

INTERVENSI EDUKASI DIGITAL TEKNIK MENYUSUI UNTUK MENINGKATKAN EFEKTIVITAS MENYUSUI PADA IBU NIFAS DI PELAYANAN KESEHATAN PRIMER

Ihda Mauliyah^{1*}, Ratih Indah kartikasari², Oktia Woro Kasmini Handayani³,
Haryono⁴, Eram Tunggul Pawenang⁵

1. Program Doktor Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Semarang
2. Universitas Muhammadiyah Lamongan
3. Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Semarang
4. Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Semarang
5. Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Semarang

E-mail Korespondensi: ihda_mauliyah@students.unnes.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Perkembangan teknologi digital telah mendorong inovasi dalam penyampaian edukasi kesehatan yang lebih fleksibel dan interaktif. Dalam praktik kebidanan, edukasi digital teknik menyusui dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kemampuan ibu dalam melakukan teknik menyusui yang benar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh intervensi edukasi digital teknik menyusui terhadap keefektifan menyusui pada ibu nifas di pelayanan kesehatan primer.

Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimen one group pre-test dan post-test dengan melibatkan 56 ibu nifas yang dipilih melalui *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi LATCH yang terdiri atas lima komponen: *Latch*, *Audible swallowing*, *Type of nipple*, *Comfort*, dan *Hold* untuk menilai keefektifan teknik menyusui. Intervensi dilakukan dengan memberikan media edukasi digital berupa *video interaktif dan flipbook digital teknik menyusui* yang dikembangkan berdasarkan *Health Promotion Model (HPM)*. Analisis data menggunakan Paired Sample T-Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada seluruh komponen skor LATCH setelah intervensi edukasi digital. Peningkatan tertinggi terjadi pada perlekatan (*Latch-on*) dan posisi menyusui (*Hold*), diikuti oleh kenyamanan (*Comfort*) dan suara menelan bayi (*Audible swallowing*). Rata-rata skor total LATCH meningkat dari $1,59 \pm 0,73$ menjadi $2,54 \pm 0,50$ ($p = 0,000 < 0,05$) pada 56 responden. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi digital teknik menyusui efektif meningkatkan keterampilan dan keefektifan menyusui pada ibu nifas di pelayanan kesehatan primer.

Simpulan: Edukasi digital teknik menyusui terbukti berpengaruh secara signifikan terhadap keefektifan menyusui pada ibu nifas. Peningkatan keefektifan menyusui terlihat setelah ibu

mendapatkan edukasi digital yang tepat mengenai perlekatan dan posisi menyusui. Oleh karena itu, pemberian edukasi digital teknik menyusui perlu dijadikan bagian dari program rutin di pelayanan kesehatan primer pada masa nifas guna mendukung keberhasilan pemberian ASI Eksklusif.

Kata Kunci: Edukasi digital Teknik Menyusui, Keefektifan Menyusui, Ibu Nifas

ABSTRACT

Background: *The development of digital technology has encouraged innovation in the delivery of health education that is more flexible and interactive. In midwifery practice, digital education on breastfeeding techniques can be an effective strategy to improve mothers' ability to perform correct breastfeeding techniques. This study aims to analyse the effect of digital breastfeeding technique education intervention on breastfeeding effectiveness among postpartum mothers in primary health care services.*

Methods: *The research design used was a one-group pre-test and post-test pre-experimental design involving 60 postpartum mothers selected through purposive sampling. The research instrument used the LATCH observation sheet, which consists of five components: Latch, Audible swallowing, Type of nipple, Comfort, and Hold to assess the effectiveness of breastfeeding techniques. The intervention was carried out by providing digital educational media in the form of interactive videos and digital flipbooks on breastfeeding techniques developed based on the Health Promotion Model (HPM). Data analysis used the Paired Sample T-Test with a significance level of $\alpha = 0.05$.*

Results: *The results of the study showed a significant increase in all components of the LATCH score after the digital education intervention. The highest increase occurred in latching on and breastfeeding position, followed by comfort and audible swallowing. The average total LATCH score increased from 1.59 ± 0.73 to 2.54 ± 0.50 ($p = 0.000 < 0.05$) in 56 respondents. These results indicate that digital education on breastfeeding techniques is effective in improving breastfeeding skills and effectiveness in postpartum mothers in primary health care.*

Conclusion: *Digital education on breastfeeding techniques has been proven to have a significant effect on breastfeeding effectiveness in postpartum mothers. An increase in breastfeeding effectiveness was observed after mothers received appropriate digital education on latching and breastfeeding positions. Therefore, the provision of digital education on breastfeeding techniques should be incorporated into routine programmes in primary health care during the postpartum period to support the success of exclusive breastfeeding.*

Keywords: Digital Education on Breastfeeding Techniques, Breastfeeding Effectiveness, Postpartum Mothers

PENDAHULUAN

Menyusui eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan salah satu intervensi paling efektif untuk menjamin kesehatan dan kelangsungan hidup anak. ASI tidak hanya menyediakan nutrisi optimal tetapi juga mengandung antibodi yang melindungi bayi dari infeksi dan penyakit kronis, serta membantu pemulihan ibu setelah melahirkan (WHO & UNICEF, 2021; (Roghair, 2024)

Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif masih belum mencapai target nasional sebesar 80%. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI), cakupan ASI eksklusif menurun dari 69,7% pada tahun 2021 menjadi 67,9% pada tahun 2022 (BPS, BKKBN, & Kemenkes RI, 2022). Di Provinsi Jawa Timur, cakupan ASI eksklusif pada tahun 2019 sebesar 76,98%, sementara di Kabupaten Lamongan pada tahun 2023 tercatat 87,9%, namun masih mengalami fluktuasi dari tahun ke tahun (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023).

Salah satu hambatan utama dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah ketidaktepatan teknik menyusui, yang dapat menyebabkan nyeri, retak puting, dan penurunan refleks let-down. Ketidakefektifan menyusui juga berkaitan erat dengan kurangnya edukasi yang diberikan secara sistematis oleh tenaga kesehatan. Dalam konteks pelayanan kesehatan primer, keterbatasan waktu dan sumber daya bidan menjadi kendala dalam memberikan edukasi menyusui yang komprehensif (Wu et al., 2023)

Dengan kemajuan teknologi, edukasi digital menjadi pendekatan alternatif yang menjanjikan dalam promosi kesehatan. Media seperti video interaktif, aplikasi seluler, dan flipbook digital memungkinkan penyampaian informasi secara visual dan (Metin & Baltaci, 2024); (Seyyedi et al., 2021) Pendekatan ini tidak hanya memperluas akses informasi tetapi juga meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri ibu dalam menyusui ((Souza et al., 2020); (Fallah-Karimi et al., 2025)

Di Indonesia, penerapan edukasi digital mulai banyak digunakan untuk mendukung keberhasilan menyusui. Penelitian oleh (Retno Yuliani et al., 2022) menunjukkan bahwa media video melalui aplikasi WhatsApp efektif meningkatkan efikasi diri ibu menyusui. Sementara itu, (Wahyuni et al., 2023) membuktikan bahwa aplikasi Android berbasis edukasi ASI dapat meningkatkan praktik menyusui eksklusif secara signifikan.

Selain itu, (Mauliyah & Kartikasari, 2024) melalui tinjauan sistematis menemukan bahwa strategi promosi kesehatan berbasis digital berperan penting dalam peningkatan perilaku menyusui di Indonesia, terutama melalui media audiovisual dan pendekatan daring. Sejalan dengan hal tersebut, (Kusumaningrum et al., 2024) menegaskan bahwa budaya dan dukungan sosial masih menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif, sehingga intervensi edukasi digital perlu dikombinasikan dengan dukungan sosial keluarga dan tenaga kesehatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan intervensi edukasi digital teknik menyusui yang dirancang secara sistematis, berbasis teori promosi kesehatan, dan disesuaikan dengan karakteristik ibu nifas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh intervensi edukasi digital teknik menyusui terhadap efektivitas menyusui pada ibu nifas di pelayanan kesehatan primer.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan one-group pre-test dan post-test untuk menganalisis perubahan keefektifan menyusui pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi digital teknik menyusui. Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas yang mendapatkan pelayanan di fasilitas kesehatan primer. Sampel penelitian berjumlah 56 ibu nifas yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria inklusi meliputi ibu nifas berusia 18–40 tahun yang melahirkan bayi cukup bulan dan dalam kondisi sehat serta bersedia mengikuti proses edukasi dan observasi. Adapun ibu yang mengalami komplikasi pascapersalinan yang memengaruhi kemampuan menyusui serta bayi dengan kondisi medis yang menghambat proses menyusui dikeluarkan dari penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar observasi LATCH, yang terdiri dari lima komponen, yaitu *Latch* (perlekatan), *Audible swallowing* (suara menelan), *Type of nipple* (jenis puting), *Comfort* (kenyamanan ibu), dan *Hold* (posisi menyusui). Setiap komponen dinilai dengan skala tertentu, dan total skor LATCH digunakan untuk menggambarkan tingkat keefektifan menyusui.

Intervensi yang diberikan berupa edukasi digital teknik menyusui, yang disampaikan menggunakan video interaktif dan flipbook digital berisi panduan posisi dan perlekatan menyusui yang benar. Media edukasi ini dikembangkan berdasarkan Health Promotion Model (HPM), dengan mempertimbangkan pengalaman ibu, persepsi manfaat, serta dukungan sosial yang memengaruhi perilaku menyusui. Edukasi digital dilakukan secara langsung di fasilitas pelayanan kesehatan primer dengan durasi sekitar 30–45 menit.

Tahapan penelitian diawali dengan pengukuran awal (pre-test) menggunakan lembar observasi LATCH untuk menilai keefektifan menyusui sebelum diberikan intervensi. Selanjutnya, peserta memperoleh edukasi digital mengenai teknik menyusui melalui media yang telah disiapkan. Setelah intervensi selesai, dilakukan pengukuran ulang (post-test) menggunakan instrumen yang sama untuk menilai perubahan skor LATCH.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji Paired Sample T-Test untuk mengetahui perbedaan skor rata-rata LATCH sebelum dan sesudah intervensi. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$. Analisis ini digunakan untuk mengidentifikasi pengaruh edukasi digital teknik menyusui terhadap peningkatan keterampilan dan keefektifan menyusui pada ibu nifas di pelayanan kesehatan primer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1 Karakteristik Ibu Nifas

| Variabel | Kategori | n | % |
|------------|-----------------------|----|-------|
| Pendidikan | Dasar (SD/SMP) | 3 | 5.36 |
| | Menengah (SMA/SMK/MA) | 44 | 78.57 |
| | Tinggi (PT) | 9 | 16.07 |
| Usia | < 20 tahun | 3 | 5.36 |

| Variabel | Kategori | n | % |
|----------|-------------|----|-------|
| | 20–35 tahun | 51 | 91.07 |
| | > 36 tahun | 2 | 3.57 |

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan menengah (SMA/SMK/MA) sebanyak 44 orang (78,57%), sedangkan yang berpendidikan dasar (SD/SMP) hanya 3 orang (5,36%) dan pendidikan tinggi (PT) sebanyak 9 orang (16,07%).

Dari segi usia, sebagian besar ibu nifas berada pada rentang usia 20–35 tahun (51 orang, 91,07%), sedangkan usia di bawah 20 tahun hanya 3 orang (5,36%) dan di atas 36 tahun sebanyak 2 orang (3,57%). Hal ini menunjukkan bahwa sampel penelitian sebagian besar berada pada usia produktif dan memiliki pendidikan menengah ke atas.

Tabel 2 Perubahan Scor LATCH sebelum dan sesudah diberikan Edukasi Digital Teknik Menyusui pada Ibu Nifas

| Indikator | Pre-test (%) | Post-test | Peningkatan (%) |
|------------------------|--------------|-----------|-----------------|
| L (Latch-on) | 8.9 | 89.3 | +80.4 |
| A (Audible swallowing) | 16.1 | 66.1 | +50.0 |
| T (Type of nipple) | 12.5 | 12.5 | 0 |
| C (Comfort) | 19.6 | 21.4 | +1.8 |
| H (Hold) | 21.4 | 85.7 | +64.3 |

Hasil Tabel 2 menunjukkan perubahan skor LATCH sebelum dan sesudah intervensi edukasi digital teknik menyusui L (*Latch-on*) meningkat dari 8,9% menjadi 89,3%, menunjukkan peningkatan sebesar +80,4%, A (*Audible swallowing*) meningkat dari 16,1% menjadi 66,1%, peningkatan +50,0%, T (*Type of nipple*) tidak mengalami perubahan, tetap 12,5%, kemungkinan karena indikator ini bersifat fisik dan tidak mudah berubah melalui edukasi teknik menyusui, C (*Comfort*) meningkat sedikit dari 19,6% menjadi 21,4%, peningkatan +1,8%, menunjukkan ibu merasa lebih nyaman sedikit setelah intervensi, H (*Hold*) meningkat signifikan dari 21,4% menjadi 85,7%, peningkatan +64,3%, menunjukkan kemampuan memegang bayi saat menyusui membaik setelah edukasi. Secara keseluruhan, terlihat bahwa intervensi edukasi digital teknik menyusui memberikan efek positif yang signifikan terhadap sebagian besar indikator efektivitas menyusui, terutama pada *Latch-on*, *Audible swallowing*, dan *Hold*.

Tabel 3 Uji Statistik

| Variabel | N | Mean ± SD | p-value |
|-----------|----|--------------|---------|
| Pre-test | 56 | 1.59 ± 0.733 | |
| Post-test | 56 | 2.54 ± 0.503 | 0.000* |

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa skor rata-rata LATCH meningkat secara signifikan dari 1,59 ± 0,733 pada pre-test menjadi 2,54 ± 0,503 pada post-test dengan p-value

0,000, menandakan perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi sangat signifikan secara statistik

Pembahasan

Mayoritas responden adalah ibu nifas berusia 20–35 tahun dengan pendidikan menengah. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia produktif dengan kemampuan literasi digital yang cukup baik, sehingga berpotensi menerima informasi kesehatan melalui media teknologi (Thepha et al., 2024). Setelah diberikan intervensi edukasi digital teknik menyusui, terjadi peningkatan signifikan pada seluruh komponen skor LATCH yang mencakup aspek perlekatan, suara menelan, jenis puting, kenyamanan ibu, dan posisi menyusui. Rata-rata skor LATCH meningkat dari $1,59 \pm 0,733$ menjadi $2,54 \pm 0,503$ dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Peningkatan tertinggi terlihat pada aspek *Latch-on* (perlekatan) dan *Hold* (posisi menyusui), sedangkan *Comfort* menunjukkan kenaikan kecil dan *Type of nipple* tidak berubah karena merupakan faktor anatomi bawaan. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Metin & Baltacı, 2024) serta (Kellams et al., 2018) yang menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis video terbukti meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* dan keterampilan praktik menyusui pada ibu primipara. Peningkatan aspek *Audible swallowing* (suara menelan bayi) menunjukkan keberhasilan proses menyusui, selaras dengan penelitian (Seyyedi et al., 2021) dan (Souza et al., 2020) yang menyatakan bahwa edukasi digital berbasis aplikasi membantu ibu memahami tanda-tanda keberhasilan menyusui dan menyesuaikan posisi bayi.

Komponen *Hold* yang meningkat signifikan menggambarkan keberhasilan media digital dalam mengajarkan posisi menyusui yang benar (Punduk Yilmaz et al., 2024). Materi visual dalam video dan flipbook membantu ibu memahami cara memegang bayi dengan ergonomis, sehingga mencegah nyeri punggung dan meningkatkan kenyamanan. Sementara itu, peningkatan *Comfort* yang kecil kemungkinan dipengaruhi faktor fisiologis seperti nyeri payudara atau kelelahan (Roghair, 2024) menegaskan bahwa kenyamanan menyusui meningkat jika ibu mendapat dukungan emosional dan konseling laktasi berkelanjutan. Komponen *Type of nipple* tidak berubah secara signifikan karena bersifat anatomi. Namun, edukasi digital tetap dapat membantu ibu dengan puting datar menemukan solusi seperti pijatan payudara atau penggunaan pelindung puting (Coentro et al., 2021). Media digital memberikan pengalaman belajar visual yang konkret, memudahkan ibu untuk mengamati, memahami, dan meniru teknik menyusui yang tepat tanpa harus selalu didampingi tenaga kesehatan. Temuan ini juga memperkuat teori pembelajaran sosial oleh Bandura (1986), bahwa individu belajar melalui observasi, imitasi, dan penguatan perilaku. Melalui video edukatif, ibu mendapatkan model perilaku konkret yang meningkatkan kepercayaan diri dalam menyusui. Selain itu, teori Health Promotion Model (Bijani et al., 2022) menegaskan bahwa persepsi kemampuan diri (*self-efficacy*) merupakan determinan penting dalam pembentukan perilaku kesehatan.

Keberhasilan edukasi digital tidak hanya ditentukan oleh teknologi, tetapi juga konteks sosial-budaya. Kusumaningrum, Mauliyah, & Arista Sari (2024) menekankan bahwa norma budaya dan dukungan keluarga sangat memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif. Oleh karena itu, media digital sebaiknya dikombinasikan dengan dukungan interpersonal dari tenaga kesehatan (Ferraz Dos Santos et al., 2020).

Pendekatan ini sejalan dengan teori pembelajaran orang dewasa (*adult learning theory*), di mana ibu belajar mandiri sesuai waktu dan kebutuhan (Knowles, 1980). Secara global, meta-analisis oleh (Thepha et al., 2024) dan (Wu et al., 2023) juga menunjukkan bahwa intervensi berbasis teknologi meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif hingga 20–30% dibanding metode konvensional.

PENUTUP

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi digital teknik menyusui berpengaruh signifikan terhadap peningkatan efektivitas menyusui pada ibu nifas di pelayanan kesehatan primer. Peningkatan skor LATCH setelah intervensi membuktikan bahwa media digital seperti video interaktif dan *flipbook* edukatif mampu memperkuat pemahaman dan keterampilan ibu dalam melakukan teknik menyusui yang benar.

Temuan ini menegaskan bahwa inovasi digital bukan hanya sebagai alat bantu pembelajaran, tetapi juga sebagai sarana pemberdayaan ibu untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemandirian dalam proses menyusui. Edukasi digital yang terintegrasi dengan pendekatan interpersonal tenaga kesehatan berpotensi memperkuat keberhasilan pemberian ASI eksklusif secara berkelanjutan.

Peneliti merekomendasikan agar intervensi edukasi digital teknik menyusui dijadikan bagian dari program rutin di fasilitas pelayanan kesehatan primer, serta dikembangkan lebih lanjut dengan mempertimbangkan faktor budaya, dukungan keluarga, dan kebutuhan individual ibu nifas. Dengan demikian, transformasi digital dalam promosi kesehatan dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan dan penyusunan penelitian ini, khususnya kepada Pembimbing Universitas Negeri Semarang atas bimbingan, dukungan, serta fasilitas yang diberikan. Dukungan tersebut sangat berarti dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bijani, M., Niknam, M., Karimi, S., Naderi, Z., & Dehghan, A. (2022). The effect of peer education based on Pender's health promotion model on quality of life, stress management and self-efficacy of patients with multiple sclerosis: a randomized controlled clinical trial. *BMC Neurology*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12883-022-02671-9>
- Coentro, V. S., Perrella, S. L., Lai, C. T., Rea, A., Murray, K., & Geddes, D. T. (2021). Impact of nipple shield use on milk transfer and maternal nipple pain. *Breastfeeding Medicine*, 16(3), 222–229. <https://doi.org/10.1089/bfm.2020.0110>
- Fallah-Karimi, S., Ghaljaie, F., & Khalilzadeh-Farsangi, Z. (2025). Comparison of the effects of role-playing, small group discussion, and traditional teaching methods on nursing students' self-efficacy. *BMC Medical Education*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07996-w>
- Ferraz Dos Santos, L., Borges, R. F., & De Azambuja, D. A. (2020). Telehealth and Breastfeeding: An Integrative Review. In *Telemedicine and e-Health* (Vol. 26, Issue 7, pp. 837–846). Mary Ann Liebert Inc. <https://doi.org/10.1089/tmj.2019.0073>
- Kellams, A. L., Gurka, K. K., Hornsby, P. P., Drake, E., & Conaway, M. R. (2018). A

- randomized trial of prenatal video education to improve breastfeeding among low-income women. *Breastfeeding Medicine*, 13(10), 666–673. <https://doi.org/10.1089/bfm.2018.0115>
- Kusumaningrum, A. T., Mauliyah, I., Indah, P., & Sari, A. (2024). PERSPEKTIF BUDAYA DALAM PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF. In *JOHC* (Issue 5).
- Mauliyah, I., & Kartikasari, I. (2024). Health Promotion Strategies in Exclusive Breastfeeding. *Health Notions*, 8(8). <https://doi.org/10.33846/hn80801>
- Metin, A., & Baltacı, N. (2024). The effects of video-assisted breastfeeding education given to primiparous pregnant women on breastfeeding self-efficacy: randomized control study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06317-1>
- Punduk Yilmaz, M., Oren, B., Yilmaz, I., & Cetin, A. (2024). Comparison of the effect of face-to-face and video-based breastfeeding education methods on breastfeeding success. *Discover Public Health*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12982-024-00286-8>
- Retno Yuliani, D., Purwandani Winarso, S., Amalia, R., & Faris Naufal, A. (2022). *MEDIA EDUKASI VIDEO UNTUK MENINGKATKAN BREASTFEEDING SELF-EFFICACY (EFIKASI DIRI MENYUSUI)*. 4(2). <https://doi.org/10.31983/jsk.v4i1.9182>
- Roghair, R. (2024). Breastfeeding: Benefits to Infant and Mother. In *Nutrients* (Vol. 16, Issue 19). <https://doi.org/10.3390/nu16193251>
- Seyyedi, N., Rahmatnezhad, L., Mesgarzadeh, M., Khalkhali, H., Seyyedi, N., & Rahimi, B. (2021). Effectiveness of a smartphone-based educational intervention to improve breastfeeding. *International Breastfeeding Journal*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s13006-021-00417-w>
- Souza, E. F. D. C., Pina-Oliveira, A. A., & Shimo, A. K. K. (2020). Effect of a breastfeeding educational intervention: A randomized controlled trial. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 28, 1–8. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3081.3335>
- Thepha, T., Carr, G., Marais, D., Kuasri, J., Klangphaow, K., & Tangpukdee, J. (2024). The effectiveness of digital health versus standard care on exclusive breastfeeding duration among postpartum mothers in LMIC: Systematic review and meta-analysis. In *Digital Health* (Vol. 10). SAGE Publications Inc. <https://doi.org/10.1177/20552076241309520>
- Wahyuni, S., Djamiloes, F., Mulyati, S., & Budhi, N. G. M. A. A. (2023). Exclusive Breast Milk Education with Android-Based Application Program Towards Breastfeeding Patterns. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 10(2), 282–296. <https://doi.org/10.32668/jitek.v10i2.1081>
- Wu, J. L., Pang, S. Q., Jiang, X. M., Lin, Y., & Zheng, Q. X. (2023). The mothers' breastfeeding behaviour within six weeks postpartum: new scale development and psychometric validation study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-023-05439-2>
- WHO & UNICEF. (2021). *Global breastfeeding scorecard: Tracking progress for breastfeeding policies and programs*. World Health Organization.