedaan yang signifikan antara kesiapan menyusui setelah dilakukan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi dengan kesiapan menyusui setelah diberikan leaflet pada kelompok kontrol. Menurut Wiji (2013) tingkat pendidikan sangat mempengaruhi informasi yang diterima terutama dalam hal memberikan ASI. Akibat kurangnya informasi, menyebabkan seorang ibu memutuskan untuk tidak menyusui bayinya dan akan memberikan susu formula, selain itu kurangnya informasi juga bisa menyebabkan seorang ibu tidak mengetahui cara pemberian ASI yang efektif agar bayinya mendapatkan ASI.

Edukasi menyusui dilakukan melalui group whatapps yang telah dibentuk oleh tim pengabdi. Tim pengabdi membuat grup WA untuk RW VII dan RW VIII yang selanjutnya melakukan sosialisasi kepada seluruh anggota grup. Tim pengabdi membagikan kuesioner pretest secara online melalui <https://bit.ly/kuesionerPkMBSEPretest>. Setelah 7 hari tim pengabdi membagikan link video edukasi untuk dipelajari https://drive.google.com/file/d/140Rkrn89O82fdSWCYx9P6Ja_8IyiKJrv/view?usp=drivesdk. Video tersebut kemudian di delete setelah 7 hari. Kemudian tim pengabdi membagikan kembali kuesioner post test melalui link <https://bit.ly/KuesPKMPostTes>. Selanjutnya tim pengabdi melakukan evaluasi dan diskusi terkait kemanfaatan, kendala dan hambatan yang dirasakan oleh responden selama mengikuti kegiatan PkM.



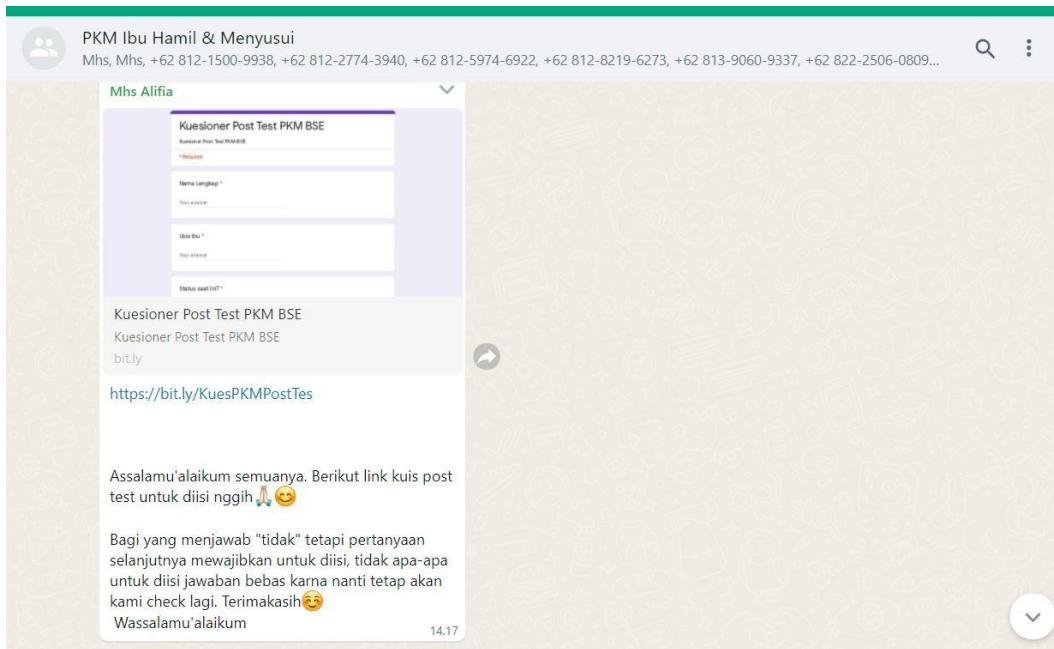
Gambar 1. Perkenalan dan sosialisasi pelaksanaan PkM



Gambar 2. Pengisian kuesioner pretest



Gambar 3. Penyampaian materi dan video



Gambar 4. Pengisian kuesioner posttest

Pembahasan

Selain mendapatkan imunisasi dasar lengkap, pemberian ASI eksklusif pada anak juga merupakan salah satu hal yang tidak boleh ditinggalkan pada 1.000 HPK. Pemberian ASI memberikan manfaat baik bagi ibu maupun bayinya. ASI mengandung banyak nutrisi yang dibutuhkan bayi pada 6 (enam) bulan pertama setelah dilahirkan. Beberapa manfaat pemberian ASI eksklusif bagi bayi adalah mencegah terserang penyakit, membantu perkembangan otak dan fisik bayi. Sedangkan manfaat bagi ibu

diantaranya mengatasi rasa trauma dan mencegah kanker payudara (BPS, 2020). WHO merekomendasikan pemberian ASI secara eksklusif kepada bayi selama enam bulan pertama kehidupan untuk memastikan pertumbuhan dan kesehatan bayi yang optimal. Pada saat ini di Indonesia, 52 persen bayi berusia di bawah enam bulan menerima ASI eksklusif; suatu capaian yang menempatkan Indonesia di atas target WHO (50 persen pada 2025) dan target pemerintah di dalam RPJMN. Namun, hanya separuh ibu yang melanjutkan pemberian ASI menjadi total 24 bulan sebagaimana dianjurkan oleh WHO. Artinya, hampir separuh dari seluruh anak Indonesia tidak menerima asupan gizi yang dibutuhkan selama dua tahun pertama kehidupan. Pemberian makanan dengan botol meningkatkan risiko penyakit karena botol sulit disterilkan dengan baik. Selain itu, makanan pendamping ASI yang diberikan kepada anak sering kali tidak sesuai dengan kebutuhan gizinya (UNICEF, 2020).

Hasil pengabdian kepada masyarakat didapatkan sebelum dilakukan edukasi menyusui sebagian besar ibu mempunyai kategori kurang sebesar 48,3%. Rendahnya perilaku ibu dalam menyusui dapat mengakibatkan berbagai masalah. Sering kali kegagalan dalam menyusui disebabkan karena masih banyak kesalahan yang terletak pada teknik atau cara menyusui ibu yang belum benar, memposisikan dan melekatkan bayi (Maulida, 2017). Salah satu kendala perilaku pemberian ASI adalah kurangnya pelayanan komunikasi dan konseling laktasi. Oleh karena itu, upaya yang dapat dilakukan untuk mengarahkan perilaku pemberian ASI pada ibu post partum supaya dapat mengatasi permasalahan yang mungkin timbul selama ibu menyusui adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan (Nababan, 2019).

Menurut (Seyyedi et al., 2021) menyatakan sebagian besar ibu hamil dan mempunyai pengetahuan yang kurang tentang menyusui. Adanya sumber informasi yang mereka terima tidak selalu tepat atau kurang memadai dan hanya beberapa ibu yang memiliki akses ke informasi tambahan dari sumber seperti media massa dan internet. Selain itu pembatasan di masa Covid-19 menimbulkan kekhawatiran dan stress pada banyak orang. Begitu juga, orangtua dengan bayi dan anak memiliki kekhawatiran lain terkait perlindungan yang memadai untuk bayi mereka. Hal ini yang menjadi salah satu penyebab ibu tidak menyusui (Anggraini & Oktaviani, 2020).

Hasil pengabdian kepada masyarakat didapatkan sebagian besar ibu mempunyai pengetahuan yang baik tentang menyusui setelah dilakukan edukasi sebesar 62,1%. Hal ini sejalan dengan penelitian (Meining Issuryanti, 2017) yang menyatakan terdapat peningkatan pengetahuan tentang menyusui sebelum dan setelah diberikan edukasi melalui smartphone. Edukasi adalah suatu pendidikan dan pelatihan mengenai pengetahuan dan ketrampilan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, meningkatkan kondisi kesehatan, penunjang perilaku sehingga tercapai kesehatan yang optimal dan kualitas hidup yang baik (Haurissa et al., 2019). Menurut (Machmudah & Yunitasari, 2021) edukasi kesehatan merupakan aspek besar dalam praktik keperawatan dan bagian penting dari peran dan fungsi perawat sebagai *nursing educator*. Edukasi tidak terlepas dari media karena dengan melalui media, pesan yang disampaikan dapat lebih menarik dan dipahami, sehingga sasaran dapat mempelajari pesan tersebut, sehingga dapat memutuskan untuk mengambil kesimpulan dan keputusan ke dalam perilaku yang positif.

WhatsApp merupakan media online yang banyak digunakan oleh peserta didik dan guru. Aplikasi WhatsApp dapat memberikan kemudahan dalam berinteraksi dan berkomunikasi. Melalui aplikasi ini bisa menambahkan lebih banyak teman, mempermudah para pengguna untuk saling mengenal satu sama lainnya dan sebagai media penunjang kegiatan belajar. Menurut hasil penelitian (Muttaqin & Kurniawan, 2021) didapatkan sebagian besar peserta didik (73,60%) merasa WhatsApp memudahkan mereka dalam berkomunikasi dan menunjang kegiatan belajar dibandingkan media online lainnya. Hal yang sama juga didapatkan dari penelitian (Siregar & Korniawati, 2021) edukasi menggunakan WhatsApp efektif dalam memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan pada siswa Madrasah Aliyah

Simpulan

Kegiatan edukasi menyusui diikuti oleh 29 ibu hamil dan menyusui. Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) didapatkan mengalami pengetahuan tentang menyusui sebelum diberikan edukasi dengan kategori pengetahuan kurang sebanyak 48,3%, pengetahuan cukup 37,9% dan pengetahuan baik 13,8%. Setelah dilakukan edukasi menyusui Sebagian besar ibu hamil dan menyusui mempunyai kategori pengetahuan baik 62,1% dan pengetahuan cukup 37,9% dan tidak ada responden yang mempunyai pengetahuan dalam kategori kurang.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdi mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang membantu selama kegiatan Ketua RW VII dan VIII, seluruh kader Kesehatan di RW VII dan VIII serta seluruh ibu hamil dan menyusui yang berperan dalam kegiatan ini. Tim Pengabdi juga mengucapkan terimakasih kepada pimpinan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta dan Kepala LPPM ITS PKU Muhammadiyah Surakarta yang telah memfasilitasi dan dukungannya dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- Anggraini, & Oktaviani, L. 2020. Penyuluhan tentang Teknik Menyusui BBL di Era Pandemi COVID-19 di Balai Desa Liman Benawi Kecamatan Simbar Waringin Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Perak Malahayati*. 9(4): 543.
- Awaliyah, S. N., Rachmawati, I. N., & Rahmah, H. 2019. Breastfeeding self-efficacy as a dominant Factor affecting maternal breastfeeding satisfaction. *BMC Nursing*. 18(Suppl 1): 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12912-019-0359-6>.
- BPS. 2020. Profil Kesehatan Ibu Dan Anak 2020. *Badan Pusat Statistik*. 53(9): 1689–1699.
- Haurissa, T. G., Manueke, I., & Kusmiyati, K. 2019. Pengetahuan dan Sikap Ibu Menyusui dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*. 6(2): 58–64. <https://doi.org/10.47718/jib.v6i2.818>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Laporan Akuntabilitas Kinerja Tahun 2020*. Laporan Akuntabilitas Kinerja Tahun 2020.
- Machmudah, M., & Yunitasari, E. 2021. Health Education on Self-Efficacy in Breastfeeding Mothers: Literature Review. *Bali Medical Journal*. 10(3): 1066. <https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2865>
- Mardianingsih, E., Purwaningsih, H., & Widodo, G. G. 2021. Breastfeeding self-efficacy Ibu Post Seksio sesarea *Journal of Holistic Nursing Science*. 8(1): 54–60.
- Maulida, L. F. 2017. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Lembar Balik Terhadap Perilaku Pemberian ASI pada Ibu Post Partum *Jurnal Kebidanan Midwifery*. 3(2): 40. <https://doi.org/10.21070/mid.v3i2.1522>.
- Meining Issuryanti. 2017. Pengaruh Edukasi Melalui Media WhatsApp Terhadap Pengetahuan Ibu Dalam Memberikan ASI Eksklusif. *Jurnal*, 85
- Muttaqin, T., & Kurniawan, K. 2021. Pemanfaatan Media Sosial WhatsApp sebagai Media Pembelajaran Kelas VI A dan B di MI Miftahul Huda Jatisari Krenceng Kepung Kediri Tahun Pelajaran 2020/2021. *Salimiya: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam*. 2(1): 97–125. <http://ejournal.iaifa.ac.id/index.php/salimiya/article/view/284>

- Nababan, S. 2019. Health Promotion Media To Behavior Change On Exclusive Breastfeeding Mothers. *Jurnal PROMKES*. 7(2): 233. <https://doi.org/10.20473/jpk.v7.i2.2019.233-239>.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pramanik, Y. R., Sumbara, & Sholihatul, R. 2020. Hubungan Self-Efficacy Ibu Menyusui Dengan Pemberian Asi Ekslusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Iqra*. 8(1): 39–44.
- Rafidah, S., Al-Kathiri, F., & Muhammad Yogi. 2014. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menyusui Eksklusif Terhadap Kesiapan Menyusui Pada Ibu Primigravida Dalam Memberikan ASI Eksklusif. *English Language Teaching*. 39(1): 1–24. <http://dx.doi.org/10.1016/j.biochi.2015.03.025> <http://dx.doi.org/10.1038/nature10402> <http://dx.doi.org/10.1038/nature21059> <http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127> <http://dx.doi.org/10.1038/nrmicro2577> <http://dx.doi.org/10.1038/nature21059>
- Rahayu, D. 2018. Hubungan Breastfeeding Self Efficacy Dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 7(1): 247. <https://doi.org/10.32831/jik.v7i1.191>.
- Seyyedi, N., Rahmatnezhad, L., Mesgarzadeh, M., Khalkhali, H., Seyyedi, N., & Rahimi, B. 2021. Effectiveness of a smartphone-based educational intervention to improve breastfeeding. *International Breastfeeding Journal*. 16(1): 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13006-021-00417-w>.
- Siregar, M. H., & Korniawati, R. D. 2021. Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Aplikasi Whatsapp Pada Siswa Madrasah Aliyah Di Kabupaten Bogor. *COMMUNITY: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 1(1): 16–19. <https://doi.org/10.51878/community.v1i1.148>.
- Sri Paryanti, Welas Haryati, H. 2017. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Post Partum Tentang ASI Eksklusif. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*. 8(2): 120–126. <http://www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/97>
- UNICEF. 2020. Situasi Anak di Indonesia - Tren, Peluang, dan Tantangan dalam Memenuhi Hak-hak Anak. *Unicef*: 8–38.
- Wyk, S. Van. 2017. Best Practices to Increase Breastfeeding Self- Efficacy in Breastfeeding Mothers. *UND Scholar Commons*. 3(24).