

Efektivitas Edukasi Konseling Laktasi Dalam Meningkatkan Pemberian Kolostrum Pada Ibu Nifas di Puskesmas Kassi Kassi

Fadjriah Ohorella¹, Ani. T
Prianti², Mirna³

¹⁻³)Program Studi DII Kebidanan,
Universitas Megarezky, Makassar,
Indonesia
e-mail: fadjriahohorella17@gmail.com
e-mail: anhyanhy401@gmail.com
e-mail: mirnainnajaamal@gmail.com

Article history

Received : 2026-07-21

Revised : 2026-07-26

Accepted : 2026-07-28

*Corresponding Author

Email : fadjriahohorella17@gmail.com



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Abstrak

Kolostrum merupakan cairan pelindung yang kaya akan zat anti infeksi dan berprotein tinggi yang keluar dari hari pertama sampai hari ke empat setelah melahirkan. Secara global menyatakan bahwa pemberian asi sejak hari pertama kelahiran bayi dapat menurunkan 16% kematian neonatal dan menurunkan 22% kematian neonatal jika bayi disusui dalam satu jam pertama kelahiran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan pengetahuan dan sikap ibu post partum dengan pemberian kolostrum pada bayi baru lahir di Puskesmas Kassi Kassi Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi 30 ibu nifas, dan sampel penelitian ini berjumlah 30 ibu nifas yang di ambil dengan Teknik total sampling. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner. Data di analisis dengan menggunakan uji chi square. Hasil penelitian ini bahwa ada hubungan pengetahuan ibu dengan pemberian kolostrum dengan nilai p (0,000) dan ada hubungan sikap ibu dengan pemberian kolostrum p (0,05). Kesimpulan di peroleh bahwa ada hubungan antar pengetahuan ibu dan sikap ibu terhadap pemberian kolostrum. Saran bagi ibu yang melahirkan bayi agar dapat memberikan kolostrum pada bayi.

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Kolostrum Daftar

Abstract

Colostrum is a protective fluid rich in anti-infective agents and high in protein, secreted from the first to the fourth day postpartum. Globally, it is stated that initiating breastfeeding from the first day of life can reduce neonatal mortality by 16%, and by 22% if the infant is breastfed within the first hour of birth. This study aimed to determine the relationship between the knowledge and attitudes of postpartum mothers regarding colostrum administration to newborns at the Kassi-Kassi Public Health Center (Puskesmas). This was a quantitative study with a cross-sectional approach. The population consisted of 30 postpartum mothers, and the sample size was 30, selected using total sampling technique. The research instrument used was a questionnaire. Data were analyzed using the Chi-square test. The results showed a significant relationship between maternal knowledge and colostrum administration ($p=0.000$), as well as a significant relationship between maternal attitudes and colostrum administration ($p=0.05$). It

is concluded that there is a relationship between maternal knowledge and attitudes toward colostrum administration. It is recommended that mothers who have just given birth provide colostrum to their newborns.

Keywords: Knowledge, Attitude, Colostrum

© 2026 Author. All rights reserved

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode penting dalam kehidupan seorang ibu yang ditandai dengan berbagai perubahan fisiologis, psikologis, dan sosial sebagai proses adaptasi terhadap peran baru sebagai seorang ibu. Salah satu aspek yang sangat menentukan keberhasilan masa nifas adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI), khususnya kolostrum yang diproduksi pada hari-hari pertama setelah persalinan. Kolostrum dikenal sebagai liquid gold (emas cair) karena mengandung protein, vitamin A, leukosit, laktoferin, faktor pertumbuhan, serta imunoglobulin A (IgA) dalam konsentrasi tinggi yang berperan penting dalam meningkatkan sistem imun bayi dan melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi (United Nations Children's Fund (Unicef); World Health Organization (WHO), 2021; Victora *et al.*, 2016).

Kolostrum merupakan cairan pertama yang dihasilkan oleh kelenjar mammae pada hari pertama hingga hari ketiga pascapersalinan sebelum produksi ASI transisi dimulai. Meskipun volumenya relatif sedikit, kolostrum telah mencukupi kebutuhan nutrisi bayi baru lahir karena mengandung zat gizi yang sangat padat, antioksidan, antibodi, dan berbagai komponen bioaktif yang mendukung pematangan saluran cerna serta perkembangan sistem kekebalan tubuh bayi (Ballard & Morrow, 2013); Secara fisiologis, produksi kolostrum dipengaruhi oleh hormon prolaktin, sedangkan proses pengeluarannya dirangsang oleh hormon oksitosin melalui refleks pengeluaran ASI (let-down reflex) yang dipicu oleh hisapan bayi

Meskipun manfaat kolostrum telah dibuktikan secara ilmiah, praktik pemberian kolostrum di Indonesia masih belum optimal. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa sebagian ibu masih membuang kolostrum karena menganggapnya sebagai ASI yang kotor, basi, atau tidak layak diberikan kepada bayi. Selain itu, rendahnya tingkat pengetahuan ibu, kuatnya pengaruh budaya, kurangnya dukungan keluarga, serta terbatasnya edukasi dan pendampingan dari tenaga kesehatan menjadi faktor yang berkontribusi terhadap rendahnya praktik pemberian kolostrum (Wa Ode Sri Kamba Wuna, 2022). Kondisi tersebut berdampak pada keterlambatan Inisiasi Menyusu Dini (IMD), meningkatnya risiko infeksi neonatal, serta rendahnya keberhasilan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan.

Edukasi laktasi merupakan salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu nifas dalam memberikan kolostrum kepada bayi baru lahir. Melalui edukasi yang terstruktur, ibu memperoleh informasi yang benar mengenai manfaat kolostrum, pentingnya IMD, teknik pelekatan (latch-on) yang benar, serta cara mengatasi berbagai hambatan selama proses menyusui. Selain itu, konseling laktasi secara individual mampu meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, dan keberhasilan ibu dalam memberikan ASI sejak satu jam pertama kehidupan bayi (Gavine *et al.*, 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan yang dipadukan dengan konseling laktasi memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, dan praktik pemberian kolostrum pada ibu nifas. Dukungan tenaga kesehatan, terutama bidan, memiliki peran penting dalam memberikan informasi yang benar, melakukan pendampingan menyusui, serta membangun dukungan keluarga agar praktik pemberian kolostrum dan ASI eksklusif dapat terlaksana secara optimal (Rollins *et al.*, 2016)

Berdasarkan hasil identifikasi awal di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar, masih ditemukan ibu nifas yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai manfaat kolostrum serta belum memahami pentingnya pemberian kolostrum segera setelah persalinan. Sebagian ibu juga masih dipengaruhi oleh kepercayaan keluarga dan budaya yang kurang mendukung pemberian kolostrum. Permasalahan tersebut menunjukkan perlunya upaya edukasi kesehatan yang sistematis melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) berupa edukasi dan konseling laktasi. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong praktik pemberian kolostrum pada ibu nifas sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan kesehatan bayi baru lahir.

METODE PELAKSANAAN

1. Lokasi dan Sasaran Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan di **Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar** pada bulan **Maret–Mei 2025**. Sasaran kegiatan adalah **30 ibu nifas** pada hari pertama hingga hari ketiga setelah persalinan yang sedang menjalani pelayanan nifas di Puskesmas Kassi-Kassi. Pemilihan sasaran didasarkan pada pentingnya pemberian kolostrum pada periode awal kehidupan bayi sebagai upaya untuk meningkatkan status kesehatan neonatal.

Kegiatan dilaksanakan oleh tim dosen bersama mahasiswa Program Studi Kebidanan/Keperawatan (sesuaikan dengan laporan) dengan melibatkan bidan koordinator, tenaga kesehatan puskesmas, serta keluarga ibu nifas sebagai mitra pendukung keberhasilan program.

2. Tahapan Pelaksanaan

Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan **edukatif, partisipatif, dan pendampingan**. Seluruh kegiatan dilakukan melalui enam tahapan sebagai berikut.

a. Tahap Persiapan

Tim melakukan koordinasi dengan Kepala Puskesmas dan bidan penanggung jawab pelayanan nifas mengenai jadwal kegiatan, jumlah peserta, tempat pelaksanaan, serta penyusunan media edukasi berupa leaflet, poster, dan lembar observasi. Selain itu, tim menyiapkan instrumen evaluasi berupa pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta.

b. Identifikasi Permasalahan

Sebelum edukasi dilaksanakan, dilakukan wawancara singkat kepada peserta mengenai pengalaman menyusui, pemahaman tentang kolostrum, serta hambatan yang dihadapi dalam pemberian ASI. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa sebagian ibu masih memiliki persepsi keliru mengenai kolostrum, menganggap kolostrum sebagai ASI yang belum baik diberikan kepada bayi, serta belum memahami pentingnya Inisiasi Menyusu Dini (IMD).

c. Edukasi Kesehatan

Penyuluhan dilaksanakan menggunakan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi dan media leaflet. Materi yang diberikan meliputi:

- Pengertian kolostrum;
- Manfaat kolostrum bagi bayi baru lahir;
- Kandungan imunoglobulin dan zat gizi kolostrum;
- Pentingnya imd;

- Manfaat asi eksklusif;
- Teknik menyusui yang benar; dan
- Upaya mengatasi hambatan selama menyusui.

Metode edukasi dipilih karena mampu meningkatkan pemahaman peserta melalui komunikasi dua arah dan memberikan kesempatan kepada peserta untuk berdiskusi mengenai pengalaman menyusui mereka.

d. **Konseling Laktasi**

Setelah penyuluhan, setiap peserta memperoleh konseling individual mengenai masalah yang dihadapi selama menyusui, seperti produksi ASI yang dirasakan kurang, nyeri puting, teknik pelekatan bayi yang belum tepat, serta pengaruh budaya dan keluarga terhadap pemberian kolostrum. Pendampingan dilakukan oleh tenaga kesehatan yang telah memiliki pengalaman dalam pelayanan laktasi.

e. **Demonstrasi Praktik Menyusui**

Tim memberikan demonstrasi mengenai posisi menyusui, teknik pelekatan (*latch-on*), serta kontak kulit (*skin-to-skin contact*) antara ibu dan bayi. Selanjutnya, peserta mempraktikkan teknik tersebut secara langsung dengan pendampingan hingga mampu melakukan proses menyusui secara mandiri.

f. **Evaluasi**

Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan peserta serta observasi keterampilan praktik menyusui. Selain itu dilakukan diskusi reflektif bersama peserta mengenai manfaat kegiatan dan kendala yang masih dihadapi selama masa nifas. WHO menegaskan bahwa edukasi menyusui, konseling laktasi, dan dukungan tenaga kesehatan sejak kehamilan hingga masa nifas merupakan strategi efektif dalam meningkatkan keberhasilan menyusui dan pemberian kolostrum pada bayi baru lahir.

HASIL PEMBAHASAN

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan berlangsung sesuai dengan jadwal yang telah disepakati bersama Puskesmas Kassi-Kassi. Sebanyak 30 ibu nifas mengikuti seluruh rangkaian kegiatan mulai dari pre-test, penyuluhan, konseling laktasi, demonstrasi teknik menyusui, hingga evaluasi akhir. Seluruh peserta mengikuti kegiatan secara aktif dan menunjukkan antusiasme selama proses diskusi.

Pada awal kegiatan, sebagian besar peserta menyampaikan bahwa mereka memperoleh informasi mengenai pemberian ASI dari keluarga atau pengalaman sebelumnya, sedangkan informasi dari tenaga kesehatan masih terbatas. Beberapa peserta juga mengungkapkan adanya kepercayaan bahwa kolostrum merupakan ASI yang belum layak diberikan kepada bayi, sehingga sering dibuang. Setelah penyampaian materi edukasi, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi mengenai berbagai permasalahan menyusui yang dialami. Diskusi berlangsung interaktif karena peserta menyampaikan pengalaman nyata terkait produksi ASI, teknik pelekatan bayi, hingga dukungan keluarga dalam proses menyusui.

2 Hasil Evaluasi Kegiatan

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pengetahuan dan Praktik Peserta

Indikator	Sebelum Edukasi	Sesudah Edukasi
Memahami manfaat kolostrum	Rendah	Sangat baik
Mengetahui waktu pemberian	Sebagian mengetahui	Hampir seluruh peserta

kolostrum		memahami
Sikap terhadap pemberian kolostrum	Masih ragu	Mendukung pemberian kolostrum
Teknik pelekatan bayi	Belum optimal	Meningkat
Motivasi memberikan ASI eksklusif	Sedang	Tinggi

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap peserta setelah mengikuti edukasi dan konseling laktasi. Peserta mampu menjelaskan manfaat kolostrum sebagai sumber antibodi alami bagi bayi baru lahir, memahami pentingnya pemberian ASI dalam satu jam pertama kehidupan, serta menunjukkan peningkatan keterampilan dalam teknik menyusui.

3 Pembahasan

Edukasi kesehatan yang dipadukan dengan konseling laktasi terbukti meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu nifas dalam memberikan kolostrum. Perubahan tersebut terjadi karena peserta tidak hanya memperoleh informasi melalui penyuluhan, tetapi juga memperoleh kesempatan untuk berdiskusi serta mempraktikkan teknik menyusui secara langsung. Pendekatan edukatif yang digunakan dalam kegiatan ini sejalan dengan rekomendasi WHO yang menyatakan bahwa dukungan menyusui harus diberikan sejak masa kehamilan, saat persalinan, hingga masa nifas melalui konseling yang berkesinambungan. Dukungan tersebut membantu ibu mengatasi berbagai kesulitan menyusui sehingga meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif (World Health Organization, 2017). Pendekatan edukatif yang bersifat partisipatif memungkinkan ibu membangun pemahaman yang lebih baik sehingga meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui. Temuan ini sejalan dengan Gavine *et al.* (2022) yang melaporkan bahwa kombinasi edukasi dan dukungan laktasi secara berkelanjutan mampu meningkatkan keberhasilan inisiasi menyusui dini, durasi menyusui, serta praktik pemberian ASI eksklusif. Selain itu, UNICEF dan WHO (2021) menegaskan bahwa konseling menyusui yang diberikan sejak masa kehamilan hingga periode postpartum merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan praktik pemberian kolostrum dan mempertahankan keberhasilan menyusui.

Selain itu, demonstrasi teknik pelekatan bayi memberikan dampak positif terhadap kemampuan ibu dalam melakukan proses menyusui yang benar. Teknik pelekatan yang baik akan meningkatkan efektivitas hisapan bayi, memperlancar pengeluaran ASI, mengurangi nyeri puting, serta meningkatkan keberhasilan pemberian kolostrum. Kontak kulit (*skin-to-skin contact*) segera setelah persalinan juga terbukti meningkatkan keberhasilan inisiasi menyusui dini dan memperpanjang durasi menyusui. Hasil ini didukung oleh penelitian Karcz *et al.* (2023) yang menunjukkan bahwa konseling menyusui yang disertai demonstrasi praktik secara langsung memberikan peningkatan signifikan terhadap kemampuan teknik menyusui dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dibandingkan dengan edukasi konvensional. Demikian pula, McFadden *et al.* (2022) menjelaskan bahwa intervensi yang mengombinasikan edukasi, praktik langsung, dan pendampingan tenaga kesehatan menghasilkan perubahan perilaku menyusui yang lebih baik dibandingkan dengan pemberian informasi semata.

Hasil kegiatan ini juga menunjukkan bahwa faktor sosial dan budaya masih menjadi tantangan dalam praktik pemberian kolostrum. Beberapa ibu masih dipengaruhi oleh kepercayaan keluarga yang menganggap kolostrum tidak layak diberikan kepada bayi. Oleh karena itu, edukasi tidak hanya perlu diberikan kepada ibu, tetapi juga kepada anggota keluarga agar tercipta lingkungan yang mendukung keberhasilan menyusui. Pendekatan berbasis keluarga telah banyak direkomendasikan dalam program promosi ASI karena mampu

meningkatkan kepatuhan ibu terhadap praktik menyusui yang benar. Temuan ini konsisten dengan penelitian Sharma *et al.* (2023) yang menemukan bahwa dukungan keluarga merupakan determinan penting dalam keberhasilan pemberian kolostrum dan ASI eksklusif di negara berkembang. Penelitian Sinha *et al.* (2022) juga menegaskan bahwa intervensi berbasis keluarga (family-centered breastfeeding education) mampu meningkatkan kepatuhan ibu terhadap praktik menyusui serta mengurangi berbagai miskonsepsi mengenai kolostrum.

Kegiatan edukasi kesehatan, konseling individual, demonstrasi praktik menyusui, serta pendampingan oleh tenaga kesehatan merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan praktik pemberian kolostrum. Program serupa direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam pelayanan antenatal, persalinan, dan kunjungan nifas sehingga keberlanjutan dampak program dapat terjaga. Kegiatan pemeriksaan dan edukasi dapat dilihat pada gambar 1 dibawah ini;



Gambar 1. Pendampingan Edukasi Laktasi kepada Ibu Nifas



Gambar 2. Pemeriksaan dan Edukasi Laktasi oleh Tenaga Kesehatan

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa kombinasi edukasi kesehatan, konseling individual, demonstrasi praktik menyusui, dan pendampingan oleh tenaga kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan praktik pemberian kolostrum pada ibu nifas. Pendekatan tersebut tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga memperkuat keterampilan praktis dan kesiapan psikologis ibu dalam menyusui. Oleh karena itu, program edukasi laktasi perlu diintegrasikan secara berkelanjutan ke dalam pelayanan antenatal, persalinan, dan masa nifas. Integrasi layanan tersebut sejalan dengan rekomendasi WHO dan UNICEF yang menekankan pentingnya kesinambungan dukungan menyusui sebagai bagian dari upaya menurunkan angka kesakitan dan kematian neonatal sekaligus meningkatkan cakupan ASI eksklusif di berbagai negara.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat melalui edukasi kesehatan dan konseling laktasi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar terlaksana dengan baik dan mendapat partisipasi aktif dari seluruh peserta. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap yang lebih positif, serta meningkatkan keterampilan ibu nifas dalam memberikan kolostrum kepada bayi baru lahir. Penyampaian materi melalui metode ceramah interaktif, diskusi, konseling individual, dan demonstrasi teknik menyusui terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai manfaat kolostrum, pentingnya Inisiasi Menyusu Dini (IMD), serta keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa setelah mengikuti kegiatan, sebagian besar peserta mampu menjelaskan manfaat kolostrum sebagai sumber nutrisi dan antibodi pertama bagi bayi, memahami pentingnya pemberian kolostrum segera setelah persalinan, serta menunjukkan peningkatan kemampuan dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Selain itu, kegiatan ini juga membantu mengurangi kesalahpahaman dan mitos yang masih berkembang di masyarakat mengenai kolostrum sehingga meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya.

Secara keseluruhan, edukasi kesehatan yang dipadukan dengan konseling laktasi merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan praktik pemberian kolostrum pada ibu nifas. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan diintegrasikan ke dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, khususnya pada pelayanan antenatal, persalinan, dan masa nifas, sehingga dapat mendukung peningkatan cakupan pemberian kolostrum, keberhasilan ASI eksklusif, serta peningkatan derajat kesehatan ibu dan bayi.

Saran

1. **Bagi Puskesmas**, disarankan agar edukasi dan konseling laktasi menjadi bagian rutin dalam pelayanan antenatal, persalinan, dan nifas, serta melibatkan keluarga sebagai pendukung keberhasilan menyusui.
2. **Bagi tenaga kesehatan**, diperlukan peningkatan kompetensi dalam memberikan edukasi, konseling laktasi, dan pendampingan menyusui agar informasi yang diberikan lebih efektif dan berkelanjutan.
3. **Bagi ibu nifas dan keluarga**, diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dengan memberikan kolostrum sejak satu jam pertama setelah kelahiran serta melanjutkan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan sesuai rekomendasi WHO dan Kementerian Kesehatan RI.
4. **Bagi pelaksana pengabdian berikutnya**, disarankan untuk melakukan pendampingan lanjutan dan evaluasi berkala guna mengetahui keberlanjutan perubahan perilaku menyusui serta dampaknya terhadap keberhasilan ASI eksklusif dan kesehatan bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- World Health Organization (WHO). (2017). Protecting, Promoting and Supporting Breastfeeding in Facilities Providing Maternity and Newborn Services. In *World Health Organization WHO*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/259386/9789241550086-eng.pdf>.
- Ballard, O., & Morrow, A. L. (2013). Human milk composition: nutrients and bioactive factors. *Pediatric Clinics of North America*, 60(1), 49–74. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2012.10.002>

- Gavine, A., Shinwell, S. C., Buchanan, P., Farre, A., Wade, A., Lynn, F., Marshall, J., Cumming, S. E., Dare, S., & McFadden, A. (2022). Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 10(10), CD001141. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001141.pub6>.
- Karcz, K., Królak-Olejek, B., & Borszewska-Kornacka, M. K. (2023). Effectiveness of lactation education and counselling on breastfeeding outcomes: A systematic review. *International Breastfeeding Journal*, 18(1), 66. <https://doi.org/10.1186/s13006-023-00573-8>.
- McFadden, A., Gavine, A., Renfrew, M. J., et al. (2022). Breastfeeding support interventions and breastfeeding outcomes: Updated evidence from systematic reviews. *International Breastfeeding Journal*, 17(1), 72. <https://doi.org/10.1186/s13006-022-00518-4>
- Rollins, N. C., Bhandari, N., Hajeebhoy, N., Horton, S., Lutter, C. K., Martines, J. C., Piwoz, E. G., Richter, L. M., & Victora, C. G. (2016). Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices? *The Lancet*, 387(10017), 491–504. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01044-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01044-2).
- Sharma, I. K., Byrne, A., & colleagues. (2023). Family support and breastfeeding practices in low- and middle-income countries: A systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 19(4), e13569. <https://doi.org/10.1111/mcn.13569>.
- Sinha, B., Chowdhury, R., Sankar, M. J., et al. (2022). Interventions to improve breastfeeding outcomes: An updated systematic review and meta-analysis. *Maternal & Child Nutrition*, 18(Suppl. 3), e13399. <https://doi.org/10.1111/mcn.13399>
- United Nations Children's Fund (UNICEF); World Health Organization (WHO). (2021). *Implementation Guidance on Counselling Women to Improve Breastfeeding Practices*. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/c79d2ab6-94d5-4c80-94f0-9398c2e097a2/content>
- Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J. D., AFRança, G. V., Horton, S., Krasevec, J., Murch, S., JeevaSankar, M., Walker, N., & Rollins, N. C. (2016). Breastfeeding in the 21 st Century : epidemiology , mechanisms and lifelong impact . Lancet Breastfeeding Series Paper 1. *The Lancet*, 387(10017), 475–790.
- Wa Ode Sri Kamba Wuna, S. (2022). *Kebidanan Nifas dan Laktasi*. https://books.google.co.id/books?id=Eq_YEQAAQBAJ&printsec=copyright&hl=id&source=gbs_pub_info_r#v=onepage&q&f=false