

**PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS UMBAN SARI PEKANBARU**

Rika Ruspita⁽¹⁾, Lisviarose⁽²⁾

⁽¹⁾Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Insyirah Pekanbaru

*Email: rikaruspita@yahoo.co.id

⁽²⁾Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Insyirah Pekanbaru

*Email: lisviarose@gmail.com

ABSTRAK

Air Susu Ibu merupakan makanan eksklusif bagi bayi. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari Pekanbaru. Metode penelitian ini adalah Analitik Cros Sectional Study dengan menggunakan kuesioner. Populasi pada penelitian ini seluruh ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 6-12 bulan berjumlah 121 orang, besar sampel dalam penelitian ini total sampling berjumlah 121 ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 6-12 bulan. Analisis data dengan menggunakan uji Chi Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 58,7% ibu tidak memberikan ASI Eksklusif, variabel yang berhubungan dimana ibu berpendidikan rendah dengan nilai P value 0,000 lebih berisiko 0,246 kali (C.I 95%: 0,110-0,550) dibandingkan ibu yang memiliki pendidikan tinggi, Ibu yang berpengetahuan kurang dengan nilai P value 0.767 tidak berisiko 0,892 kali (CI: 95% POR= (0,418-1,904) memberikan makanan kepada bayi selain ASI dibandingkan ibu yang memiliki pengetahuan baik, Ibu yang tidak mendapat dukungan dari keluarga dengan nilai P value 0,100 dalam pemberian ASI Eksklusif lebih berisiko 1,843 kali (C.I 95%: 0,887-3,832) dibandingkan ibu yang mendapat dukungan dari peran keluarga. Saran yang diberikan berupa meningkatkan promosi atau penyuluhan kesehatan oleh tenaga kesehatan di Puskesmas tentang tatacara pemberian ASI dan keunggulan ASI perlu lebih ditingkatkan, saat ibu berkunjung ke pelayanan kesehatan ibu hamil/menyusui di temani oleh keluarga sehingga tenaga kesehatan bisa menjelaskan mengenai pentingnya ASI untuk bayi dan dampak kelemahan dari penggunaan pengganti air susu ibu seperti susu formula, air tajin, the dan lain-lain.

Kata kunci: ASI Eksklusif, Pengetahuan, Pendidikan, Dukungan Dari Keluarga

ABSTRACT

Mother's Milk is an exclusive food for babies. The purpose of this study was to find out Exclusive Breastfeeding for Breastfeeding Mother in the Working Area of Umban Sari Pekanbaru Community Health Center. This research method is Analytical Cros Sektional Study by using questioner. This research method is Analysis Cros Sectional Study by using questioner. The population in this study all breastfeeding mothers with infants aged 6-12 months was 121 people, the total sample in this study total of 121 breastfeeding mothers with infants aged 6-12 months. Data analysis using Chi Square test. The results showed that 58.7% of mothers did not give Exclusive Breast Milk, related variables in which low-educated mothers with P value 0,000 were at risk 0.246 times (95% CI: 0.110-0.550) than mothers with higher education, with P value 0.767 no risk 0.892 times (CI: 95% POR = (0.418-1,904) feeding infants other than breastmilk than well-informed mothers, mothers who do not get support from families with P

value 0.100 in exclusive breastfeeding more risk 1,843 times (95% CI: 0,887-3,832) than mothers who get support from family role Advice given in the form of improving health promotion or counseling by health workers at health center about breastfeeding procedure and breastfeeding excellence need to be improved, when mother visit to the health services of pregnant / lactating women accompanied by families so that health workers can explain me on the importance of breastfeeding for infants and the disadvantages of using breastmilk substitutes such as formula milk, tajan water, and others.

Keywords: *Exclusive ASI, Knowledge, Education, Family Support*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan eksklusif bagi bayi. Nilai gizi yang terkandung dalam ASI sangat tinggi sehingga sebenarnya tidak memerlukan tambahan komposisi apapun dari luar. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pemberian ASI yang bisa dilihat dari faktor kesehatan ibu antara lain ibu sakit berat, gangguan jiwa, dalam pengobatan jangka lama yang menyebabkan pemberian ASI dapat membahayakan bayi, ibu bekerja, atau ibu yang bepergian jauh, umur ibu yang terlalu muda, sehingga tidak mengerti akan kebutuhan bayi. Mementingkan keindahan tubuh pasca melahirkan, serta ibu yang kurang mendapat penyuluhan pada masa kehamilan (Suririnah, 2009).

Diseluruh dunia diperkirakan hanya 34,8% bayi yang diberi ASI eksklusif untuk 6 bulan pertama kehidupan (WHO, 2009).

Unicef menyampaikan temuan bahwa hanya 20% dari negara-negara yang diteliti mempraktekkan pemberian ASI eksklusif pada lebih dari 50% bayi yang ada. Selebihnya, 80% dari negara-negara tersebut melakukan pemberian jauh lebih rendah dari 50%. Indonesia tergolong dalam kelompok yang 80% dimana memiliki persentase pemberian ASI yang dipraktikkan pada bayi hanya 39% dari seluruh bayi. Angka ini bahkan semakin parah karena penghitungan terbaru menunjukkan bahwa persentase Indonesia adalah

lebih dari setengah angka di atas menjadi 15,3% dari seluruh bayi per tahun (Kadir, 2014).

Berdasarkan data dari Provinsi Riau tahun 2013 cakupan pencapaian bayi yang diberikan ASI Eksklusif 55,9%, berdasarkan data Dinas Kota Pekanbaru tahun 2014 menunjukkan bahwa cakupan pencapaian pemberian ASI Eksklusif untuk Kota Pekanbaru sebesar 76,18% dari 20 Puskesmas yang ada di Kota Pekanbaru. Dari 20 Puskesmas, Puskesmas Umban Sari memiliki target pencapaian ASI Eksklusif terendah sebesar 46,27% (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, 2014).

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari Pekanbaru.

Berdasarkan data-data yang telah dikemukakan, peneliti tertarik untuk menganalisa Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari Pekanbaru.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik observasional dengan jenis desain penelitian yang digunakan adalah studi penampang analitik.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai bayi usia 6-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Umbansari berjumlah 121 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini

adalah “Total Sampling” yaitu berjumlah 121 orang

Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat sebaran sampel, bivariat (Chi Square) untuk melihat hubungan antara variable dependen dengan satu variable independen.

HASIL

1. Hasil Analisis Univariat

Prevalensi yang tidak memberikan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Umbansari cukup tinggi yaitu (58,8%), sebagian besar mempunyai pengetahuan tinggi (64,5%), sebagian besar ibu berpendidikan (67,8%), sebagian besar keluarga tidak mendukung pemberian ASI (52,9%) dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel I. distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pemberian ASI Eksklusif

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	ASI Eksklusif	50	41,3
2	Tidak ASI Eksklusif	71	58,7
Jumlah		121	100

Tabel 2 distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu

No	Pengetahuan Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang	43	35,5
2	Tinggi	78	64,5
Jumlah		121	100

Tabel 3 distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu

No	Pendidikan Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	82	67,8
2	Tinggi	39	32,3
Jumlah		121	100

Tabel 4 distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peran Keluarga

No	Peran Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ada dukungan	57	47,1
2	Tidak ada dukungan	64	52,9
Jumlah		121	100

2. Hasil Analisis Bivariat

Tabel 5 Analisis Pengaruh Pengetahuan dengan Pemberian ASI Eksklusif

No	Pengetahuan	ASI Eksklusif				Total	
		Diberikan ASI		Tidak diberikan ASI		n	%
		n	%	n	%		
1	Kurang	17	39,5	26	60,5	43	100
2	Tinggi	33	42,3	45	57,7	78	100
Total		50	41,3	70	58,7	245	100

a. *P value*: 0,767

b. POR: 0,892 (0,418-1,904)

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang dengan tidak ASI Eksklusif yaitu 60,5% lebih banyak dibandingkan dengan responden yang menyusui secara Eksklusif yaitu 39,5% kemudian responden yang memiliki pengetahuan tinggi dengan tidak ASI Eksklusif 57,7% lebih banyak dibandingkan dengan responden yang menyusui secara Eksklusif yaitu 42,3%. Perhitungan *Chi Square* dengan *Alpha* = 0,05 diperoleh besar nilai *P value* 0,767 > 0,05 sehingga dapat diartikan tidak terdapat pengaruh yang bermakna antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif, serta pengetahuan ibu yang kurang tidak berisiko 0,892 kali (C.I 95% 0,418-1,904) tidak memberikan ASI Eksklusif dibandingkan ibu dengan pengetahuan tinggi.

Tabel 6 Analisis Hubungan Pendidikan dengan Pemberian ASI Eksklusif

No	Pendidikan ibu	ASI Eksklusif				Total	
		Diberikan ASI		Tidak diberikan ASI		n	%
		n	%	n	%		
1	Rendah	25	30,5	57	60,5	82	100
2	Tinggi	25	64,1	14	35,9	39	100
Total		50	41,3	71	58,7	245	100

a. *P value*: 0,000

b. POR: 0,246 (0,110-0,550)

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa responden yang memiliki pendidikan ibu rendah dengan tidak ASI Eksklusif yaitu 69,5% lebih banyak dibandingkan dengan responden yang menyusui secara Eksklusif yaitu 30,5% kemudian responden yang memiliki pendidikan tinggi dengan menyusui secara Eksklusif 64,1% lebih banyak dibandingkan dengan responden yang tidak ASI Eksklusif yaitu 35,9%. Perhitungan *Chi Square* dengan *Alpha* = 0,05 diperoleh besar nilai *P value* 0,000 < 0,05 sehingga dapat diartikan terdapat Pengaruh yang bermakna antara pendidikan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif dan pendidikan ibu yang rendah berisiko 0,246 kali (C.I 95% 0,110-0,550) tidak memberikan ASI Eksklusif dibandingkan ibu dengan pendidikan tinggi

Tabel 7 Analisis Pengaruh Peran Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif

No	Peran keluarga	ASI Eksklusif				Total	<i>P value</i>	POR/CI 95%
		Diberikan ASI		Tidak diberikan ASI				
		n	%	n	%			
1	Ada dukungan	28	49,1	29	43,6	57	100	0,100 1,843 (0,887-3,832)
2	Tidak ada dukungan	22	34,4	42	65,9	64	100	
Total		50	41,3	71	58,7	121	100	

a. *P value*: 0,100

b. POR: 1,843 (0,887-3,832)

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa responden yang ada dukungan tidak diberikan ASI Eksklusif yaitu

50,9% lebih banyak dibandingkan dengan responden yang diberikan ASI secara Eksklusif yaitu 49,1% kemudian responden tidak ada dukungan yang tidak memberikan ASI Eksklusif yaitu 65,6% lebih banyak dibandingkan dengan responden yang diberikan ASI Eksklusif yaitu 34,4%. Perhitungan *Chi Square* dengan *Alpha* = 0,05 diperoleh besar nilai *P value* 0,1000 > 0,05 sehingga dapat diartikan tidak terdapat pengaruh peran keluarga dengan pemberian ASI Eksklusif. Serta yang tidak mendapat dukungan keluarga tidak berisiko 1,843 kali (C.I 95% 0,887-3,832) tidak memberikan ASI Eksklusif dibandingkan yang mendapat dukungan keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian diatas bahwa dari 3 variabel independen diperoleh 1 variabel yang berhubungan signifikan dengan pemberian ASI eksklusif yaitu variable pendidikan ibu, 2 variabel yang tidak berhubungan signifikan yaitu pengetahuan ibu, dan peran keluarga.

PEMBAHASAN

a. Pengetahuan ibu

Dalam penelitian ini tidak ditemukan hubungan antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif kepada bayi, dimana pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan suatu objek tertentu, penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh mata dan telinga (Notoadmodjo, 2007). Indra pendengaran mendengar manfaat ASI baik untuk bayi, namun dengan pengetahuan yang kurang kadang menjadi faktor ibu tetap tidak memberika ASI Eksklusif

kepada bayi. Ibu yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang ASI hendaknya mencari info untuk mengetahui apa ASI baik digunakan bagi bayi dan bahaya apa saja yang akan timbul apa bila ASI tidak diberikan kepada bayi.

Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan Aminah 2013 yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna ($p < 0,000 < 0,05$) antara pengetahuan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif.

Menurut asumsi peneliti hal ini dimungkinkan karena pada saat dalam pengumpulan data adanya bias pada instrumen dan supaya tidak terjadi bias maka sebaiknya penelitian yang lebih lanjut membuat pertanyaan menilai kejujuran jawaban responden tentang pengetahuan ibu.

b. Pendidikan ibu

Pendidikan ibu berpengaruh terhadap pemberian ASI Eksklusif dengan nilai *p value* 0,000. Ibu yang berpendidikan rendah lebih berisiko 0,185 kali (C.I 95%: 0,074-0,462) dibandingkan ibu yang memiliki pendidikan tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Atabik 2013 dimana menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna ($P < 0,001 < 0,05$) antara pendidikan ibu dengan praktik pemberian ASI Eksklusif.

Semakin tinggi tingkat pendidikan ibu maka semakin rendah tingkat pemberian cairan selain ASI kepada bayinya, bagi ibu yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah maka memiliki wawasan dan informasi yang kurang tentang manfaat dari

kandungan di dalam ASI sehingga diharapkan bagi ibu yang berpendidikan rendah supaya lebih sering mencari informasi agar ibu lebih bisa dan memahami tentang manfaat ASI.

Menurut asumsi peneliti Tingkat pendidikan ibu yang rendah wawasan pengetahuan terbatas dan tradisi turun temurun merupakan faktor pendukung timbulnya anggapan bahwa ASI saja tidak cukup sebagai makanan bayi akibatnya para ibu memberikan bentuk cairan minuman lain seperti susu formula sebagai pendamping ASI sebelum bayi mencapai umur 6 bulan.

c. Peran keluarga

Peran keluarga dalam penelitian ini tidak berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui

Toeri yang menyatakan bahwa Ayah juga diharapkan membantu pekerjaan rumah tangga. Dengan demikian, ibu bisa beristirahat cukup karena hati ya senang dan pikirannya pun tenang, yang ahirnya bisa berdampak pada produksi ASI lebih banyak. Produksi ASI sekitar 80%-nya juga ditentukan oleh keadaan emosi sang ibu.

Dukungan keluarga dalam hal memberi motivasi terhadap pemberian ASI Eksklusif adalah hal yang sangat penting untuk menunjang pemenuhan kebutuhan fisik bayi terutama untuk pemenuhan gizi dan tumbuh kembang si bayi.

Direkomendasikan keluarga jangan mendukung dalam pemberian makanan kepada bayi

selain ASI, supaya tidak terjadi pemberian selain ASI kepada bayi 0-6 bulan atas dasar rekomendasi tersebut diajukan beberapa saran:

- 1) Jangan menganjurkan ibu memberikan selain ASI kepada bayi seperti susu formula, air teh, air putih dan lain-lain
- 2) Penyuluhan atau promosi kesehatan terhadap keluarga mengenai pentingnya ASI untuk bayi.
- 3) Saat ibu berkunjung ke pelayanan kesehatan ditemani oleh pendamping sehingga tenaga kesehatan bisa menjelaskan mengenai keuntungan ASI untuk bayi.
- 4) Mengupayakan membuat kelompok pendukung ASI dimasyarakat

Dengan informasi yang didapat dari penyuluhan pentingnya ASI bagi bayi, sehingga ibu tidak memberikan selain ASI dan pihak keluarga yang memberikan dukungan tidak lagi mendukung dalam pemberian selain ASI.

Ibu yang sehat dan produktif dapat memberikan ASI dengan baik. Tidak semua suami atau orang tua akan mendukung pemberian ASI. Misalnya suami merasa tidak nyaman apabila istri menyusui. Pada waktu seorang ibu melahirkan keluarga besar atau kerabatnya berdatangan untuk membantu merawat ibu dan bayinya pada saat itu mereka memberikan makanan atau minuman bayi di usia sangat dini (Sofyana, 2011). Keluarga harus bisa meningkatkan pengetahuan tentang ASI supaya tidak terjadi pemberian makanan kepada bayi

selain ASI, dan keluarga bisa memperoleh informasi dari kegiatan penyuluhan yang diadakan oleh pihak puskesmas mengenai kepentingan ASI untuk bayi.

Menurut Asumsi peneliti bahwa dukungan ibu yang menyusui bayi tidak memperoleh dukungan keluarga akan menyebabkan terjadi suatu faktor pendukung yang pada prinsipnya setiap support yang diberikan akan membuat emosional maupun psikologis ibu lebih baik, sehingga akan berdampak terhadap kesiapan ibu untuk menyusui bayinya dan produksi ASI semakin lancar.

SIMPULAN

Ibu yang berpengetahuan kurang dengan nilai *P value* 0.767 tidak berisiko 0,892 kali (CI: 95% POR= (0,418-1,904) memberikan makanan kepada bayi selain ASI dibandingkan ibu yang memiliki pengetahuan baik

Ibu yang berpendidikan rendah dengan nilai *P value* 0,000 lebih berisiko 0,246 kali (C.I 95%: 0,110-0,550) dibandingkan ibu yang memiliki pendidikan tinggi.

Ibu yang tidak mendapat dukungan dari keluarga dengan nilai *P value* 0,100 dalam pemberian ASI Eksklusif lebih berisiko 1,843 kali (C.I 95%: 0,887-3,832) dibandingkan ibu yang mendapat dukungan dari peran keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, 2013. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Menyusui Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Diwilayah Kerja Puskesmas Mandale Kabupaten Pengkap.*

- Volume 3 Nomor 3 Tahun 2013
ISSN: 2302-1721.
- Atabik, 2013. *Faktor Ibu Yang Berhubungan Dengan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Diwilayah Kerja Puskesmas Pamotan*. Skripsi: Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Emilia, 2009. *Pengaruh Penyluhan ASI Eksklusif Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil di Mukim Laure-E Kecamatan Simelue Tengah Kabupaten Simelue (NAD) Tahun 2008*. Skripsi: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatra Utara Medan.
- Fitrisia WD. 2002. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Ibu Dalam Pemberian Susu Formula Pada Bayi 0-12 Bulan..* [Skripsi]. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga Fakultas Pertanian IPB.
- Hikmawati I. 2008. *Faktor - Faktor Risiko Kegagalan Pemberian ASI Selama Dua Bulan (Studi Kasus pada bayi umur 3-6 bulan di Kabupaten Banyumas)*. [Tesis]. Program Pasca Sarjana Universitas Diponegoro Semarang
- Kadir. 2014. *Menelusuri Akar Masalah Rendahnya Persebtase Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia*. Volume XV Nomor 1/2014
- Khasanah, N. 2011. *ASI atau Susu Formula Ya*. Jakarta: Flashbook
- Kementerian Kesehatan RI. 2010. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta. Kemenkes RI
- Lapau B. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012. Jakarta
- Notoadmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Puspita, 2013. *Buku Pintar Merawat Bayi*. Jakarta: Dunia Sehat
- Profil Kesehatan Indonesia. 2013. *Cakupan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi 0-6 Bulan Menurut Provinsi Tahun 2013* hal 96. Jakarta: Kemenkes Republik Indonesia
- Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2014
- Profil Puskesmas Umban Sari Kota Pekanbaru Tahun 2014
- Rahmawati, 2010. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Pedalangan Kecamatan Banyumanik Kota Semarang*. Jurnal KesMaDaSka, Vol 1 No. 1, Juli2010 (8-17)
- Raharjo, 2012. *Hubungan Support System Keluarga Dengan Sikap Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Eprints.uns.ac.id/20574/13/naskah_publicasi.
- Sinipar, 2012. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kurangnya Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Yang Mmempunyai Bayi 0-12 Bulan di Posyandu Fatmawati 5 Cakung Jakarta Timur*. Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia Bekasi.
- Sofyana H. 2011. *Perbedaan Dampak Pemberian Nutrisi Asi Eksklusif Dan Non Eksklusif Terhadap Perubahan Antropometri Dan Status Imunitas Pada Neonatus Di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Al Ihsan Provinsi Jawa Barat*. [Tesis] Fakultas Ilmu

- Keperawatan Program Studi
Magister Keperawatan Depok.
- Suririnah. 2009. *Buku Pintar Merawat Bayi 0-12 Bulan* Jakarta: Pustaka Media Utama
- WHO. 2009. *Infant and young child feeding Model Chapter for textbooks for medical students and allied health professionals.*
- Wiji, 2013. *ASI dan Panduan Ibu Menyusui.* Yogyakarta: Nuha Medika