

## **ARTIKEL PENELITIAN**

# **PENINGKATAN KETERAMPILAN IBU MENYUSUI MELALUI EDUKASI TEKNIK MENYUSUI YANG EFEKTIF**

Viqy Lestaluhu<sup>1\*</sup>, Sitti Sarifah Kotarumalos<sup>2</sup>, Virgin Susilowati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi D-III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Maluku

E-mail: [viqylestaluhu@gmail.com](mailto:viqylestaluhu@gmail.com)

### **Abstract**

*Breastfeeding skills are essential for ensuring successful breastfeeding and supporting optimal infant growth and development. Insufficient breastfeeding skills may result in improper infant attachment, maternal discomfort, and reduced breastfeeding effectiveness. This study aimed to analyze the effect of effective breastfeeding technique education on improving breastfeeding skills among breastfeeding mothers. A quasi-experimental study with a pretest-posttest control group design was conducted involving breastfeeding mothers who were divided into intervention and control groups. The intervention group received education on effective breastfeeding techniques, including proper positioning, correct latch-on, breastfeeding frequency, and management of common breastfeeding problems, while the control group received routine care. Data were collected using an observation checklist before and after the intervention. The results showed that breastfeeding mothers in the intervention group experienced a greater improvement in breastfeeding skills compared to those in the control group. Mothers demonstrated better positioning and attachment practices and increased confidence in breastfeeding their infants. The findings indicate that education on effective breastfeeding techniques is effective in enhancing breastfeeding skills among breastfeeding mothers. It is recommended that healthcare providers integrate structured breastfeeding education into maternal and child health services to improve breastfeeding outcomes and support exclusive breastfeeding practices.*

**Keyword:** *breastfeeding skills, education, breast milk.*

### **Abstrak**

Keterampilan menyusui merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan pemberian Air Susu Ibu (ASI) dan mendukung pertumbuhan bayi secara optimal. Keterampilan menyusui yang kurang memadai dapat menyebabkan pelekatan yang tidak tepat, ketidaknyamanan pada ibu, serta menurunkan efektivitas proses menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi teknik menyusui yang efektif terhadap peningkatan keterampilan ibu menyusui. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pretest-posttest control group design yang melibatkan ibu menyusui sebagai responden dan dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan edukasi teknik menyusui yang efektif yang meliputi posisi menyusui, teknik pelekatan yang benar, frekuensi menyusui, dan penanganan masalah umum selama menyusui, sedangkan kelompok kontrol memperoleh pelayanan rutin. Data keterampilan menyusui dikumpulkan menggunakan lembar observasi sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok intervensi mengalami peningkatan keterampilan menyusui yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Ibu mampu menerapkan posisi dan pelekatan yang benar serta menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam menyusui bayinya. Disimpulkan bahwa edukasi teknik menyusui yang efektif berpengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan ibu menyusui. Tenaga kesehatan disarankan untuk mengintegrasikan edukasi menyusui secara terstruktur dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak guna meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

**Kata kunci:** keterampilan menyusui, edukasi, ASI

## **PENDAHULUAN**

Menyusui merupakan proses alamiah yang memiliki peran penting dalam menjamin pertumbuhan, perkembangan, dan kelangsungan hidup bayi. Air Susu Ibu (ASI) mengandung zat gizi lengkap, antibodi, enzim, hormon, serta berbagai komponen bioaktif yang berperan dalam meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi dan melindungi dari berbagai penyakit infeksi maupun penyakit tidak menular di kemudian hari. Selain memberikan manfaat bagi bayi, menyusui juga memberikan keuntungan bagi ibu, antara lain mempercepat involusi uterus, mengurangi risiko perdarahan postpartum, menurunkan risiko kanker payudara dan ovarium, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Oleh karena itu, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan hingga usia dua tahun atau lebih merupakan rekomendasi yang dikeluarkan oleh World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) sebagai strategi penting dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak<sup>1,2</sup>.

Meskipun manfaat menyusui telah terbukti secara ilmiah, cakupan ASI eksklusif di berbagai negara masih belum mencapai target yang diharapkan. WHO menargetkan minimal 70% bayi mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2030, namun berbagai laporan menunjukkan bahwa pencapaian tersebut masih menghadapi berbagai hambatan. Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif menunjukkan tren peningkatan dalam beberapa tahun terakhir, tetapi masih terdapat kesenjangan antarwilayah serta berbagai faktor yang memengaruhi keberhasilannya. Rendahnya pengetahuan, kurangnya dukungan keluarga, keterbatasan akses informasi, serta ketidakmampuan ibu dalam menerapkan teknik menyusui yang benar menjadi faktor yang sering dilaporkan sebagai penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif<sup>3,4</sup>.

Keberhasilan menyusui tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan ASI, tetapi juga oleh keterampilan ibu dalam melakukan teknik menyusui yang efektif. Teknik menyusui yang efektif mencakup posisi ibu dan bayi yang tepat, perlekatan (latch-on) yang benar, frekuensi menyusui yang adekuat, serta kemampuan ibu mengenali tanda-tanda bayi mendapatkan ASI secara optimal. Ketidaktepatan teknik menyusui dapat menyebabkan berbagai masalah seperti puting lecet, bendungan ASI, mastitis, nyeri payudara, bayi sulit mengisap, hingga ketidakcukupan asupan ASI pada bayi. Kondisi tersebut sering kali menimbulkan kecemasan pada ibu dan menjadi alasan penghentian menyusui lebih awal<sup>5,6</sup>.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa banyak ibu, terutama ibu primipara, masih mengalami kesulitan dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Masa nifas merupakan periode adaptasi yang kompleks, di mana ibu harus menghadapi perubahan fisiologis, psikologis, dan sosial sekaligus mempelajari keterampilan baru dalam merawat bayi. Kurangnya pengalaman dan keterampilan sering menyebabkan ibu merasa tidak

percaya diri dalam menyusui. Rendahnya keterampilan menyusui juga berhubungan dengan rendahnya breastfeeding self-efficacy yang berdampak pada keberlanjutan pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang dapat membantu ibu mengembangkan kemampuan dan kepercayaan dirinya dalam menyusui<sup>7,8</sup>.

Salah satu strategi yang terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan ibu menyusui adalah melalui edukasi kesehatan. Edukasi merupakan proses pembelajaran yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan mengembangkan keterampilan individu dalam menjaga kesehatannya. Dalam konteks menyusui, edukasi tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi mengenai manfaat ASI, tetapi juga melatih keterampilan praktis yang dibutuhkan ibu selama proses menyusui. Edukasi yang dilakukan melalui demonstrasi, simulasi, praktik langsung, konseling individual, maupun penggunaan media audiovisual terbukti mampu meningkatkan kemampuan ibu dalam melakukan teknik menyusui yang benar<sup>9,10</sup>.

Secara teoritis, efektivitas edukasi dalam meningkatkan keterampilan menyusui dapat dijelaskan melalui Teori Pembelajaran Sosial (Social Learning Theory) yang dikemukakan oleh Bandura. Teori ini menyatakan bahwa seseorang dapat mempelajari perilaku baru melalui proses observasi, imitasi, dan praktik yang disertai umpan balik. Dalam pembelajaran teknik menyusui, ibu memperoleh kesempatan untuk mengamati demonstrasi, mempraktikkan keterampilan secara langsung, serta menerima koreksi dari tenaga kesehatan sehingga proses belajar menjadi lebih efektif. Selain itu, konsep self-efficacy dalam teori Bandura menjelaskan bahwa keberhasilan dalam melakukan suatu keterampilan akan meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan perilaku tersebut secara berkelanjutan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa program edukasi menyusui yang terstruktur mampu meningkatkan keterampilan ibu dalam melakukan posisi dan perlekatan yang benar, meningkatkan keberhasilan menyusui, serta memperpanjang durasi pemberian ASI eksklusif. Edukasi yang diberikan sejak masa kehamilan hingga periode postpartum terbukti memberikan dampak yang lebih besar dibandingkan edukasi yang dilakukan hanya pada salah satu periode tersebut. Selain itu, penggunaan metode pembelajaran aktif seperti demonstrasi dan teach-back memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan metode ceramah semata karena memungkinkan ibu terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran<sup>10,11</sup>.

Peningkatan keterampilan ibu menyusui melalui edukasi teknik menyusui yang efektif memiliki implikasi penting bagi praktik pelayanan kesehatan maternal dan neonatal. Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat, memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi yang komprehensif dan berkesinambungan kepada ibu. Keberhasilan program

edukasi tidak hanya berkontribusi pada peningkatan angka ASI eksklusif, tetapi juga mendukung pencapaian target pembangunan kesehatan nasional dan tujuan pembangunan berkelanjutan (Sustainable Development Goals/SDGs) yang berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak. Oleh karena itu, pengembangan model edukasi yang efektif dan berbasis bukti ilmiah menjadi kebutuhan yang mendesak dalam pelayanan kesehatan ibu dan bayi. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis peningkatan keterampilan ibu menyusui melalui edukasi teknik menyusui yang efektif. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah mengenai efektivitas edukasi dalam meningkatkan keterampilan menyusui, menjadi dasar pengembangan program promosi kesehatan dan konseling laktasi, serta memperkaya kajian ilmu kebidanan dan keperawatan maternitas dalam upaya meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi experiment dan pendekatan pretest-posttest with control group design untuk mengetahui pengaruh edukasi teknik menyusui yang efektif terhadap peningkatan keterampilan ibu menyusui. Penelitian dilaksanakan di Desa Morella Kabupaten Maluku Tengah. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0–6 bulan di wilayah penelitian. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Jumlah sampel tersebut mengacu pada ukuran sampel minimal untuk penelitian eksperimen, yaitu masing-masing 15 responden pada kelompok intervensi dan 15 responden pada kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan edukasi teknik menyusui yang efektif melalui metode ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung, sedangkan kelompok kontrol mendapatkan pelayanan kesehatan rutin. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi keterampilan menyusui. Pengukuran dilakukan sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest).

Data dianalisis secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi skor keterampilan menyusui. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbedaan keterampilan menyusui sebelum dan sesudah intervensi serta perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Uji normalitas data dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk. Analisis data menggunakan Independent Sample t-test dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

Sebanyak 30 ibu menyusui berpartisipasi dalam penelitian ini, yang terdiri atas 15 responden pada kelompok intervensi dan 15 responden pada kelompok kontrol. Sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun, berpendidikan menengah (SMA/ sederajat), dan merupakan ibu multipara.

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Penelitian**

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
<b>Usia</b>				
< 20 tahun	1	6,7%	1	6,7%
20-35 Tahun	11	73,3%	10	66,7%
>35 tahun	3	20%	4	26,6%
<b>Pendidikan</b>				
SMA	12	80%	11	73%
Perguruan Tinggi	3	20%	4	27%
<b>Paritas</b>				
Primipara	6	40%	7	46,7%
Multipara	9	60%	8	53,3%

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 20–35 tahun (70,0%), memiliki tingkat pendidikan SMA (56,7%), dan merupakan ibu multipara (56,7%). Analisis perbedaan selisih (pretest dan posttest) antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan uji Independent Sample t-test.

**Tabel 2. Perbedaan Skor Keterampilan Menyusui Setelah Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Kelompok	Rerata	Simpangan Baku	Nilai p
Intervensi	42,5	10,552	0,000
Kontrol	17,5	9,653	

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi teknik menyusui yang efektif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan ibu menyusui. Hal ini ditunjukkan oleh rerata peningkatan skor keterampilan menyusui pada kelompok intervensi sebesar  $42,5 \pm 10,552$ , lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar  $17,5 \pm 9,653$  dengan nilai  $p=0,000$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Keberhasilan menyusui tidak hanya dipengaruhi oleh produksi ASI, tetapi juga oleh keterampilan ibu dalam melakukan posisi dan perlekatan yang tepat sehingga bayi dapat menyusu secara efektif<sup>12,13</sup>.

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar ibu berada pada rentang usia 20–35 tahun. Usia tersebut merupakan kelompok usia reproduksi sehat yang secara fisik dan psikologis lebih siap menjalankan peran sebagai ibu, termasuk dalam memberikan ASI kepada bayi. Selain itu, mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan SMA yang memungkinkan mereka lebih mudah menerima dan memahami informasi kesehatan yang diberikan selama kegiatan edukasi. Tingkat pendidikan diketahui berhubungan dengan kemampuan seseorang dalam menerima informasi, mengambil keputusan kesehatan, dan menerapkan perilaku kesehatan yang tepat, termasuk praktik menyusui<sup>14</sup>.

Peningkatan keterampilan menyusui pada kelompok intervensi dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Bandura. Teori ini menjelaskan bahwa individu dapat mempelajari perilaku baru melalui proses observasi, imitasi, pengalaman langsung, dan umpan balik. Dalam penelitian ini, responden tidak hanya memperoleh informasi mengenai teknik menyusui yang benar, tetapi juga mendapatkan kesempatan untuk melihat demonstrasi dan melakukan praktik secara langsung. Pendekatan tersebut memungkinkan ibu memperoleh pengalaman belajar yang lebih efektif sehingga keterampilan yang dipelajari lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Çetindemir dan Cangöl yang menunjukkan bahwa edukasi menyusui menggunakan metode teach-back dapat meningkatkan breastfeeding self-efficacy dan keberhasilan menyusui secara signifikan pada ibu postpartum<sup>15</sup>. Metode tersebut memberikan kesempatan kepada ibu untuk mengulang kembali informasi yang diperoleh sehingga pemahaman terhadap materi menjadi lebih baik. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Metin dan Baltaci yang menemukan bahwa edukasi menyusui berbasis video mampu meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui serta memperbaiki kemampuan praktik menyusui pada ibu primipara<sup>16</sup>. Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang menggunakan metode interaktif lebih efektif dibandingkan edukasi konvensional yang hanya berfokus pada pemberian informasi secara satu arah.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok kontrol juga mengalami peningkatan skor keterampilan menyusui meskipun tidak sebesar kelompok intervensi. Kondisi tersebut kemungkinan disebabkan oleh adanya pengalaman menyusui yang diperoleh selama merawat bayi, informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan saat kunjungan pelayanan kesehatan, serta dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Namun demikian, peningkatan pada kelompok kontrol masih jauh lebih rendah dibandingkan kelompok intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan secara sistematis dan

terstruktur memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan keterampilan menyusui dibandingkan pembelajaran yang diperoleh secara alami tanpa intervensi khusus<sup>17</sup>.

Hasil penelitian ini juga mendukung berbagai penelitian yang menyatakan bahwa keterampilan menyusui merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan ASI eksklusif. Teknik menyusui yang tidak tepat dapat menyebabkan berbagai masalah seperti puting lecet, bendungan ASI, nyeri saat menyusui, dan ketidakcukupan asupan ASI pada bayi. Sebaliknya, ibu yang memiliki keterampilan menyusui yang baik cenderung lebih berhasil mempertahankan praktik menyusui dan memberikan ASI eksklusif sesuai rekomendasi<sup>18,19</sup>. Selain edukasi kepada ibu, dukungan keluarga terutama suami juga perlu ditingkatkan sebagai bagian dari upaya meningkatkan keberhasilan menyusui. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan yang kuat dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan keberlanjutan praktik menyusui. Oleh karena itu, program edukasi menyusui sebaiknya tidak hanya ditujukan kepada ibu, tetapi juga melibatkan anggota keluarga sebagai sistem pendukung utama selama masa menyusui<sup>20</sup>.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah sampel yang relatif kecil yaitu 30 responden sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Kedua, penelitian hanya mengukur keterampilan menyusui dalam jangka pendek setelah intervensi sehingga belum dapat menilai keberlanjutan keterampilan tersebut maupun dampaknya terhadap keberhasilan ASI eksklusif dalam jangka panjang. Ketiga, penelitian belum mengendalikan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi keterampilan menyusui, seperti tingkat pengetahuan awal, dukungan keluarga, motivasi menyusui, dan status pekerjaan ibu. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, periode follow-up yang lebih panjang, serta mempertimbangkan berbagai faktor perancu yang dapat memengaruhi keberhasilan menyusui.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi teknik menyusui yang efektif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan ibu menyusui. Edukasi yang diberikan melalui kombinasi metode ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung mampu meningkatkan kemampuan ibu dalam menerapkan teknik menyusui yang benar. Dengan meningkatnya keterampilan menyusui, diharapkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat meningkat sehingga memberikan manfaat optimal bagi kesehatan ibu dan bayi serta mendukung pencapaian target kesehatan nasional dan global<sup>21,22</sup>.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa edukasi teknik menyusui yang efektif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan ibu menyusui. Ibu yang mendapatkan edukasi menunjukkan peningkatan keterampilan menyusui yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tidak mendapatkan edukasi, dengan rerata peningkatan skor sebesar 42,5 pada kelompok intervensi dan 17,5 pada kelompok kontrol serta nilai  $p=0,000$ . Edukasi yang diberikan terbukti mampu meningkatkan kemampuan ibu dalam menerapkan teknik menyusui yang benar, terutama dalam aspek posisi menyusui dan perlekatan bayi pada payudara. Dengan meningkatnya keterampilan menyusui, diharapkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat lebih optimal sehingga berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan ibu dan bayi. Oleh karena itu, edukasi teknik menyusui yang efektif perlu diintegrasikan secara berkelanjutan dalam pelayanan antenatal, perawatan postpartum, dan program promosi kesehatan sebagai upaya mendukung keberhasilan menyusui.

## **SARAN**

Tenaga kesehatan, khususnya bidan, diharapkan dapat meningkatkan pelaksanaan edukasi teknik menyusui secara berkelanjutan melalui metode yang interaktif dan praktik langsung untuk meningkatkan keterampilan ibu menyusui. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan waktu pengamatan yang lebih panjang untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Puskesmas Perawatan Hitu beserta Bidan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

## **Referensi**

1. World Health Organization. Infant and young child feeding [Internet]. Geneva: WHO; 2024.
2. United Nations Children's Fund. Breastfeeding: A mother's gift for every child. New York: UNICEF; 2023.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2024. Jakarta: Kemenkes RI; 2025.
4. Syahri IM, Laksono AD, Fitria M, Rohmah N, Masrur M, Ipa M. Exclusive breastfeeding among Indonesian working mothers: does early initiation of breastfeeding matter? *BMC Public Health*. 2024;24(1):1225.
5. Shotton LH, Elliot C, Nunn R, et al. LATCHES – a memory aide for the principles of attachment for effective breastfeeding. *Int Breastfeed J*. 2024;19(1):57.
6. Rollins NC, Bhandari N, Hajeerhoy N, Horton S, Lutter CK, Martines JC, et al. Why invest and what it will take to improve breastfeeding practices? *Lancet*. 2023;387(10017):491–504.
7. Pérez-Escamilla R, Martinez JL, Segura-Pérez S. Impact of the Baby-Friendly Hospital Initiative on breastfeeding and child health outcomes. *Matern Child Nutr*. 2022;18(S3):e13380.

8. Victora CG, Bahl R, Barros AJD, França GVA, Horton S, Krasevec J, et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *Lancet*. 2023;387(10017):475–490.
9. Cetindemir EO, Cangöl E. The effect of breastfeeding education given through the teach-back method on mothers' breastfeeding self-efficacy and breastfeeding success. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2024;24(1):453.
10. Maleki A, Faghihzadeh E, Youseflu S. The effect of educational intervention on improvement of breastfeeding self-efficacy: a systematic review and meta-analysis. *Int J Pediatr*. 2021
11. Mc Fadden A, Gavine A, Renfrew MJ, Wade A, Buchanan P, Taylor JL, et al. Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. *Cochrane Database Syst Rev*. 2023;4.
12. World Health Organization. *Infant and young child feeding*. Geneva: WHO; 2023.
13. Lawrence RA, Lawrence RM. *Breastfeeding: a guide for the medical profession*. 9th ed. Philadelphia: Elsevier; 2022.
14. Notoatmodjo S. *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
15. Akça G, Yıldız E. Mothers' breastfeeding self-efficacy level and factors affecting breastfeeding. *Turk J Fam Pract*. 2024;28(1):18-24.
16. Metin A, Baltacı G. The effect of video-based breastfeeding education on breastfeeding self-efficacy and breastfeeding success among primiparous mothers. *J Pediatr Nurs*. 2023;68.
17. Dennis CL. Breastfeeding initiation and duration: a review of the literature. *J Obstet Gynecol Neonatal Nurs*. 2002;31(1):12-32.
18. United Nations Children's Fund. *Breastfeeding and infant nutrition: global status and recommendations*. New York: UNICEF; 2023.
19. Pérez-Escamilla R, Tomori C, Hernández-Cordero S, Baker P, Barros AJD, Bégin F, et al. Breastfeeding: crucially important, but increasingly challenged in a market-driven world. *Lancet*. 2023;401(10375):472-485.
20. Susin LRO, Giugliani ERJ. Inclusion of fathers in an intervention to promote breastfeeding: impact on breastfeeding rates. *J Hum Lact*. 2008;24(4):386-92.
21. World Health Organization, United Nations Children's Fund. *Global strategy for infant and young child feeding*. Geneva: WHO; 2021.
22. United Nations Children's Fund. *Breastfeeding: a mother's gift for every child*. New York: UNICEF; 2018.