



## **EFEKTIFITAS KONSELING MENYUSUI TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF: LITERATUR REVIEW**

**Riska Dwi Candrawati<sup>1</sup>, Yufitriana Amir<sup>2</sup>✉, Misrawati<sup>2</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau  
Yufitriana.amir@lecturer.unri.ac.id

### **Abstrak**

*World Health Organization (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan sampai 2 tahun. Meskipun pemberian ASI secara eksklusif memberikan banyak manfaat, namun secara global angka pemberian ASI eksklusif masih tergolong rendah. Oleh karena itu diperlukan strategi yang tepat untuk mengatasi faktor-faktor penyebab tersebut diantaranya dengan melakukan konseling menyusui. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk menilai efektifitas konseling menyusui terhadap pemberian ASI eksklusif. Pencarian dibatasi pada makalah ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2021-2025 yang berfokus pada konseling menyusui terkait pemberian ASI Eksklusif. Tiga basis data ditelusuri yaitu Science Direct, PubMed, dan Springer Link. Dari 295 studi yang diperoleh, 8 studi yang disertakan dalam tinjauan. Data dianalisis menggunakan analisis tematik deduktif. Tinjauan ini menunjukkan bahwa konseling menyusui efektif dalam meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif serta dapat meningkatkan efikasi diri ibu. Konseling dilakukan mulai sejak ibu hamil, dilanjutkan setelah melahirkan dan segera setelah ibu melahirkan, dapat dilakukan secara individual maupun berkelompok, tatap muka, online atau hibrid.*

**Kata Kunci:** *Konseling Menyusui, ASI Eksklusif, Ibu*

### **Abstract**

*The World Health Organization (WHO) recommends exclusive breastfeeding for the first 6 months of life and continued breastfeeding until 2 years of age. Although exclusive breastfeeding provides many benefits, globally, the rate of exclusive breastfeeding is still low. Therefore, appropriate strategies are needed to address these factors, including breastfeeding counseling. This literature review aims to assess the effectiveness of breastfeeding counseling on exclusive breastfeeding. The search was limited to scientific papers published between 2021 and 2025 that focused on breastfeeding counseling related to exclusive breastfeeding. Three databases were searched: Science Direct, PubMed, and Springer Link. Of the 295 studies obtained, 8 studies were included in the review. Data were analyzed using deductive thematic analysis. This review shows that breastfeeding counseling is effective in increasing exclusive breastfeeding rates and can improve mothers' self-efficacy. Counseling can be provided starting from pregnancy, continuing after delivery and immediately after delivery, and can be conducted individually or in groups, face-to-face, online, or hybrid.*

**Keywords:** *Breastfeeding counseling, Exclusive Breastfeeding, Mother*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

\* Corresponding author :

Address : Faculty of Nursing, Universitas Riau, Pekanbaru, Riau

Email : Yufitriana.amir@lecturer.unri.ac.id

Phone : 081267961324

## PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif mengacu pada praktik menyusui dengan ASI saja tanpa tambahan makanan atau minuman lain yang berbentuk cair atau padat, kecuali bila diperlukan vitamin, mineral dan obat-obatan (WHO, 2023). Peningkatan cakupan pemberian ASI eksklusif hingga usia 6 bulan menjadi prioritas utama di bidang kesehatan masyarakat secara global. WHO merekomendasikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan, guna mendukung pertumbuhan, perkembangan dan kondisi kesehatan anak yang optimal (WHO, 2023).

Pemberian ASI eksklusif memberikan manfaat jangka pendek maupun jangka panjang pada ibu maupun bayi. Manfaat pada ibu diantaranya menurunkan kejadian infeksi, mencegah perdarahan, membantu rahim kembali keukuran normal lebih cepat, penurunan berat badan kembali seperti semula lebih cepat, respon stres lebih baik, tekanan darah stabil, merupakan metode kontrasepsi alami, membuat suasana hati ibu lebih baik, serta praktis dan ekonomis (Masi & Stewart, 2024; Muro-valdez et al., 2023). Selain itu, pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan resiko penyakit kardiovaskuler, hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, diabetes gestasional pada kehamilan selanjutnya, mengurangi resiko osteoporosis serta menurunkan resiko kanker payudara, kanker ovarium, dan kanker leher rahim (Ferreira et al., 2023; Muro-valdez et al., 2023; Roghair, 2024; Tschiderer et al., 2022; WHO, 2025).

Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif mendapatkan kecukupan nutrisi untuk pertumbuhan, kenaikan berat badan yang baik, memiliki kebiasaan makan yang sehat, stabilitas kadar metabolisme pada anak-anak dengan gangguan metabolisme, bayi jarang sakit; penurunan resiko diare dan sejumlah infeksi penyakit gastrointestinal, Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA) dan infeksi pernafasan lainnya, serta penurunan resiko demam dan infeksi lainnya (Couto et al., 2020; Hossain & Mihrshahi, 2022; McGowan & Bland, 2023). Studi lain menunjukkan bahwa pemberian ASI secara eksklusif berperan dalam menurunkan angka morbiditas pada bayi, serta memberikan perlindungan terhadap kejadian stunting pada bayi yang berasal dari keluarga yang berpenghasilan rendah (Hadi et al., 2021). Selain itu, anak usia dini terhindar dari penyakit kulit, menurunkan resiko penyakit alergi hingga usia dewasa muda, memiliki tingkat kecerdasan yang lebih baik, mengurangi resiko penyakit kronis seperti diabetes, obesitas, hipertensi, asma, serta penyakit kardiovaskuler (Lin et al., 2023; Muro-valdez et al., 2023; Roghair, 2024; WHO, 2025).

Meskipun memberikan banyak manfaat, namun angka pemberiannya tergolong masih rendah. Prevalensi pemberian ASI eksklusif

bervariasi di berbagai negara. Dalam laporan WHO, secara global hanya 39% bayi yang disusui dalam 1 jam pertama kelahiran, dan hanya 40% bayi usia kurang 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif (Jama et al., 2020; WHO, 2025). Di Cina, prevalensi pemberian ASI eksklusif hanya sebesar 29,2%, dan di Filipina sebesar 60,1% (Duan et al., 2022; Maramag et al., 2023). Sedangkan di Indonesia pada tahun 2024 cakupan ASI eksklusif 69,26% (Kementerian Kesehatan RI, 2025). Sementara pemerintah Indonesia menargetkan capaian ASI eksklusif secara nasional sebesar 80% pada tahun 2024 (Peraturan Presiden RI, 2021).

Rendahnya capaian ASI eksklusif ini disebabkan oleh berbagai alasan. Beberapa studi menyampaikan banyak faktor yang mempengaruhi pemberian ASI secara eksklusif pada bayi, diantaranya adalah faktor sosiokultural, dimana komunitas tertentu memiliki kebiasaan adat istiadat dan budaya setempat yang mengenalkan makanan tambahan pada bayi sejak dini (Apara et al., 2024). Faktor lain adalah ibu yang enggan menyusui, bayi yang diasuh oleh nenek dan ibu mertua, serta tingginya promosi susu formula (Duan et al., 2022). Perilaku ibu yang merokok, persalinan dengan operasi caesaria, informasi yang salah atau kurang tepat dari lingkungan sosial, anggapan susu formula lebih praktis, ibu yang bekerja (cuti melahirkan yang terbatas, dukungan tempat kerja yang tidak memadai), serta kepercayaan diri ibu juga berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif (Abekah-nkrumah et al., 2020; Hashim et al., 2020; Patil et al., 2020; Santacruz-Salas et al., 2020).

Faktor penting lainnya yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif adalah pengetahuan, sikap, dan efikasi diri ibu. Rendahnya pengetahuan, sikap dan efikasi diri ibu berdampak pada pemberian ASI eksklusif (Sabo et al., 2023; Sultana et al., 2022). Efikasi diri ibu menyusui yang rendah akan memberikan dampak pada kesulitan menyusui dan pemberian ASI eksklusif (Li et al., 2022; Titaley C et al., 2021). Sebuah studi yang dilakukan pada ibu yang berada pada daerah pedesaan menyatakan bahwa walaupun efikasi diri ibu tinggi terhadap pemberian ASI, namun persepsi ibu yang merasa ASInya tidak mencukupi menyebabkan ibu memberikan makanan tambahan kepada bayinya (Agrina et al., 2021).

Berbagai upaya yang dilakukan untuk meningkatkan angka capaian ASI eksklusif baik secara global maupun nasional. Salah satu upaya yang penting adalah diterbitkannya kebijakan terkait ASI Eksklusif. Secara internasional, kebijakan pemberian ASI eksklusif telah memperoleh dukungan dari WHO, *United Nations Children's Fund* (UNICEF) dan Kementerian Kesehatan diberbagai negara. Selain itu, terdapat kebijakan lain yang bersifat persuasif berupa Kode Internasional tentang Pemasaran Produk Pengganti ASI yang bertujuan untuk mendukung pemberian

ASI secara eksklusif dan melindungi para ibu menyusui agar tidak terpengaruh oleh promosi intensif produk-produk pengganti ASI (Perinasia, 2024).

Pemerintah Indonesia telah menetapkan kebijakan terkait pemberian ASI eksklusif melalui Undang-Undang Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023 dan Peraturan Pemerintah Nomor 33 tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif. Kebijakan ini menegaskan bahwa setiap bayi berhak memperoleh ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupannya, dan dilanjutkan hingga usia 2 tahun dengan tambahan makanan pendamping (Presiden Republik Indonesia, 2012, 2023). Tanggung jawab dalam pelaksanaan kebijakan tersebut mencakup pemerintah pusat, propinsi, serta kabupaten/ kota. Regulasi ini juga mengatur kewajiban tenaga kesehatan untuk melakukan inisiasi menyusui dini (IMD), menerapkan sistem rawat gabung antara ibu dan bayi, memberikan edukasi mengenai ASI eksklusif, penyediaan fasilitas menyusui, pelatihan bagi tenaga kesehatan terkait manajemen laktasi, dan perlindungan ibu menyusui di lingkungan kerja.

Beberapa studi yang telah dilakukan menjelaskan bahwa untuk meningkatkan capaian ASI eksklusif adalah dengan pemberian edukasi atau konseling. Edukasi menyusui dapat meningkatkan efikasi diri dalam menyusui, sikap, dan tingkat pemberian ASI eksklusif (Rohini et al., 2022; Tseng et al., 2020). Edukasi yang diberikan dimulai pada saat antenatal dan dilanjutkan pasca persalinan yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terhadap praktek menyusui (Dukuzumuremyi et al., 2020; Wong et al., 2021).

Edukasi menyusui yang dilakukan untuk meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif bisa dilakukan dengan berbagai teknik. Edukasi/ pendidikan kesehatan dengan tehnik simulasi dapat meningkatkan keterampilan menyusui pada ibu menyusui dan berkontribusi pada peningkatan angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia (Agrina et al., 2019). Intervensi edukasi berbasis teori juga efektif dalam meningkatkan efikasi diri menyusui dan tingkat pemberian ASI eksklusif pada usia 6 bulan (Chipojola et al., 2020).

Strategi lainnya yang dapat mendukung pemberian ASI eksklusif adalah adanya dukungan dari berbagai pihak. Dukungan dari ahli berupa konseling dan dukungan orang terdekat kepada ibu merupakan bentuk intervensi pendukung yang penting seperti menyediakan ruang laktasi, memberikan waktu istirahat untuk ekstraksi ASI di tempat kerja, sehingga membantu meningkatkan durasi menyusui, dan mencegah pengenalan dini pada makanan pengganti ASI (Vilar-Compte et al., 2021).

Studi menunjukkan bahwa konseling merupakan strategi intervensi yang potensial dan efektif dalam mendorong peningkatan praktik

pemberian ASI eksklusif (Buckland et al., 2020). Konseling yang dilakukan oleh perawat dengan pelatihan khusus terbukti efektif meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan konseling yang diberikan sebaiknya dilakukan secara berkala (Dukuzumuremyi et al., 2020; Ruiz et al., 2023).

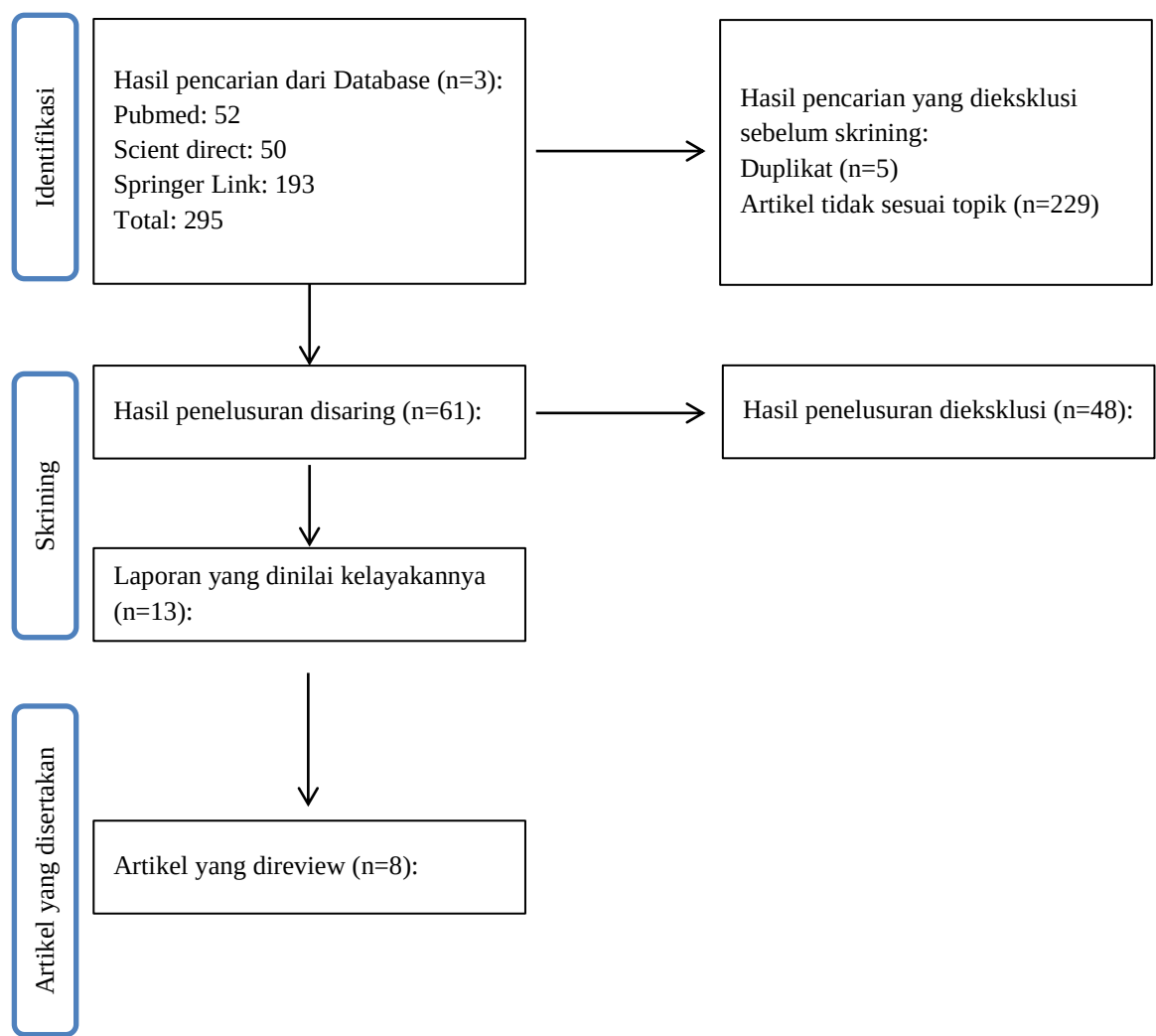
Konseling menyusui juga dapat meningkatkan angka menyusui dan sikap positif ibu terhadap menyusui (Bueno-Gutiérrez et al., 2021). Hal ini dapat dilakukan pada saat kehamilan dan dilanjutkan setelah persalinan (Hassounah et al., 2023; Sehhatie et al., 2020). Untuk itu peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian tentang konseling menyusui yang bertujuan untuk mengetahui efektifitas konseling menyusui terhadap pemberian ASI eksklusif.

## METODE

Penelitian ini menggunakan tinjauan pustaka naratif. Peneliti merumuskan pertanyaan penelitian dengan kerangka PICO (Population: ibu hamil/ menyusui; Intervention: konseling menyusui; Comparison: intervensi lainnya; Outcome: pemberian ASI Eksklusif). Strategi pencarian dilakukan dengan menelusuri basis data elektronik berikut: Science Direct, PubMed, dan Springer Link. Kata kunci pencarian yaitu *breastfeeding counseling OR lactation caounseling AND exclusive breastfeeding*. Kriteria inklusi pencarian literatur adalah artikel yang terbit dalam kurun waktu 5 tahun terakhir yaitu tahun 2021-2025, berbahasa Inggris, desain penelitian *randomized controlled trial*, berisi teks lengkap, dan original artikel penelitian (bukan dari review).

Selanjutnya peneliti melakukan telaah kritis atas bukti penelitian yang dikumpulkan menggunakan The Joanna Briggs Institute (JBI). Peneliti melakukan ekstraksi data dan melakukan analisis sesuai dengan topik penelitian. Data dianalisis menggunakan analisis tematik deduktif.

Gambar 1. Diagram Alir PRISMA



Tabel 1. Hasil Analisis dan Sintesis

| No | Judul                                                                                                                                                                                                  | Penulis, Tahun                   | Metode: <i>Design, Sample, Variable, Instrument, Analyze</i> (DSVIA)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | <i>Breastfeeding success in the first 6 months of online breastfeeding counseling after cesarean delivery and its effect on anthropometric measurements of the baby: a randomized controlled study</i> | (Karaahmet & Bilgiç, 2022)       | D: <i>single-blind randomized controlled experimental research design</i><br>S: 151 ibu primipara<br>V: konseling menyusui daring pasca operasi caesar; keberhasilan menyusui dan pengukuran antropometri bayi 6 bulan pertama<br>I: Form pengumpulan data, " <i>Breastfeeding and Infant Follow-up Form</i> ," dan " <i>Breastfeeding Self-Efficacy Scale - Short Form</i> "<br>A: uji-t independen dan ANOVA, uji-t berpasangan, dan uji analisis varians dalam pengukuran berulang                                                         | <b>Tingkat menyusui</b> pada bulan pertama dan keenam lebih tinggi dan signifikan. Perbedaan yang signifikan pada pengukuran <b>antropometri</b> (pengukuran tinggi dan berat badan) saat pulang, bulan pertama, dan bulan keenam. Skor <b>efikasi diri</b> menyusui pada kelompok intervensi secara signifikan lebih tinggi saat pulang, 4 minggu pascapersalinan, dan 6 bulan pascapersalinan dibandingkan dengan kelompok kontrol ( $p<0,05$ )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 2  | <i>Assessing a bundle of peer counseling, mobile phone messages, and mama kits in promoting timely initiation of and exclusive breastfeeding in Uganda: A cluster randomized controlled study</i>      | David Mukunya, (Id et al., 2025) | D: <i>a cluster randomized controlled trial</i><br>S: 1755 ibu hamil<br>V: paket terpadu yang terdiri dari konseling sebaya, pesan melalui ponsel, dan perlengkapan ibu dalam mendorong persalinan di fasilitas kesehatan; dan inisiasi menyusui tepat waktu dan eksklusivitas menyusui.<br>I: Data dikumpulkan secara elektronik pada kuesioner dan formulir standar menggunakan perangkat lunak Open Data Kit yang terpasang pada telepon android.<br>A: Data dianalisis menggunakan Stata versi 15.0 (StataCorp; College Station, TX, AS). | Sebanyak 64% (594/926) partisipan dalam kelompok intervensi memulai <b>menyusui dalam satu jam pertama setelah lahir</b> , dibandingkan dengan 60% (493/829) dalam kelompok kontrol. Proporsi partisipan dalam kelompok intervensi yang memulai menyusui dalam satu jam pertama kehidupan tidak berbeda secara signifikan dengan proporsi partisipan dalam kelompok kontrol [Rasio Prevalensi (PR) 1,08 (0,97 hingga 1,21)] dan [Perbedaan Prevalensi (PD) 0,05 (-0,02 hingga 0,12)]. Pada kelompok intervensi, 89% (804/904) partisipan memberikan <b>ASI eksklusif</b> kepada bayi mereka pada bulan pertama kehidupan, dibandingkan dengan 81% (656/813) dalam kelompok kontrol. Peserta dalam kelompok intervensi memiliki kemungkinan 10% lebih besar untuk memberikan ASI eksklusif dalam 24 jam sebelumnya dibandingkan dengan ibu dalam kelompok kontrol [PR 1,10 (1,04 hingga 1,17)] dan [PD 0,08 (0,04 hingga 0,13)], dan 16% lebih besar untuk memberikan ASI eksklusif sejak lahir dibandingkan dengan ibu dalam kelompok kontrol [PR 1,16 (1,03 hingga 1,30)] dan [PD 0,12 (0,03 hingga 0,20)]. |
| 3  | <i>The effect of electronic job aid assisted one-to-one counselling to support exclusive breastfeeding among 0-5-month-old infants in rural Bangladesh</i>                                             | (Billah et al., 2022)            | D: RCT<br>S: 1500 wanita hamil<br>V: VI: <i>electronic job aid-supported nutrition counselling and practical demonstration</i> ; VD: <i>exclusive breastfeeding</i><br>I: Alat penilaian pengetahuan memiliki 10 item tentang IYCF yang diidentifikasi dari pedoman IYCF UNICEF, kuesioner ingatan diet 24 jam terstruktur yang diadaptasi dari kuesioner nutrisi anak Survei Demografi dan Kesehatan Bangladesh<br>A: Poisson regression dengan standard error (SE) yang disesuaikan secara empiris untuk memperkirakan relative risk        | Bayi baru lahir intervensi memiliki setengah risiko (risiko relatif [RR]: 0,54, interval kepercayaan 95% [CI]: 0,39, 0,76) menerima <b>makanan prelakteal</b> daripada mereka yang berada di kelompok pembanding. EBF menurun tajam pada kelompok pembanding setelah usia 3 bulan. <b>EBF 16% lebih tinggi dalam intervensi</b> daripada kelompok pembanding pada usia 4 bulan (RR: 1,16, 95% CI: 1,08, 1,23) dan 22% lebih tinggi pada usia 5 bulan (RR: 1,22, 95% CI: 1,12, 1,33). Latar belakang ibu dan karakteristik rumah tangga tidak mengubah efek intervensi, dan tidak mengamati perbedaan dalam EBF antara kelahiran caesar versus vagina.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |



|   |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                                                                                                                                                         | (RR) beserta 95% confidence interval (CI) dan p-value dari uji Wald pada outcome biner seperti exclusive breastfeeding (EBF), prelacteal feeding, dan lainnya. Analisis dilakukan pada tingkat individu dengan prinsip intention-to-treat (ITT),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4 | <i>Breastfeeding counseling based on formative research at primary healthcare Services in Mexico.</i>                                                                                                   | (Bueno-Gutiérrez et al., 2021)<br>D: RCT<br>S: 80 ibu menyusui<br>V: konseling interpersonal dan pemberian ASI eksklusif<br>I: <i>Breastfeeding Attrition Prediction Tool (BAPT)</i> digunakan: sikap negatif terhadap menyusui dan kontrol laktasi (efikasi diri)<br>A: chi-square untuk EBF dan uji-t Student untuk skor sikap dan efikasi diri dan, 2) model regresi, linier untuk variabel kontinu (sikap dan efikasi diri) dan logistik untuk EBF.                                                                                                                                                                                                                        | Pemberian <b>ASI eksklusif</b> lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol (70% vs 22,5%). peningkatan yang signifikan dalam sikap menyusui ( $P = 0,0001$ ), efikasi diri ( $P = 0,046$ ), dan ASI eksklusif ( $P = 0,0001$ ) pada kelompok intervensi                                                             |
| 5 | <i>Effectiveness of individualized breastfeeding counseling during the dyad's stay in rooming-in: a randomized, multicenter, open and parallel study.</i>                                               | (Ruiz et al., 2025)<br>D: Uji klinis acak, multisenter, paralel<br>S: 102 wanita primipara<br>V: konseling individual selama masa perawatan di rumah perawatan dan perannya dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif hingga bulan keenam kehidupan<br>I: Skala LATCH<br>A: Uji Chi-Square dan Uji Eksak Fisher diterapkan, dengan mempertimbangkan tingkat signifikansi 5%; perhitungan rasio prevalensi dan interval kepercayaan masing-masing adalah 95%.                                                                                                                                                                                                                | Konseling menyusui selama ibu tinggal sekamar dengan bayinya efektif dalam mempertahankan pemberian <b>ASI eksklusif</b> hingga anak berusia enam bulan                                                                                                                                                                                     |
| 6 | <i>Effectiveness of a new breastfeeding counselling intervention on breastfeeding prevalence, infant growth velocity and postpartum weight loss in overweight women: a randomized controlled trial.</i> | (Aldanaparra et al., 2025)<br>D: RCT<br>S: 90 wanita hamil yang kelebihan berat badan/obesitas di Bogotá-Kolombia<br>V: intervensi konseling pemberian ASI eksklusif (EBF) baru untuk ibu yang kelebihan berat badan/obesitas; dan prevalensi pemberian ASI eksklusif pertumbuhan bayi, dan penurunan berat badan ibu<br>I: pola konsumsi makanan ibu, menggunakan ingatan diet 24 jam dengan metode ingatan diet multi-pass, niat ibu untuk menyusui, risiko ibu mengalami depresi pascapersalinan, Aktivitas fisik ibu<br>A: Perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan menggunakan uji $t$ , uji Mann-Whitney, atau uji Chi-square yang sesuai. | Kelompok intervensi memiliki <b>prevalensi ASI eksklusif</b> yang secara signifikan lebih tinggi pada usia 4 bulan (82,8%) dibandingkan dengan kelompok kontrol (30,6%) (Rasio prevalensi atau PR = 2,7; IK 95% = 1,6, 4,5). Tidak ada efek intervensi terhadap kecepatan pertumbuhan bayi, penurunan berat badan ibu, atau luaran sekunder |
| 7 | <i>A prenatal group based phone counseling intervention to Improve breastfeeding rates and complementary feeding: a randomized, controlled pilot and</i>                                                | (Cauble et al., 2021)<br>D: RCT<br>S: 41 Ibu Hamil<br>V: konseling telepon berbasis kelompok prenatal untuk meningkatkan tingkat pemberian ASI dan makanan pendamping<br>I: Kuesioner pemberian makanan untuk menilai pemberian ASI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Tingkat pemberian <b>ASI eksklusif</b> dan pemberian ASI saja tidak berbeda antar kelompok pada setiap waktu. Tidak ditemukan perbedaan antar kelompok dalam hal pengenalan makanan padat dini atau perkembangan pemberian makan bayi.                                                                                                      |

|   |                                                                                                             |                       |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | <i>feasibility trial.</i>                                                                                   |                       | dan pengenalan MPASI<br>A: $\chi^2$ atau uji pasti Fisher digunakan untuk membandingkan tingkat antar kelompok                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                          |
| 8 | <i>Lactation counseling for maintaining exclusive breastfeeding in adolescent mothers: a trial protocol</i> | (Milena et al., 2021) | D: RCT<br>S: 118 ibu primipara<br>V: konseling laktasi; dan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan<br>I: Kuesioner pengetahuan menyusui<br>A: uji <i>t</i> Student sampel independen dan ANOVA ukuran berulang | Angka pemberian <b>ASI eksklusif</b> 70% pada kelompok eksperimen, sedangkan hanya 40% pada kelompok kontrol.<br>Tingkat penghentian pemberian ASI eksklusif 2,5 kali lebih tinggi pada kelompok kontrol |

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelusuran didapatkan total 295 artikel, tetapi hanya 8 artikel yang disertakan dalam penelitian. Dalam tinjauan literatur ini, kami merangkum dampak konseling menyusui terhadap pemberian ASI eksklusif.

### **Konseling menyusui efektif meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif**

Sebanyak 7 artikel dalam penelitian ini menunjukkan bahwa konseling merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan capaian ASI eksklusif. Konseling menyusui bisa dilakukan mulai masa hamil dan dilanjutkan setelah melahirkan. Konseling menyusui yang dilakukan pada saat hamil dengan usia kehamilan > 28 minggu menerima intervensi berupa dukungan sebaya oleh teman-teman kehamilan, penyediaan perlengkapan ibu hamil dan pesan melalui telepon seluler dapat meningkatkan inisiasi menyusui dini dan pemberian ASI eksklusif pada 28 hari pertama kehidupan bayi (Id et al., 2025). Konseling menyusui yang dilakukan pada ibu remaja yang dimulai pada masa prenatal dan dilanjutkan setelah persalinan dan dilakukan oleh perawat terlatih menunjukkan tingkat pemberian ASI eksklusif sebesar 70% pada kelompok eksperimen dan 40% pada kelompok kontrol, daya 80%, galat alfa 5%, dan tingkat penghentian pemberian ASI eksklusif 2,5 kali lebih tinggi pada kelompok kontrol dibandingkan dengan kelompok eksperimen (Milena et al., 2021). Pelatihan dan edukasi berkelanjutan selama masa prenatal dan postnatal terbukti memperpanjang durasi ASI eksklusif, serta meningkatkan jumlah ibu yang berhasil melakukan ASI eksklusif selama 6 bulan. Metode edukasi tatap muka dan penggunaan materi edukasi standar WHO/UNICEF sangat mendukung keberhasilan konseling (Yılmaz & Aykut, 2021).

### **Konseling menyusui dilakukan dimulai pada saat hamil dan dilanjutkan setelah melahirkan atau segera setelah lahir**

Dari studi-studi ini, 5 Studi menyatakan konseling menyusui dilakukan dimulai pada saat hamil dan dilanjutkan setelah melahirkan dengan beberapa sesi konseling. 3 studi dilakukan mulai masa postnatal dan dengan beberapa sesi konseling yang dilakukan.

Konseling menyusui juga dapat dilakukan setelah kelahiran. Konseling segera setelah persalinan (immediate postnatal counseling) secara signifikan meningkatkan praktik IMD (54,1% vs. 45,9%) dan ASI eksklusif (61,9% vs. 38,1%) di dua rumah sakit di Ethiopia. Faktor pengetahuan ibu dan keikutsertaan dalam kunjungan ANC juga memperkuat keberhasilan praktik menyusui (Beyene et al., 2025). Konseling menyusui yang dilakukan setelah operasi cesaria dan diberikan pelatihan dalam 24 jam pertama pascapersalinan kemudian ditindak lanjuti pada bulan pertama dan keenam yang dilakukan secara online memberikan

dampak pada tingginya angka menyusui, antropometri bayi dan efikasi diri menyusui (Karaahmet & Bilgiç, 2022).

### **Konseling menyusui dapat dilakukan dengan tatap muka, secara online atau hibrid.**

Pemberian konseling dilakukan dengan beberapa cara. 3 studi menyebutkan konseling dilakukan dengan tatap muka, 3 studi lainnya merupakan kombinasi konseling tatap muka dan dilanjutkan secara online, serta 2 studi menyebutkan konseling yang dilakukan secara daring/ online. Selain meningkatkan pemberian ASI eksklusif, 3 studi menyampaikan bahwa konseling menyusui juga meningkatkan efikasi diri ibu.

Konseling menyusui dapat dilakukan secara online. Konseling menyusui yang dilakukan dengan bantuan alat kerja elektronik yang dilakukan sepanjang trisemester ketiga kehamilan dan selama 6 bulan pertama kehidupan anak dapat meningkatkan pemberian ASI eksklusif (Billah et al., 2022). Alat kerja elektronik tersebut diadaptasi dari paket konseling Pemberian Makanan Bayi dan Anak Kecil (PBMA) UNICEF kemudian dikembangkan dalam aplikasi android. Tetapi intervensi konseling telepon berbasis kelompok prenatal yaitu dengan menggunakan sistem konferensi audio acano yang berdurasi 60 menit oleh konsultan laktasi bersertifikat internasional (IBCLC) dimulai antara usia kehamilan 16-30 minggu yang terdiri dari 6 sesi, dan dinilai pada dua minggu, dua bulan, empat bulan, dan enam bulan pascapersalinan menunjukkan tidak ada perbedaan tingkat pemberian ASI eksklusif pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dengan nilai  $p=0,88$  (Cauble et al., 2021).

### **Konseling menyusui dilakukan secara individual maupun kelompok**

Konseling menyusui bisa dilakukan secara individual ataupun kelompok. Konseling menyusui yang dilakukan secara individual selama perawatan di rumah sakit dan yaitu dua hingga empat sesi konseling menyusui, dan dilanjutkan melalui telepon hingga anak berusia enam bulan lebih mungkin mempertahankan pemberian ASI eksklusif pada bulan keempat (56,2% kelompok intervensi, 30% kelompok kontrol) dan bulan keenam kehidupan anak (57,4% kelompok intervensi, 24% kelompok kontrol (Ruiz et al., 2025). Konseling menyusui yang dilakukan pada wanita hamil yang kelebihan berat badan/ obesitas yang meliputi konseling menyusui individual, pemberdayaan, strategi pemecahan masalah berdasarkan teori berpusat pada klien Carl Rogers, yang dilakukan selama akhir kehamilan, minggu pertama pascapersalinan, 1 dan 3 bulan pascapersalinan didapatkan prevalensi ASI eksklusif (ASI) yang signifikan lebih tinggi pada usia 4 bulan (82,8%) dibandingkan dengan kelompok kontrol (30,6%) (Rasio prevalensi atau



PR = 2,7; IK 95% = 1,6, 4,5). Tidak ada efek intervensi terhadap kecepatan pertumbuhan bayi, penurunan berat badan ibu, atau luaran sekunder (Aldana-parra et al., 2025). Konseling menyusui menggunakan kerangka kerja sosio-ekologis yang dilakukan secara kelompok dapat meningkatkan sikap menyusui, efikasi diri dan pemberian ASI eksklusif yang secara signifikan lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol (70% vs. 22,5%,  $P = 0,0001$ ) (Bueno-Gutiérrez et al., 2021).

### Konseling menyusui meningkatkan efikasi diri menyusui

Konseling menyusui terbukti meningkatkan skor efikasi diri ibu menyusui pada kelompok intervensi yang secara signifikan lebih tinggi saat pulang, 4 minggu setelah melahirkan, dan 6 bulan setelah melahirkan dibandingkan kelompok kontrol ( $p < 0,05$ ). Skor kemandirian menyusui ibu di kelompok intervensi setelah pulang pertama kali meningkat, kemudian sedikit menurun, dan cenderung meningkat secara keseluruhan. Pada kelompok kontrol, skor kemandirian menyusui meningkat terlebih dahulu, kemudian menurun, dan cenderung menurun secara keseluruhan (Karaahmet & Bilgiç, 2022).

### SIMPULAN

Konseling menyusui merupakan intervensi efektif yang harus diterapkan secara sistematis yang berbasis komunitas, rumah sakit, maupun pelayanan primer dan diberikan secara berkelanjutan selama masa kehamilan hingga masa pascapersalinan untuk mendukung praktik ASI eksklusif. Penerapan konseling menyusui seperti *peer support*, *immediate counseling*, dan *group education* dapat diadaptasi secara kontekstual di berbagai negara, termasuk di Indonesia, sebagai upaya pencapaian target WHO 50% ASI eksklusif pada tahun 2025.

Tinjauan ini menunjukkan bahwa konseling menyusui efektif dalam meningkatkan capaian pemberian ASI eksklusif serta dapat meningkatkan efikasi diri ibu. Konseling dilakukan mulai sejak ibu hamil, dilanjutkan setelah melahirkan dan segera setelah ibu melahirkan, dapat dilakukan secara individual maupun berkelompok, tatap muka, online atau hibrid.

### DAFTAR PUSTAKA

Abekah-nkrumah, G., Antwi, M. Y., Nkrumah, J., & Gbagbo, F. Y. (2020). *Examining working mothers' experience of exclusive breastfeeding in Ghana*. 0, 1–10.

Agrina, Sabrian, F., Hasanah, O., Erika, & Hasneli, Y. (2021). Mothers' breastfeeding practices and self-efficacy. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(1), 17–24. <https://doi.org/10.7454/jki.v24i1.1083>

Agrina, Sabrian, F., Zulfitri, R., Arneliwati,

Herlina, & Pristiana Dewi, A. (2019). The effectiveness of simulation health education to mother breastfeeding skill between two groups in rural area of Riau, Indonesia. *Enfermeria Clinica*, 29(xx), 9–12. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2018.11.006>

Aldana-parra, F., Vega, G. O., & Fewtrell, M. (2025). *Effectiveness of a new breastfeeding counselling intervention on breastfeeding prevalence, infant growth velocity and postpartum weight loss in overweight women: a randomized controlled trial*.

Apara, E. F., Olawade, D. B., Deji, G., Kokori, E., Aderinto, N., & David-olawade, A. C. (2024). Women and Children Nursing Factors influencing nursing mothers' exclusive breastfeeding practices and their effects on infants aged zero to six months in Nigeria: A review of current evidence. *Women and Children Nursing*, 2(3), 49–55. <https://doi.org/10.1016/j.wcn.2024.07.001>

Beyene, B. N., Wako, W. G., Moti, D., Edin, A., & Debela, D. E. (2025). Postnatal counseling promotes early initiation and exclusive breastfeeding: a randomized controlled trial. *Frontiers in Nutrition*, 12(February). <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1473086>

Billah, S. M., Ferdous, T. E., Bakkar, A., Kelly, P., Choudhury, N., Greenow, C. R., Haider, R., Gillespie, S., Hoddinott, J., & Dibley, M. J. (2022). *The effect of electronic job aid assisted one-to-one counselling to support exclusive breastfeeding among 0–5-month-old infants in rural Bangladesh*. September 2021. <https://doi.org/10.1111/mcn.13377>

Buckland, C., Hector, D., Kolt, G. S., Fahey, P., & Arora, A. (2020). Interventions to promote exclusive breastfeeding among young mothers: a systematic review and meta-analysis. *International Breastfeeding Journal*, 6, 1–14.

Bueno-Gutiérrez, D., Castillo, E. U. R., & Mondragón, A. E. H. (2021). Breastfeeding counseling based on formative research at primary healthcare Services in Mexico. *International Journal for Equity in Health*, 20(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12939-021-01491-6>

Cauble, J. S., Herman, A., Wick, J., Goetz, J., Daley, C. M., Sullivan, D. K., & Hull, H. R. (2021). A prenatal group based phone counseling intervention to improve breastfeeding rates and complementary feeding: a randomized, controlled pilot and feasibility trial. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03976-2>

Chipojola, R., Chiu, H., Hasanul, M., Lin, Y., & Kuo, S. (2020). Effectiveness of theory-based educational interventions on breastfeeding self-efficacy and exclusive breastfeeding: A systematic review and meta-analysis.

- International Journal of Nursing Studies*, 109, 103675. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103675>
- Couto, G. R., Dias, V., & Oliveira, I. de J. (2020). Benefits of exclusive breastfeeding: An integrative review. *Nursing Practice Today*, 7(4), 245–254. <https://doi.org/10.18502/npt.v7i4.4034>
- Duan, Y., Yang, Z., Bi, Y., Wang, J., Pang, X., Jiang, S., Zhang, H., Xu, L., & Lai, J. (2022). What are the determinants of low exclusive breastfeeding prevalence in China? A cross-sectional study. *Maternal and Child Nutrition*, 18(2). <https://doi.org/10.1111/mcn.13324>
- Dukuzumuremyi, J. P. C., Acheampong, K., Abesig, J., & Luo, J. (2020). Knowledge , attitude , and practice of exclusive breastfeeding among mothers in East Africa : a systematic review, <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00313-9>. *International Breastfeeding*, 9(20), 1–17.
- Ferreira, L. B., Tirapeli, K. G., Silva, C. C., Beres, T., & Goldberg, L. (2023). Lumbar spine bone mineral density in women breastfeeding for a period of 4 to 6 months : systematic review and meta - analysis. *International Breastfeeding Journal*, 18(68), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13006-023-00607-8>
- Hadi, H., Fatimatasari, F., Irwanti, W., Kusuma, C., Alfiana, R. D., Asshiddiqi, M. I. N., Nugroho, S., Lewis, E. C., & Gittelsohn, J. (2021). *Exclusive Breastfeeding Protects Young Children from Stunting in a Low-Income Population : A Study from Eastern Indonesia*. 1–14.
- Hashim, S., Ishak, A., & Muhammad, J. (2020). Unsuccessful Exclusive Breastfeeding and Associated Factors among the Healthcare Providers in East Coast, Malaysia. *Korean Journal of Family Medicine*, 41(6), 416–421. <https://doi.org/10.4082/KJFM.19.0060>
- Hassounah, M., Dabbagh, R., & Younis, A. (2023). Is the Frequency of Postpartum Breastfeeding Counseling Associated with Exclusive Breastfeeding at Six Months? An Analytical Cross-Sectional Study. *Children*, 10(7). <https://doi.org/10.3390/children10071141>
- Hossain, S., & Mihrshahi, S. (2022). *Exclusive Breastfeeding and Childhood Morbidity : A Narrative Review*.
- Id, D. M., Tumwine, J. K., Ndeezi, G., Musaba, M. W., Tongun, B., Tumuhamy, J., Napyo, A., Id, F. O., Amany, D., Odongkara, B., Achora, V., & Tylleskar, T. (2025). *Assessing a bundle of peer counseling , mobile phone messages , and mama kits in promoting timely initiation of and exclusive breastfeeding in Uganda : A cluster randomized controlled study. January 2018*, 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0317200>
- Jama, A., Gebreyesus, H., Wubayehu, T., Gebregyorgis, T., Teweldemedhin, M., Berhe, T., & Berhe, N. (2020). Exclusive breastfeeding for the first six months of life and its associated factors among children age 6-24 months in Burao district, Somaliland. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13006-020-0252-7>
- Karaahmet, A. Y., & Bilgiç, F. Ş. (2022). *ORIGINAL Breastfeeding success in the first 6 months of online breastfeeding counseling after cesarean delivery and its effect on anthropometric measurements of the baby : a randomized controlled study*. 68(10), 1434–1440. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/1806-9282.20220540>
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Profil Kesehatan Indonesia 2024* (F. Sibuea (ed.)). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Li, L., Wu, Y., Wang, Q., Du, Y., Friesen, D., Guo, Y., Dill, S. E., Medina, A., Rozelle, S., & Zhou, H. (2022). Determinants of breastfeeding self-efficacy among postpartum women in rural China: A cross-sectional study. *PLoS ONE*, 17(4 April), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266273>
- Lin, D., Chen, D., Huang, J., Li, Y., Wen, X., Ou, P., & Shi, H. (2023). Breastfeeding is associated with reduced risks of central obesity and hypertension in young school-aged children : a large , population- based study. *International Breastfeeding Journal*, 1, 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s13006-023-00581-1> (2023)
- Maramag, C. C., Samaniego, J. A. R., Castro, M. C., Zambrano, P., Nguyen, T. T., Cashin, J., Datu-sanguyo, J., Mathisen, R., & Weissman, A. (2023). *Maternity protection policies and the enabling environment for breastfeeding in the Philippines : a qualitative study*. 1–14.
- Masi, A. C., & Stewart, C. J. (2024). *Role of breastfeeding in disease prevention*. April, 1–10. <https://doi.org/10.1111/1751-7915.14520>
- McGowan, C., & Bland, R. (2023). The Benefits of Breastfeeding on Child Intelligence, Behavior, and Executive Function: A Review of Recent Evidence. *Breastfeeding Medicine*, 18(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.1089/bfm.2022.0192>
- Milena, I., Sabogal, U., Consuelo, C., Nariño, D., Alejandra, M., & Monsalve, M. (2021). Lactation counseling for maintaining exclusive breastfeeding in adolescent mothers : a trial protocol. *Pilot and Feasibility Studies*, 1–9. <https://doi.org/10.1186/s40814-021-00950-9>

- Muro-valdez, J. C., Meza-rios, A., Aguilar-uscanga, B. R., Lopez-roa, R. I., Medina-d, E., Franco-torres, E. M., & Zepeda-morales, A. S. M. (2023). Breastfeeding-Related Health Benefits in Children and Mothers : Vital Organs Perspective. *Medicina*, 1–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/medicina59091535>
- Patil, D. S., Pundir, P., Dhyan, V. S., Krishnan, J. B., Parsekar, S. S., D'Souza, S. M., Ravishankar, N., & Renjith, V. (2020). A mixed-methods systematic review on barriers to exclusive breastfeeding. In *Nutrition and Health* (Vol. 26, Issue 4, pp. 323–346). SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.1177/0260106020942967>
- Peraturan Presiden RI. (2021). *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2027 Tentang Percepatan Penurunan Stunting*.
- Perinasia. (2024). *Pelatihan Konseling Menyusui*. Kementerian Kesehatan RI Direktorat Gizi Masyarakat dan Kesehatan Ibu dan Anak.
- Presiden Republik Indonesia. (2012). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*.
- Presiden Republik Indonesia. (2023). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan*.
- Roghair, R. (2024). Breastfeeding : Benefits to Infant and Mother. *Nutrients*, 16(3251). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu16193251>
- Rohini, A. M., Elavally, S., & Saradakutty, G. (2022). *Effectiveness of breastfeeding education compared to standard hospital information on exclusive breastfeeding among mothers : A systematic review*. 1–9. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Ruiz, M. T., Rodrigues, C., Christoffel, M. M., Resende, C. V. De, Cavalcanti, M. C., Ferreira, M. G., Aparecida, J., Peixoto, K. E., Silva, O., Wernet, M., Letícia, A., Gomes, M., Beatriz, M., & Raponi, G. (2025). *Effectiveness of individualized breastfeeding counseling during the dyad ' s stay in rooming- in : a randomized , multicenter , open and parallel study*.
- Ruiz, M. T., Rodrigues, C., Emanuelle, K., Oliveira, P., Resende, C. V. De, Cavalcanti, M. C., Marques, L., & Wernet, M. (2023). *Effectiveness of individualized counseling on the duration of exclusive breastfeeding : study protocol for a multicenter , randomized , parallel , and open clinical trial*. 1–14. <https://doi.org/10.1186/s13063-023-07490-y>
- Sabo, A., Abba, J., Sunusi Usman, U., Musa Saulawa, I., Alzoubi, M. M., Al-Mugheed, K., Alsenany, S. A., & Farghaly Abdelaliam, S. M. (2023). Knowledge, attitude, and practice of exclusive breastfeeding among mothers of childbearing age. *Frontiers in Public Health*, 11(December), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1277813>
- Santacruz-Salas, E., Aranda-Reneo, I., Segura-Fragoso, A., Cobo-Cuenca, A. I., Laredo-Aguilera, J. A., & Carmona-Torres, J. M. (2020). Mothers' expectations and factors influencing exclusive breastfeeding during the first 6 months. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph17010077>
- Sehhatie, F. S., Mirghafourvand, M., & Havizari, S. (2020). Effect of prenatal counseling on exclusive breastfeeding frequency and infant weight gain in mothers with previous unsuccessful breastfeeding: a randomized controlled clinical trial. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 33(21), 3571–3578. <https://doi.org/10.1080/14767058.2019.1579191>
- Sultana, M., Dhar, S., Hasan, T., Chandra, L., Islam, A., & Das, S. (2022). *Knowledge , attitudes , and predictors of exclusive breastfeeding practice among lactating mothers in Noakhali , Bangladesh*. 8(October). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11069>
- Titaley C, Dibley M, Ariawan I, Mu'asyaroh A, & Alam A. (2021). Determinants of low breastfeeding self-efficacy amongst mothers of children aged less than six months: results from the BADUTA study in East Java, Indonesia. *International Breastfeeding Journal* [revista en Internet] 2021 [acceso 20 de noviembre de 2023]; *International Breastfeeding Journal*, 5, 1–15.
- Tschiderer, L., Willeit, P., & Peters, S. A. E. (2022). The cardiovascular benefits of breastfeeding to mothers. *Expert Review of Cardiovascular Therapy*, 20(8), 589–592. <https://doi.org/10.1080/14779072.2022.2100761>
- Tseng, J., Chen, S., Au, H., Chipojola, R., Lee, G. T., Lee, P., Shyu, M., & Kuo, S. (2020). Effectiveness of an integrate d breastfee ding e ducation program to improve self-efficacy and exclusive breastfeeding rate : A single-blind , randomise d controlle d study. *International Journal of Nursing Studies*, 111, 103770. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103770>
- Vilar-Compte, M., Hernández-cordero, S., Ancira-moreno, M., & Burrola-méndez, S. (2021). *Breastfeeding at the workplace : a systematic review of interventions to improve workplace environments to facilitate breastfeeding among working women*. 3.
- WHO. (2023). *Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants*.

- WHO. (2025). *Breastfeeding*. Breastfeeding.
- Wong, M. S., Mou, H., & Chien, W. T. (2021). Effectiveness of educational and supportive intervention for primiparous women on breastfeeding related outcomes and breastfeeding self-efficacy: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 117, 103874. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2021.103874>
- Yılmaz, M., & Aykut, M. (2021). The effect of breastfeeding training on exclusive breastfeeding: a randomized controlled trial. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 34(6), 925–932. <https://doi.org/10.1080/14767058.2019.1622672>