



## **KESIAPAN MENYUSUI IBU NIFAS DI KAWASAN ASIA: *LITERATUR REVIEW***

**Kodariyah\*, Anggorowati, Zubaidah**

Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Jl. Prof. Sudarto, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275, Indonesia

\*[kodariyahrsu@gmail.com](mailto:kodariyahrsu@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif yang meliputi sikap dan perilaku merupakan bentuk kedewasaan ibu untuk memutuskan dan mempersiapkan diri sebelum memberikan ASI eksklusif. Bentuk kematangan seseorang dipengaruhi oleh tingkat perkembangan individu tersebut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kesiapan ibu nifas dalam memberikan ASI di ASIA. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *literature review*. Strategi dalam mencari jurnal yang digunakan disesuaikan dengan PICO dan istilah pencarian jurnal melalui MESH Jurnal yang digunakan didapatkan melalui database penyedia jurnal internasional Proquest, Jurnal *Scientific* Indonesia, *google scholar*, *Pubmed* dan *Science Direct*. Peneliti menggunakan kata kunci sesuai MESH (*Medical Subject Heading*) yaitu "*mother's and readiness and breastfeed her baby*". Kesiapan menyusui sangat penting untuk meningkatkan keberhasilan nifas. Kesiapan menyusui mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap positif terhadap menyusui. Semakin siap seorang ibu untuk menyusui, semakin besar kemungkinan dia memiliki pengalaman yang sukses dan lancar dalam memberikan ASI (Air Susu Ibu) pada bayinya. Pengetahuan tentang menyusui sangat penting dalam meningkatkan kesiapan menyusui. Ini termasuk pemahaman tentang manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, tanda-tanda bahwa bayi sudah cukup makan, dan cara mengatasi masalah umum yang mungkin terjadi selama menyusui. Persiapan Laktasi sangat diperlukan oleh ibu selama *Antenatal Care* terutama bagi Primigravida. Rekomendasi kesiapan menyusui adalah memperkaya pengetahuan dan pemahaman tentang menyusui serta memperkuat dukungan mental untuk mengembangkan rasa percaya diri.

Kata kunci: ibu nifas; kesiapan; menyusui

## ***READINESS FOR BREASTFEEDING OF POSTPARTUM MOTHERS IN ASIA: LITERATURE REVIEW***

### **ABSTRACT**

*The readiness of a mother to provide exclusive breastfeeding, which includes attitudes and behaviors, is a form of maturity for the mother to decide and prepare herself before giving exclusive breastfeeding. The level of maturity of an individual is influenced by their level of development. The aim of this study is to determine the readiness of postpartum mothers in providing breastfeeding in Asia. The research design used in this study is a literature review. The search strategy used to find relevant journals was based on PICO and search terms using MESH (Medical Subject Heading) via international journal provider databases such as Proquest, Jurnal Scientific Indonesia, Google Scholar, Pubmed, and Science Direct. The researcher used the keyword "mother's and readiness and breastfeed her baby" according to MESH. Breastfeeding readiness is crucial to increase postpartum success. Breastfeeding readiness includes knowledge, skills, and positive attitudes towards breastfeeding. The more prepared a mother is for breastfeeding, the greater the likelihood that she will have a successful and smooth experience in providing breast milk to her baby. Knowledge about breastfeeding is essential in increasing breastfeeding readiness. This includes understanding the benefits of breast milk, correct breastfeeding techniques, signs that the baby has had enough milk, and how to address common problems that may arise during breastfeeding. Lactation preparation is essential for mothers during Antenatal Care, especially for Primigravida. The recommended breastfeeding readiness is to enrich knowledge and understanding of breastfeeding and to strengthen mental support to develop confidence.*

*Keywords: breastfeeding; postpartum mother; readiness*

## **PENDAHULUAN**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan susu yang diproduksi oleh manusia untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat (Proverawati, Atikah; Rahmawati, 2018). Air Susu Ibu merupakan pondasi yang dapat menjadi landasan bagi kehidupan anak yang memberikan banyak keuntungan bagi pertumbuhan serta perkembangan dan meminimalisir terjadinya penyakit akut serta kronik pada bayi. ASI eksklusif ini juga disebut sebagai pemegang kunci penting dalam keberhasilan pembangunan berkelanjutan (Lentina, Etika & Budiono, 2021). Pemberian ASI yang dilakukan secara eksklusif setara dengan menyelamatkan 804.000 anak dari kematian ditahun 2011 (Sartina, 2021). ASI memiliki banyak manfaat tidak hanya bagi bayi tapi juga bermanfaat bagi ibu. Selain dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh bagi bayi, memberikan ASI eksklusif pada bayi dapat membantu mengurangi lemak pada ibu sewaktu hamil (Salamah & Prasetya, 2019).

Kesiapan menyusui di kawasan Asia dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti budaya, norma sosial, ketersediaan dukungan dan informasi, serta aksesibilitas terhadap fasilitas kesehatan dan layanan dukungan menyusui (Prastiwi et al., 2017). Beberapa negara di Asia memiliki tradisi yang kuat dalam praktik menyusui dan memandangnya sebagai bagian penting dari peran ibu dalam memberikan nutrisi dan perlindungan pada bayi. Namun, di negara-negara lain, terutama di perkotaan, praktik menyusui dapat terpengaruh oleh tren modern dan pengaruh luar yang mendorong penggunaan susu formula (Sri Mulyani, 2017). Perlu ada upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang manfaat menyusui bagi ibu dan bayi di kawasan ASIA, serta dukungan untuk meningkatkan keterampilan menyusui dan mengatasi masalah yang mungkin terjadi. Ini dapat dilakukan melalui kampanye sosial, dukungan individu dari para ahli laktasi dan dukungan keluarga dan masyarakat yang positif terhadap menyusui (Infodatin, 2018).

Pembentukan ASI telah dimulai sejak awal kehamilan. Status nutrisi ibu dalam kehamilan mempengaruhi proses laktasi. Selain faktor nutrisi, faktor lain yang menentukan keberhasilan proses laktasi yaitu faktor psikologis ibu dan kondisi fisiologis payudara. Untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif, perlu dilakukan upaya untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya (Wibowo, 2016). Usaha ini dilakukan terhadap ibu dalam 3 tahap. Tahap pertama pada masa kehamilan (antenatal), tahap kedua sewaktu ibu dalam persalinan (prenatal), dan terakhir pada masa menyusui dan sampai anak berumur 2 tahun (*post* natal). Manajemen laktasi adalah suatu upaya yang dilakukan oleh ibu, ayah dan keluarga untuk menunjang keberhasilan menyusui. Salah satu faktor yang mendukung pemberian ASI eksklusif adalah pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi (Seftia et al., 2020). Usaha untuk mengoptimalkan manajemen laktasi perlu dilakukan dari mulai kehamilan, bersalin, dan nifas. Pada masa kehamilan dilakukan perawatan payudara yang bertujuan agar payudara bersih sebelum menyusui dan memperlancar ASI. Setelah bayi lahir di anjurkan untuk melakukan inisiasi menyusui dini (IMD) yang bermanfaat untuk merangsang produksi hormon oksitosin bagi ibu melalui kontak langsung antara kulit ibu dengan bayinya (Seftia, Novianti & Maryani, 2020).

Penelitian Woja, Mudayati dan Susmini (2018) didapatkan hasil bahwa pengetahuan responden tentang manajemen laktasi di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang manajemen laktasi berkategori baik yaitu dari 27 (60,0%) dari total 45 responden. Pengetahuan ibu yang sebagian besar dikategorikan baik dapat disebabkan karena ibu menyusui memiliki pengalaman dalam hal ini sudah memperoleh informasi tentang

manajemen laktasi. Salah satu faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan menyusui adalah kesiapan ibu dalam menyusui, Penelitian tentang kesiapan menyusui di kawasan Asia sangat penting dilakukan. Dengan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan ibu dalam menyusui, dapat dilakukan upaya-upaya untuk meningkatkan praktik pemberian ASI eksklusif di Indonesia dan kawasan Asia lainnya. Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga sesuai dengan salah satu tujuan dari Millenium *Development Goals* (MDGs) yaitu mengurangi tingkat kematian anak dan meningkatkan kesehatan ibu. Dengan demikian, penelitian tentang kesiapan menyusui di kawasan Asia dapat memberikan kontribusi yang besar dalam mencapai tujuan MDGs dan meningkatkan kesehatan ibu dan anak di kawasan ASIA (Falikhah, 2019). Kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif sikap dan perilaku ibu merupakan bentuk kedewasaan ibu untuk memutuskan dan mempersiapkan diri sebelum memberikan ASI eksklusif. Bentuk kematangan seseorang dipengaruhi oleh tingkat perkembangan individu tersebut (Mulyani, 2018). Tujuan penelitian untuk mengetahui kesiapan ibu nifas dalam memberikan ASI di Asia.

**METODE**

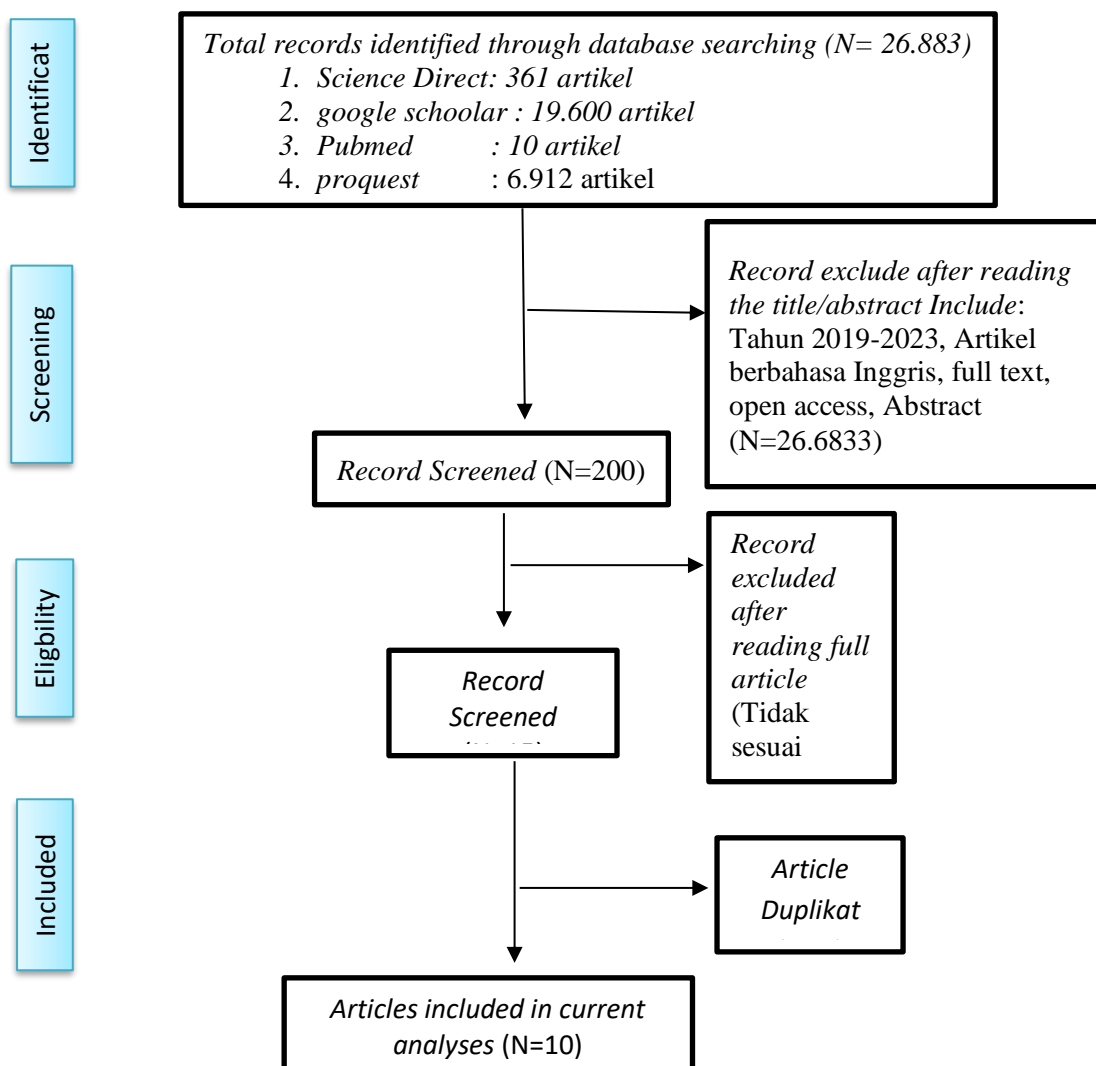
Penelitian ini menggunakan metode *Arksey* dan *O'Malley* yang dilakukan melalui lima tahapan. Lima tahapan tersebut terdiri dari mengidentifikasi pertanyaan penelitian sesuai dengan topik, mengidentifikasi penelitian yang relevan dengan topik yang diambil, memilih penelitian yang terkait dengan topik, melakukan analisis menggunakan matriks data, dan menginterpretasikan temuan. Pertanyaan penelitian ini adalah “bagaimana kesiapan ibu nifas dalam menyusui?”. Strategi dalam mencari jurnal yang digunakan disesuaikan dengan PICO dan istilah pencarian jurnal melalui MESH. Jurnal yang digunakan dalam literature review ini didapatkan melalui database Jurnal International *Proquest*, Jurnal Scientific Indonesia, *google scholar*, *Pubmed* dan *Science Direct*. Peneliti menuliskan kata kunci sesuai MESH (*Medical Subject Heading*) yaitu “*mother's and readiness and breastfeed her baby*”. Pada *Science Direct* muncul 361 temuan, selanjutnya diurutkan dari yang terbaru. Pemilihan bahasa tidak dilakukan karena semuanya jurnal yang ditemukan telah menggunakan bahasa inggris. Demikian juga untuk *google scholar* didapatkan 19.600 temuan kemudian dispesifikan dalam 5 tahun terakhir dan didapatkan sebanyak 17.000 temuan. Untuk *Pubmed* ditemukan 10 temuan. sedangkan pada *Proquest* ditemukan 6,912. Setiap pertanyaan tersebut telah mengikuti PICO dimana setiap pertanyaan terdapat P = problem/pasien/populasi, I/E=implementasi/intervensi/exposur, C = kontrol/ intervensi pembanding, O= hasil. mencari jurnal kesiapan ibu dalam menyusui. Penulis mengambil semua desain penelitian yang digunakan dalam mengidentifikasi kesiapan ibu dalam menyusui bayinya. Kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut:

Tabel 1.  
Kriteria Literature

Karakteristik penelitian	Kriteria inklusi	Kriteria eksklusi
Design	<i>Desain randomized control trial (RCT)</i> <i>Quasi eksperimental</i>	
Respondents	Ibu nifas	Ibu nifas yang mengalami komplikasi
Intervention	Tidak ada intervensi	-
Measurement result	Kesiapan ibu dalam menyusui	Tidak berhasil menyusui

Artikel dipilih 5 tahun terakhir dan *full teks*, bagian penting dari pemilihan penelitian ini adalah mencari *key word* tentang kesiapan ibu dalam menyusui. Dalam tinjauan pelingkupan ini, pencarian literatur independen menggunakan data yang dapat diandalkan. Artikel yang diperoleh kemudian dianalisis untuk mencari data yang dibutuhkan, dianalisis persamaan dan

perbedaannya. Judul, abstrak, dan artikel ditinjau sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Data yang digunakan pada masing-masing artikel yang ditemukan adalah teks lengkap, tahun studi, jenis intervensi, populasi dan hasil.



Gambar 1. PRISMA- SR

Gambar 1 menggambarkan proses pencarian dan pemilihan artikel yang digunakan dengan menggunakan *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-analysis for Scoping Review* (PRISMA- SR). Abstraksi data mencakup proses mengekstrak informasi yang relevan dari artikel atau dokumen yang telah dipilih untuk analisis. Setelah menemukan artikel yang berpotensi relevan, teks lengkap dari artikel tersebut akan dibaca dan dianalisis. Jika artikel tersebut memenuhi kriteria inklusi, ekstraksi data akan dilakukan oleh peneliti. Sebanyak 26.883 artikel diperoleh sebagai sumber literatur dari *Science Direct* (361 artikel), *google scholar* (19.600 artikel) *Pubmed* (10 artikel), *Proquest* (6,912 artikel). 200 artikel dikeluarkan karena hanya berisi teori dan pembahasan, tidak berbahasa Inggris, artikel tidak berhubungan dengan topik dan bukan artikel original. Hasil screening artikel diperoleh 15 artikel dan dibuat pengecualian pada artikel yang tidak mengkaji keberhasilan dalam menyusui dan kelengkapan artikel diperoleh 10 artikel yang akan dianalisis membahas tentang kesiapan ibu nifas dalam menyusui bayinya.

**HASIL**

Ada 10 artikel yang diperoleh dari negara Indonesia. Rancangan penelitian dengan observasional analitik, *cross sectional*, *deskriptif analitik*, *online survey*. Tempat penelitian Surabaya, Jambi, Kabupaten Muna Sulawesi.

Tabel 2.  
Hasil Analisis Artikel

Nama, tahun	Judul	Desain	Hasil
(Lentina et al., 2021)	Pengaruh kesiapan ibu terhadap keberhasilan menyusui	observasional analitik dengan pendekatan cross sectional	Faktor persiapan fisik seperti pemeriksaan payudara serta perawatan payudara dapat meningkatkan keberhasilan menyusui. Salah satu penyebab kegagalan menyusui adalah masalah pada payudara seperti puting susu lecet, ini dapat terjadi karena teknik menyusui dan perawatan payudara yang kurang baik
(Junaedah, 2020)	Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Badak	<i>Cross-sectional study</i>	Pengetahuan tentang manfaat dan teknik menyusui ibu berkontribusi terhadap kesiapan ibu untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Selain itu, jenis pekerjaan ibu dan lingkungan kerja juga dapat mempengaruhi kesiapan ibu dalam menyusui eksklusif
(Sartina, 2021)	Faktor determinan kesiapan ibu hamil yang bekerja diluar rumah dalam pemberian ASI eksklusif di RSUD Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara tahun 2021	deskriptif analitik dengan metode penelitian Cross sectional Study	menyediakan ruang menyusui dan menyediakan alat bantu pemerah ASI
(Umami Hamidah, 2016)	Hubungan pengetahuan menyusui dan efikasi menyusui dengan niat menyusui pada ibu hamil yang bekerja di Tugu.	Desain penelitian ini menggunakan cross-sectional	melakukan peningkatan program edukasi mengenai ASI eksklusif untuk peningkatan intensi menyusui agar terjadi peningkatan cakupan ASI eksklusif
(Yuliani et al., 2022)	Pengaruh <i>online class</i> persiapan menyusui terhadap <i>breastfeeding self-efficacy</i> (BSE) dan keberhasilan menyusui	<i>quasi experiment</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelas online persiapan menyusui dapat meningkatkan self-efficacy menyusui dan keberhasilan menyusui. Dengan kata lain, ibu yang mengikuti kelas online ini memiliki lebih banyak pengetahuan dan keterampilan untuk menyusui, serta lebih yakin dalam kemampuan mereka untuk melakukannya
(Paradila et al., 2021)	Faktor Yang Mempengaruhi Persiapan Menyusui Pada Ibu Hamil Usia Remaja	literature review	Faktor yang mempengaruhi kesiapan menyusui di antaranya adalah pengetahuan tentang manfaat ASI, teknik menyusui yang benar, tanda-tanda bahwa bayi sudah cukup makan, dan cara mengatasi masalah umum yang mungkin terjadi selama menyusui. Selain itu, dukungan dari suami atau keluarga juga merupakan faktor penting dalam meningkatkan kesiapan menyusui. Ibu yang memiliki dukungan yang baik dari pasangan atau keluarga cenderung lebih siap secara emosional dan psikologis untuk menyusui dan akan lebih mudah untuk mengatasi tantangan yang mungkin terjadi selama proses menyusui.
(Ferilia Adiesti, 2022)	Intervensi Upaya Kesehatan Melalui Promotif Edukasi Dengan Booklet untuk Kesiapan Ibu Menyusui Pada Ibu Nifas	Metode peer education	Metode Boobooklet mampu meningkatkan kesiapan ibu
(Andarwan & Nuraini, 2021)	Persiapan ibu nifas selama menyusui di masa adaptasi kebiasaan baru dalam pemberian ASI	Webinar	Ikut serta Webinar tentang mitos kebiasaan baru menyusui dapat membantu para ibu yang sedang memiliki pemahaman yang kurang tentang adanya adaptasi kebiasaan baru selama menyusui. Selain itu dengan adanya dukungan keluarga juga dapat membantu keberhasilan menyusui
(Ulfa & Tisnawati, 2016)	Persiapan menyusui menurunkan kejadian putting susu lecet pada ibu nifas	Desain hanya dengan kelompok	Persiapan menyusui berupa teknik menyusui dan perawatan payudara yang benar dapat menurunkan

Nama, tahun	Judul	Desain	Hasil
		kontrol dan terjadinya puting susu lecet post-test	
(Wahyuni ngsih, 2021)	Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ASI dan persiapan menyusui eksklusif	Tahap awal yang dilakukan adalah berkoordinasi dengan PKD	melakukan penyuluhan/pendidikan kesehatan tentang ASI dan Persiapan Menyusui Eksklusif

## PEMBAHASAN

Usaha untuk mengoptimalkan manajemen laktasi dilakukan dari mulai kehamilan, bersalin, dan nifas, pada masa kehamilan dilakukan perawatan payudara bertujuan agar payudara bersih sebelum menyusui dan memperlancar ASI. Setelah bayi lahir di anjurkan untuk inisiasi menyusui dini (IMD) bermanfaat untuk merangsang produksi hormon oksitosin bagi ibu karena adanya kontak langsung antara kulit ibu dengan bayinya (Seftia et al., 2020). Faktor persiapan fisik ibu menyusui seperti kesiapan ibu dalam hal ini adalah ibu yang telah mempersiapkan dirinya dengan melakukan pemeriksaan payudara secara teratur dan melakukan perawatan payudara yang tepat sebelum dan selama masa menyusui. Ibu juga mampu mengenali tanda-tanda awal dari masalah payudara, seperti infeksi atau penyumbatan saluran ASI, sehingga dapat segera mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencegah atau mengatasi masalah tersebut.

Salah satu penyebab kegagalan menyusui adalah masalah pada payudara seperti puting susu lecet, ini dapat terjadi karena teknik menyusui dan perawatan payudara yang kurang baik (Wijayanti & Komariyah, 2019). Ibu juga sangat penting untuk memiliki pengetahuan tentang menyusui. Mayoritas ibu yang memiliki pengetahuan tentang ASI eksklusif memiliki perilaku dan bertindak sesuai dengan pengetahuan yang ibu miliki. Pengetahuan baik pada ibu membantu menaikkan kualitas dalam memberikan ASI dengan baik jika dibandingkan pada ibu yang memiliki kurang pengetahuan tentang menyusui (Enny Fitriahadi, 2017). Kesiapan menyusui di kawasan Asia dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti budaya, norma sosial, ketersediaan dukungan dan informasi, serta aksesibilitas terhadap fasilitas kesehatan dan layanan dukungan menyusui. Namun, di negara-negara lain, terutama di perkotaan, praktik menyusui dapat terpengaruh oleh tren modern dan pengaruh luar yang mendorong penggunaan susu formula (Sartina, 2021). Untuk meningkatkan kesiapan menyusui di kawasan Asia, perlu ada upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang manfaat menyusui bagi ibu dan bayi, serta dukungan untuk meningkatkan keterampilan menyusui dan mengatasi masalah yang mungkin terjadi. Ini dapat dilakukan melalui kampanye sosial, dukungan individu dari para ahli laktasi dan dukungan keluarga dan masyarakat yang positif terhadap menyusui (Sriatin, 2017).

Persiapan Laktasi sangat diperlukan oleh ibu selama Antenatal Care terutama bagi Primigravida. Jika selama antenatal care tidak dipersiapkan dengan baik kemungkinan akan banyak timbul masalah mulai dari pengeluaran ASI yang tidak lancar sampai proses menyusui yang kurang tepat. Sesuai penelitian yang dilakukan oleh (Wijayanti & Komariyah, 2019) didapatkan hasil pengetahuan mempengaruhi kesiapan ibu dalam menyusui bayinya. Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI di produksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Laktasi merupakan bagian dari siklus reproduksi manusia. Masa laktasi bertujuan meningkatkan ASI Eksklusif sampai usia 2 tahun dengan teknik yang baik dan benar (Hidajati, 2012). Proses pembentukan air susu merupakan proses yang kompleks melibatkan hipotalamus, pituitary dan payudara, yang sudah dimulai saat fetus sampai pada masa pasca persalinan. ASI yang dihasilkan memiliki komponen yang konstan dan tidak sama dari

waktu ke waktu tergantung stadium laktasi. Kehamilan pada wanita akan berdampak pada pertumbuhan payudara dan proses pembentukan air susu ibu (Laktasi) (Kristiyansari, 2014). Proses ini timbul setelah ari – ari atau plasenta lepas. Plasenta mengandung hormone penghambat prolaktin (hormone plasenta) yang menghambat pembentukan ASI. Setelah plasenta lepas, hormone plasenta tersebut tak ada lagi, sehingga susu pun keluar (Wijayanti & Komariyah, 2019).

## SIMPULAN

Kesiapan menyusui di kawasan Asia bervariasi tergantung pada faktor budaya, sosial, dan dukungan yang tersedia. Untuk meningkatkan kesiapan menyusui, perlu ada upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang manfaat menyusui serta dukungan dari konselor laktasi, keluarga, dan masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarwulan, S., & Nuraini, I. (2021). Persiapan Ibu Nifas Selama Menyusui Di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Dalam Pemberian Asi. *AS-SYIFA: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 107. <https://doi.org/10.24853/assyifa.1.2.107-114>
- Enny Fitriahadi. (2017). Buku Ajar Asuhan Kehamilan. In *BMC Public Health*.
- Falikhah, N. (2019). ASI dan Menyusui ( Tinjauan Demografi Kependudukan ). *Jurnal Ilmu Dakwah*, 13(26), 31–46.
- Ferilia Adiesti. (2022). Intervensi Upaya Promotif Kesehatan Melalui Edukasi Dengan Booklet Untuk Kesiapan Ibu Menyusui Pada Ibu Nifas Di Desa Sumber Tebu Kecamatan Bangsal Kabupaten Mojokerto. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- Hidajati, A. (2012). Mengapa seorang ibu harus menyusui. In *FlashBooks, Jogjakarta*.
- Infodatin. (2018). Menyusui Sebagai Dasar Kehidupan. In *kementerian Kesehatan RI*.
- Junaedah. (2020). *Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Badak*.
- Kristiyansari. (2014). *ASI, menyusui & Sadari*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Lentina, N., Etika, R., & Budiono, D. I. (2021). The Effect of Mother’S Readiness on Breastfeeding Success. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(2), 152–159. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i2.2021.152-159>
- Mulyani, S. (2018). Work and knowledge of mother readiness in exclusive breastfeeding. *International Research Journal of Management, IT and Social Sciences*, 5(4), 91–97. <https://doi.org/10.21744/irjmis.v5n4.274>
- Paradila, D. A., Purwanti, I. A., Prakasiwi, S. I., & Khasanah, U. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Persiapan Menyusui Pada Ibu Hamil Usia Remaja. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 4, 1914–1918.
- Prastiwi, R., Qudriani, M., Ludha, N., & Arsita, R. (2017). Peningkatan Persepsi Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 1(1), 42–48. <https://doi.org/10.30591/japhb.v1i1.687>
- Proverawati, Atikah; Rahmawati, E. (2018). *ASI Dan Menyusui*. Nuha. Medika.

- Salamah, U., & Prasetya, P. H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 199–204. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1418>
- Sartina. (2021). Faktor determinan kesiapan ibu hamil yang bekerja diluar rumah dalam pemberian ASI eksklusif di RSUD Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara tahun2021. *Jurnal Ilmiah Obsgin Vol13 No4 (2021)*, 14.
- Seftia, B. A., Novianti, N., & Maryani, D. (2020). Implementasi Manajemen Persiapan Laktasi. *Journal of Midwifery*, 8(2), 15–23. <https://doi.org/10.37676/jm.v8i2.1199>
- Sri Mulyani. (2017). Model Pemberdayaan Ibu Hamil dalam Kesiapan Pemberian Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif. Surakarta - *Pascasarjana - 2017*, 34. UNS-Pascasarjana Penyuluhan Pembangunan/Pemberdayaan Masyarakat-T641302002-2017
- Sriatin. (2017). Hubungan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan kesiapan menghadapi masa laktasi pada ibu hamil di Puskesmas Ranomeeto Kabupaten Konawe Selatan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 21(2), 1689–1699. [https://www.oecd.org/dac/accountable-effective-institutions/Governance Notebook 2.6 Smoke.pdf](https://www.oecd.org/dac/accountable-effective-institutions/Governance%20Notebook%202.6%20Smoke.pdf)
- Ulfa, M., & Tisnawati, I. N. (2016). Persiapan Menyusui Menurunkan Kejadian Putting Susu Lecet pada Ibu Nifas di Puskesmas Gandusari Kecamatan Gandusari Kabupaten Blitar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 3(3), 242–246. <https://doi.org/10.26699/jnk.v3i3.art.p242-246>
- Umami Hamidah. (2016). *Hubungan pengetahuan tentang asi dan kesiapan menyusui dengan intensi menyusui pada ibu hamil yang bekerja di Kelurahan Tugu*. uri: <https://lontar.ui.ac.id/detail?id=20430704>
- Wahyuningsih. (2021). Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ASI dan persiapan menyusui eksklusif. *Journal of Community Service in Education*, 1(1), 20–25.
- Wibowo, M. (2016). Dukungan informasi bagi ibu menyusui dalam memberikan ASI eksklusif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 8.
- Wijayanti, A. R., & Komariyah, S. (2019). Pengetahuan Persiapan Laktasi bagi Primigravida di Wilayah Puskesmas Tiron Kecamatan Banyakan Kabupaten Kediri. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 131–139. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v7i2.106>
- Woja, H. H., Mudayati, S., & Susmini. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Perilaku Pemberian Asi Di Posyandu Seruni Tlogomas Kecamatan Lowokwarukota Malang. *Jurnal Keperawatan*, 3(1), 411–420. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/801>
- Yuliani, D. R., Winarso, S. P., Amalia, R. A., & Naufal, A. F. (2022). Media Edukasi Video Untuk Meningkatkan Breastfeeding Self-Efficacy (Efikasi Diri Menyusui). *Jurnal Sains Kebidanan*, 4(2), 79–84. <https://doi.org/10.31983/jsk.v4i2.9289>