

Edukasi Manajemen Menyusui pada Ibu Hamil sebagai Optimalisasi Pemberian ASI Eksklusif

Education of Breastfeeding Problems and Solutions for Pregnant Women as an Optimization of Exclusive Breastfeeding

Yesika Cahya Septiana

Disa Larasati

Noviyati Rahardjo Putri *

Department of Midwifery,
Universitas Sebelas Maret,
Surakarta, Central Java, Indonesia

email: novirahardjo@staff.uns.ac.id

Kata Kunci

ASI eksklusif
Manajemen Menyusui
Edukasi

Keywords:

*Exclusive breastfeeding
Breastfeeding management
Education*

Received: May 2024

Accepted: July 2024

Published: Oktober 2024

Abstrak

ASI atau air susu ibu merupakan sumber makanan utama bagi bayi sampai berusia 6 bulan. Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan awal kehidupan bayi memiliki banyak manfaat bagi bayi salah satunya meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Menurut data dari Riskesdas pada tahun 2018 hanya 37,3% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Kegagalan pemberian ASI eksklusif salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang cara pemberian ASI yang baik dan benar yang dapat menimbulkan masalah menyusui. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang manajemen menyusui meliputi teknik menyusui yang benar, ASI perah (ASIP), masalah dan solusi payudara saat menyusui. Metode pengabdian dilakukan dengan cara pemberian edukasi, yang diawali dengan pre-test, dilanjutkan dengan pemberian materi dan praktik langsung cara menyusui, serta diakhiri dengan post-test. Hasil dari kegiatan pengabdian adalah peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait dengan teknik menyusui yang benar, ASI perah (ASIP), masalah dan solusi payudara saat menyusui dari sebelum adanya pemberian edukasi dan sesudah adanya edukasi. Pengetahuan yang didapatkan oleh ibu hamil dapat dijadikan bekal untuk melalui proses menyusui sehingga dapat meningkatkan pemberian ASI eksklusif kepada bayi.

Abstract

Breast milk or breast milk is the main food source for babies up to 6 months old. Exclusive breastfeeding during the first 6 months of a baby's life has many benefits for the baby, one of which is boosting the immune system. According to data from Riskesdas, in 2018 only 37.3% of babies received exclusive breastfeeding. The failure of exclusive breastfeeding is one of the reasons for the lack of knowledge of mothers about how to breastfeed properly and correctly which can cause breastfeeding problems. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of pregnant women about breastfeeding management including correct breastfeeding techniques, expressed breast milk, breast problems, and solutions while breastfeeding. The service method is carried out by providing education, which begins with a pre-test, then materials and direct practice on how to breastfeed, and ends with a post-test. The result of the service activities is an increase in the knowledge of pregnant women related to correct breastfeeding techniques, breast milk (ASIP), breast problems, and solutions when breastfeeding from before and after education. The knowledge gained by pregnant women can be used as a provision to go through the breastfeeding process so that it can increase exclusive breastfeeding to the baby.



© 2024 Yesika Cahya Septiana, Disa Larasati, Noviyati Rahardjo Putri. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i10.7677>

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan bentuk kasih sayang seorang ibu kepada anaknya. ASI atau air susu ibu merupakan sumber nutrisi utama bagi seorang bayi sampai usianya mencapai 6 bulan.. Bayi yang diberikan ASI eksklusif memiliki daya tahan tubuh

How to cite: Septiana, Y, C., Larasati, D., & Putri, N, R. (2024). Edukasi Manajemen Menyusui pada Ibu Hamil Sebagai Optimalisasi Pemberian ASI Eksklusif. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 9(10), 1942-1947. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i10.7677>

yang baik dan risiko obesitas yang lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif (Solikhah & Setyowati 2018). Selain itu, pemberian ASI eksklusif juga menurunkan risiko diare pada bayi yang disebabkan oleh infeksi, virus maupun yang disebabkan karena penggunaan antibiotik (Irwan *et al.*, 2023). Secara global pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dianjurkan untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan yang optimal (Akodu *et al.*, 2014; Azeze *et al.*, 2019). Pemberian ASI eksklusif memberikan manfaat bagi psikologis dan fisik ibu menyusui. Selama proses menyusui akan tercipta ikatan emosional antara ibu dan bayi yang akan menciptakan rasa kasih sayang ibu kepada bayi (Fatmawati *et al.*, 2019). Melalui proses menyusui akan meningkatkan hormon oksitosin pada tubuh ibu yang akan membantu kontraksi uterus ibu untuk kembali ke ukuran semula dengan baik setelah melahirkan (Haryanto *et al.*, 2020). Ibu yang menyusui bayinya sampai 12 bulan akan mendapatkan dampak positif yaitu menurunkan risiko untuk terkena kanker payudara sebesar 4,3% (Stordal 2023).

Pengalaman menyusui setiap ibu pasti berbeda-beda, ada ibu yang melalui fase menyusuinya tanpa ada masalah tetapi tak sedikit juga ibu yang mengalami kesulitan dan masalah saat menyusui. Proses menyusui perlu disiapkan dengan mantap sehingga ibu bisa melaluinya dengan nyaman dan menyenangkan. Sering dijumpai di masyarakat, ibu yang menghentikan pemberian ASI eksklusif karena permasalahan menyusui. Di Indonesia sendiri, menurut Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018 tercatat hanya 37,3% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif (Kemenkes 2018). Sedangkan prevalensi ASI eksklusif secara global hanya mencapai 38% (Mohamed *et al.*, 2018). Beberapa faktor yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif di Indonesia diantaranya faktor usia ibu, faktor tingkat pendidikan ibu, faktor pengetahuan ibu terkait ASI eksklusif, faktor pekerjaan ibu, dan faktor dukungan suami dan keluarga (Feriyal *et al.*, 2023). Sedangkan berdasarkan penelitian global, berbagai faktor penyebab keberhasilan ASI eksklusif antara lain pengetahuan, sikap, dukungan lingkungan sekitar, usia ibu muda, persepsi positif tentang kecukupan ASI, memiliki satu anak, dan menghadiri kelas antenatal selama kehamilan (Agrina *et al.*, 2022; Bazie *et al.*, 2019; Egata 2014; Vaidya & Warke 2019).

Dari berbagai faktor yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif, faktor pengetahuan ibu terkait ASI eksklusif merupakan faktor yang dapat diminimalisir sejak kehamilan. Dengan pengetahuan yang cukup mengenai cara pemberian ASI eksklusif, ibu akan menjadi lebih percaya diri untuk melalui proses menyusuinya dengan baik. Pengetahuan yang didapatkan dari kelas antenatal ditambah dengan dukungan manajemen menyusui merupakan salah satu cara untuk optimalisasi ASI eksklusif (Akodu *et al.*, 2014; Neifert & Bunik 2013). Penelitian yang dilakukan di RSPKU Muhammadiyah Gamping Yogyakarta pada tahun 2022 menunjukkan bahwa pemberian edukasi teknik menyusui pada ibu pasca persalinan memberikan dampak positif untuk meningkatkan keefektifan ibu nifas dalam menyusui (Nur Sholihah 2023). Pada Renstra (Rencana Strategis Kementerian Kesehatan) tahun 2020-2024 terdapat target yaitu peningkatan persentase bayi kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif menjadi 60% (Kemenkes 2020). Untuk mewujudkan target tersebut mitra melakukan pengabdian masyarakat berupa edukasi terkait dengan manajemen menyusui meliputi teknik menyusui yang benar, ASI perah (ASIP), masalah dan solusi payudara saat menyusui yang ditujukan untuk ibu hamil trimester 2 dan 3. Pemberian edukasi kepada ibu hamil bertujuan agar ibu dapat sedini mungkin untuk menyiapkan fisik, pengetahuan dan mental untuk menyusui bayinya setelah persalinan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Sabtu, 22 Juni 2024 di Ruang Serbaguna RW 18 Ngoresan Jebres Surakarta. Metode yang digunakan dalam pemberian edukasi kepada ibu hamil adalah dengan menggunakan media power point. Dalam pengabdian disiapkan laptop, LCD, mic, speaker, print out materi, kuesioner *pre-test* dan *post-test* serta pulpen. Penyuluh juga menggunakan alat bantu berupa boneka bayi dan payudara sehingga memudahkan peragaan saat memberi edukasi. Sebelum pemaparan edukasi dimulai, ibu hamil diberikan kuesioner *pre-test*. Setelah semua ibu hamil datang dan telah selesai mengisi *pre-test*, dibagikan print out materi sehingga ibu hamil bisa menuliskan catatan pada materi saat diberikan edukasi serta sebagai upaya meminimalisir masalah pada penyampaian materi menggunakan media power point. Pemberian edukasi kepada ibu hamil memuat manajemen menyusui meliputi teknik menyusui yang benar,

ASI perah (ASIP), masalah dan solusi payudara saat menyusui. Selesai pemberian edukasi, ibu hamil diberikan kuesioner post-test. Kuesioner pre-test dan post-test digunakan sebagai bentuk evaluasi keberhasilan pemberian edukasi berupa peningkatan pengetahuan ibu hamil. Tabel 1 berikut ini menyajikan tahapan pelaksanaan kegiatan:

Tabel I. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

TAHAP	KEGIATAN EDUKASI	PEMATERI
Pembukaan (5 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Perkenalan diri dari tim pengabdian dan mitra. 2. Penyepakatan kontrak edukasi/ penyuluhan 3. Pemberian lembar kuesioner pre-test 	Pengabdian
Inti (45 menit)	Menjelaskan tentang : <ol style="list-style-type: none"> 1. Teknik menyusui yang benar 2. ASI perah (ASIP) berupa pengertian, penyimpanan ASI perah, cara pemberian ASI perah 3. Masalah dan solusi payudara saat menyusui meliputi, puting susu tenggelam dan datar, payudara bengkak, mastitis dan abses payudara 	Pengabdian
Penutup (10 menit)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tanya jawab 2. Pemberian lembar kuesioner post-test 	Pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi masalah dan solusi saat menyusui pada ibu hamil diikuti oleh 7 ibu hamil trimester 2 dan 3 di Ngoresan. Dari 7 ibu hamil yang ikut serta terdapat 3 ibu hamil yang baru pertama kali menjalani kehamilan. Kegiatan edukasi dibuka dengan materi manajemen ASI Perah yang berisi cara menyimpan ASI, menyiapkan ASI, dan cara pemberian ASI kepada bayi. Materi berikutnya adalah teknik menyusui yang baik dan benar. Dalam pemberian edukasi, pemateri menggunakan boneka payudara dan bayi sehingga dapat memperagakan langsung di depan ibu hamil cara menyusui yang baik dan benar. Setelah dilakukan peragaan teknik menyusui, setiap ibu terutama ibu yang baru pertama kali akan menyusui diberikan kesempatan untuk mencoba langsung posisi menyusui dengan menggunakan boneka bayi yang ada. Saat praktik menyusui, banyak ibu hamil yang memberikan respon positif dan antusias karena diberikan perbaikan terkait dengan posisi dan teknik menyusui yang selama ini mereka ketahui. Pemberian edukasi dilanjutkan dengan materi masalah payudara saat menyusui. Pemateri memberikan edukasi terkait masalah yang paling sering dialami oleh ibu menyusui yaitu payudara bengkak, mastitis dan abses payudara. Saat pemberian materi ini, para ibu hamil yang sebelumnya sudah memiliki pengalaman menyusui membagikan pengalaman permasalahan menyusui mereka. Dari pengalaman yang telah dibagikan dan edukasi, ibu hamil menjadi lebih paham bagaimana cara penanganan dan pencegahan permasalahan payudara tersebut. Pada sesi tanya jawab, setelah semua materi diberikan, banyak ibu hamil yang bertanya terkait dengan masalah ASI yang tidak lancar. Menanggapi pertanyaan tersebut, tim pengabdian memberikan materi tambahan terkait dengan pijat oksitosin.

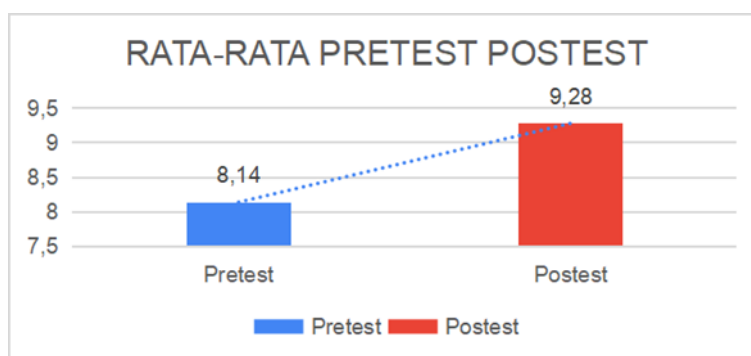


Gambar 1. Kegiatan edukasi dan praktik langsung dengan ibu hamil.

Nilai pre-test yang diberikan sebelum edukasi dan post-test setelah edukasi digunakan untuk mengukur keberhasilan penyampaian materi kepada ibu hamil yang dilihat dari adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi. Adapun hasil pre-test dan post-test dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel II. Hasil Pre-test dan Post-test

No.	Ibu Hamil	Nilai Pre-test	Nilai Post-test
1.	Ny. ESW	9	9
2.	Ny. DNR	8	9
3.	Ny. INK	9	9
4.	Ny. RW	10	10
5.	Ny. M	7	9
6.	Ny. PS	8	9
7.	Ny. N	6	10
Nilai Rata-rata		8,14	9,28
Persentase Peningkatan		12%	



Gambar 2. Grafik rata-rata nilai pre-test dan post-test.

Dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dapat dilihat pada Tabel 1, didapatkan rincian nilai rata-rata pre-test adalah 8,14 dan nilai rata-rata post-test adalah 9,28. Peningkatan nilai *post-test* dibandingkan dengan nilai *pre-test* menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah dilakukan edukasi yaitu sebesar 12%. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian materi edukasi terkait dengan masalah dan solusi saat menyusui efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait dengan materi yang telah disampaikan.

Penelitian serupa yang dilakukan pada tahun 2021 di Kota Mataram yaitu memberikan edukasi posisi dan perlekatan saat menyusui sebagai upaya peningkatan keberhasilan ASI eksklusif menunjukkan hasil yang baik. Pemberian edukasi dilakukan dengan metode brainstorming, demonstrasi dan praktek langsung cara menyusui yang benar. Dari 18 orang ibu hamil yang diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan dari yang semula *pre-test* 27,78% menjadi *post-test* 66,67%. Selain pengetahuan juga terdapat peningkatan keterampilan dari yang semula pre-test 11,11% menjadi post-test 44,44% (Faiqah & Hamidiyanti 2021). Pemberian edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai salah satu sumber informasi terpercaya dalam kelas ibu hamil terkait teknik menyusui dengan cara demonstrasi atau memperagakan dan praktek langsung efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil terkait teknik menyusui (Tan *et al.* 2020).

Ibu yang memiliki pengetahuan yang kurang terkait dengan teknik menyusui dapat gagal memberikan ASI eksklusif yang disebabkan oleh permasalahan payudara seperti puting lecet atau retak, payudara bengkak dan mastitis. Peningkatan pengetahuan ibu terkait dengan teknik menyusui dapat mengoptimalkan pemberian ASI eksklusif. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada tahun 2017 bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu terkait teknik menyusui dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan (Kosiang & Wulandari 2017). Berdasarkan penelitian (Tan *et al.*, 2020) yang dilakukan dengan melibatkan 421 ibu hamil yang berpartisipasi dalam kelas laktasi selama kehamilan dan diikuti selama 6 bulan setelahnya, disimpulkan bahwa kelas laktasi selama kehamilan sangat efektif dalam peningkatan prevalensi ASI Eksklusif sebanyak 61 % responden.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dengan sampel 6 orang ibu hamil, terbukti mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil, diharapkan hasil ini menjadi salah satu upaya optimalisasi persiapan ASI eksklusif dan memberikan bekal pengetahuan ibu hamil untuk dapat menyebarluaskan pada sesama ibu hamil dan lingkungan. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya adalah penguatan pengetahuan ASI Eksklusif pada lingkungan pendukung ibu hamil yaitu suami dan keluarga terdekat dalam kegiatan kemasyarakatan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait dengan manajemen ASI Perah, teknik menyusui yang baik dan benar, serta permasalahan payudara saat menyusui yaitu payudara bengkak dan mastitis sehingga dapat mengoptimalkan pemberian ASI eksklusif saat ibu mulai menyusui. Dengan pengetahuan yang telah dimiliki dapat menjadi modal dasar ibu hamil yang baru akan menyusui dan perbaikan bagi ibu hamil yang telah memiliki pengalaman menyusui sebelumnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diucapkan kepada Prodi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, ketua RW 18 Ngoresan, kader, Tim PINKSEBAYA, dan seluruh pihak yang mendukung serta berpartisipasi dalam terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat.

REFERENSI

- Agrina, Agrina, Dedi Afandi, Suyanto Suyanto, Erika Erika, Yulia Irvani Dewi, Siska Helina, Dita Pramita, dan Nanda Safira. 2022. Analysis of Supporting Factors Associated with Exclusive Breastfeeding Practice in the Urban Setting during the COVID-19 Pandemic. *Children* 9(7):1074. <https://doi.org/10.3390/children9071074>
- Akodu, SO, OF Njokanma, EA Disu, AL Anga, dan OA Kehinde. 2014. "Exclusive Breastfeeding Practices among Women Attending a Private Health Facility in Lagos, Nigeria. *Nigerian Journal of Paediatrics* 41(4):345. <http://dx.doi.org/10.4314/njp.v41i4.11>
- Azeze, Gedion Asnake, Kelemu Abebe Gelaw, Natnael Atnafu Gebeyehu, Molalegn Mesele Gesese, dan Taklu Marama Mokonnnon. 2019. "Exclusive Breastfeeding Practice and Associated Factors among Mothers in Boditi Town, Wolaita Zone, Southern Ethiopia, 2018: A Community-Based Cross-Sectional Study. *International Journal of Pediatrics* 2019:1-11. <https://doi.org/10.1155/2019/1483024>
- Bazie, Ewnetu, Amsalu Birara, dan Ewenat G/hanna. 2019. Exclusive Breast Feeding Prevalence and Associated Factors an Institutional Based Cross Sectional Study in Bahir Dar Northwest Ethiopia. *International Journal of Homeopathy & Natural Medicines* 5(1):42. <https://doi.org/10.11648/j.ijhnm.20190501.17>
- Egata, Gudina. 2014. Prevalence of Exclusive Breast Feeding and Its Predictors Among Infants Aged Six Months in Jimma Town, Southwest Ethiopia, 2013. *Journal of Pediatrics & Neonatal Care* 1(3). <https://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13006-015-0055-4>
- Faiqah, Syajaratuddur, dan Baiq Yuni Fitri Hamidiyanti. 2021. Edukasi Posisi Dan Perlekatan Pada Saat Menyusui Dalam Upaya Meningkatkan Keberhasilan Asi Eksklusif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo* 3(1):61-66. <http://dx.doi.org/10.32807/jpms.v3i1.824>
- Fatmawati, Ariani, Imami Nur Rachmawati, dan Tri Budiarti. 2019. Pemberian ASI Eksklusif Dengan Bonding Attachment Pada Ibu Remaja. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak* 2(2):1-6. <https://doi.org/10.33867/jaia.v2i2.101>

- Fauziah Haryanto, Nadila Ainun, Tresia Umarianti, dan Desy Widyastutik. 2020. Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Post-Partum Di Pmb Kuswatningsih Sleman Yogyakarta. Skripsi. Surakarta: Universitas Kusuma Husada Surakarta
- Feriyal, Meran Dewina, dan Wati. 2023. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Tidak Memberikan Asi Eksklusif Di Desa Sukra Wetan Kecamatan Sukra Kabupaten Indramayu Tahun 2022. *Nautical: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1(11):1407-13. <https://doi.org/10.55904/nautical.v2i11.639>
- Irwan, Irwan, Deliyana I. Katili, Mar'atuljannah Una, Mutiara Patricia Ladimo, dan Desiana Pratiwi Hantulu. 2023. Risk of Diarrhea in Infants on Breastfeeding Exclusive and Non-Exclusive Breastfeeding. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)* 5(1):9-17. <https://doi.org/10.36590/jika.v5i1.504>
- Kemenkes. 2018. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.
- Kemenkes. 2020. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia 2020-2024.
- Mohamed, Mahat Jimale, Sophie Ochola, dan Victor O. Owino. 2018. Comparison of Knowledge, Attitudes and Practices on Exclusive Breastfeeding between Primiparous and Multiparous Mothers Attending Wajir District Hospital, Wajir County, Kenya: A Cross-Sectional Analytical Study. *International Breastfeeding Journal* 13(1):11. <https://doi.org/10.1186/s13006-018-0151-3>
- Neifert, Marianne, dan Maya Bunik. 2013. Overcoming Clinical Barriers to Exclusive Breastfeeding." *Pediatric Clinics of North America* 60(1):115-45. doi: <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2012.10.001>.
- Nur Sholihah, Andri. 2023. "Pengaruh Edukasi Teknik Menyusui Terhadap Keefektifan Ibu Nifas Dalam Menyusui. *Jurnal Promotif Preventif* 6(1):176-81.
- Solikhah, Sayyidatus, dan Sri Setyowati. 2018. Manfaat Pemberian ASI Eksklusif Dalam Menstimulasi Reaksi Bayi Usia 4 Sampai 6 Bulan Di Bee Creative Day Care Sambikerep Surabaya." Skripsi. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Stordal, Britta. 2023. Breastfeeding Reduces the Risk of Breast Cancer: A Call for Action in High-income Countries with Low Rates of Breastfeeding. *Cancer Medicine* 12(4):4616-25. <http://dx.doi.org/10.3390/nu16152544>
- Tan, May Loong, Siew Cheng Foong, Jacqueline J. Ho, Wai Cheng Foong, Rokiah Mohd, dan Zuhaida Harun. 2020. Postpartum Women's Perception of Antenatal Breastfeeding Education: A Descriptive Survey. *International Breastfeeding Journal* 15(1):85. <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.c.5175346.v1>
- Vaidya, Annal A., dan Himangi S. Warke. 2019. Knowledge, Attitude and Practices about Exclusive Breastfeeding among Antenatal Women. *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology* 8(11):4224.
- Yulieni Kosiang, Lidwina, dan Desy Wulandari. 2019. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Nanga Kemangai Kecamatan Ambalau Kabupaten Sintang. *Jurnal ProNers* 4(1):4-11. doi: <http://dx.doi.org/10.26418/jpn.v4i1.34470>.