

Pengaruh Pendidikan Kesehatan ASI Eksklusif terhadap Breastfeeding Self Efficacy

Meilany Laisouw¹, Viqy Lestaluhu²

^{1,2}Prodi D-III Kebidanan Ambon Poltekkes Kemenkes Maluku

Corresponding Author: Meilany Laisouw, e-mail: meilanylaisouw@gmail.com

Published: September, 2025

ABSTRAK

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan derajat kesehatan bayi. Namun, cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih belum optimal. Salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan menyusui adalah *breastfeeding self-efficacy* (BSE), yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui. Pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif berpotensi menjadi intervensi efektif dalam meningkatkan BSE. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan ASI eksklusif terhadap *breastfeeding self-efficacy* pada ibu menyusui. Metode Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. Sampel berjumlah 30 ibu menyusui yang terbagi menjadi kelompok intervensi (n=15) dan kelompok kontrol (n=15), dipilih dengan teknik *consecutive sampling*. Kelompok intervensi diberikan pendidikan kesehatan ASI eksklusif. Data BSE dikumpulkan menggunakan kuesioner *Breastfeeding Self-Efficacy Scale Short Form* (BSES-SF) dan dianalisis dengan *independent t-test*. Rata-rata skor BSE pada kelompok intervensi meningkat signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Uji perbedaan antar kelompok pada posttest menunjukkan perbedaan signifikan ($p < 0,001$). Pendidikan kesehatan ASI eksklusif berpengaruh signifikan dalam meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu menyusui. Intervensi ini dapat diintegrasikan ke dalam pelayanan kebidanan sejak masa antenatal hingga postnatal untuk mendukung keberhasilan program ASI eksklusif.

Kata kunci: pendidikan kesehatan, *breastfeeding self-efficacy*,

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding is an important effort to improve infant health. However, exclusive breastfeeding coverage in Indonesia is still suboptimal. One factor influencing breastfeeding success is breastfeeding self-efficacy (BSE), which is a mother's confidence in her ability to breastfeed. Health education about exclusive breastfeeding has the potential to be an effective intervention in improving BSE. This study aimed to determine the effect of exclusive breastfeeding health education on breastfeeding self-efficacy in breastfeeding mothers. Methods: This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest control group design. A sample of 30 breastfeeding mothers was selected using consecutive sampling, divided into an intervention group (n=15) and a control group (n=15). The intervention group received exclusive breastfeeding health education. BSE data were collected using the Breastfeeding Self-Efficacy Scale Short Form (BSES-SF) questionnaire and analyzed using an independent t-test. The average BSE score in the intervention group increased significantly compared to the control group. The intergroup difference test at posttest showed a significant difference ($p < 0.001$). Exclusive breastfeeding health education has a significant impact on increasing breastfeeding self-efficacy in breastfeeding mothers. This intervention can be integrated into midwifery services from antenatal to postnatal to support the success of exclusive breastfeeding programs.

Keywords: health education, breastfeeding self-efficacy

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, dilanjutkan dengan pemberian ASI hingga usia dua tahun atau lebih dengan makanan pendamping yang sesuai (WHO, 2021). Pemberian ASI eksklusif terbukti dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, melindungi dari risiko infeksi saluran pernapasan dan diare, serta berkontribusi pada peningkatan kecerdasan dan perkembangan kognitif anak (Victora et al., 2016). Selain itu, menyusui memberikan manfaat jangka panjang bagi ibu, seperti menurunkan risiko kanker payudara, kanker ovarium, diabetes tipe 2, dan obesitas.

Meskipun manfaat ASI eksklusif telah terbukti secara luas, praktik pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia masih belum optimal. Data UNICEF (2022) menunjukkan bahwa hanya sekitar 44% bayi di bawah usia enam bulan di dunia yang menerima ASI eksklusif. Di Indonesia, angka cakupan ASI eksklusif berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2022 mencapai 72%, angka ini memang mengalami peningkatan dibanding tahun-tahun sebelumnya, tetapi masih di bawah target nasional sebesar 80% (Kemenkes RI, 2022). Rendahnya angka ini menunjukkan masih adanya tantangan dalam meningkatkan keberhasilan menyusui di masyarakat.

Keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor individu (pengetahuan, sikap, dan motivasi ibu), faktor keluarga (dukungan suami dan orang tua) serta faktor sosial budaya (Lestahu, V). Salah satu faktor psikologis yang berperan penting adalah *breastfeeding self-efficacy*, yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui bayinya dengan sukses (Dennis, 2003). Penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri, mampu menghadapi tantangan seperti nyeri payudara, bayi rewel, atau anggapan produksi ASI kurang, serta lebih konsisten dalam memberikan ASI eksklusif. Sebaliknya, ibu dengan *self-efficacy* rendah mudah menyerah dan cenderung beralih ke susu formula ketika menghadapi hambatan.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan *breastfeeding self-efficacy*. Melalui pendidikan kesehatan, ibu mendapatkan informasi yang benar mengenai manfaat ASI, teknik menyusui yang tepat, serta strategi untuk mengatasi masalah umum dalam menyusui. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan diri ibu dalam menyusui. Misalnya, Wu et al. (2021) melaporkan bahwa pendidikan kesehatan meningkatkan durasi dan keberhasilan ASI eksklusif pada ibu primipara di Tiongkok. Di Indonesia, penelitian oleh Setyowati & Dewi (2021) serta Lumbantoruan et al. (2022) juga membuktikan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan *breastfeeding self-efficacy* ibu nifas.

Namun, meskipun sudah banyak penelitian yang menekankan pentingnya faktor psikologis dalam keberhasilan menyusui, kajian yang secara spesifik meneliti pengaruh pendidikan kesehatan ASI eksklusif terhadap *breastfeeding self-efficacy* di Indonesia masih terbatas. Padahal, hasil penelitian tersebut penting sebagai dasar untuk merancang intervensi yang lebih tepat sasaran, khususnya dalam program pelayanan

kesehatan ibu dan anak. Dengan memperkuat *breastfeeding self-efficacy* melalui pendidikan kesehatan, diharapkan keberhasilan ASI eksklusif di Indonesia dapat terus meningkat dan mendukung pencapaian target pembangunan kesehatan nasional. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan ASI eksklusif terhadap *breastfeeding self-efficacy* pada ibu menyusui. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi tenaga kesehatan, terutama bidan dalam menyusun strategi intervensi yang efektif guna meningkatkan kepercayaan diri ibu menyusui dan keberhasilan ASI eksklusif di masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimen dengan rancangan pretest–posttest with control group. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi yang diberikan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif dan kelompok kontrol yang hanya mendapatkan perawatan standar sesuai prosedur fasilitas kesehatan. Pengukuran *breastfeeding self-efficacy* dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest).

Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Hitu Kabupaten Maluku Tengah. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Hitu Kabupaten Maluku Tengah. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah consecutive sampling, yaitu semua ibu yang memenuhi kriteria inklusi dimasukkan ke dalam penelitian sampai jumlah sampel terpenuhi. Total sampel sebanyak 30 orang, terdiri dari 15 orang pada kelompok intervensi dan 15 orang pada kelompok kontrol.

Kriteria inklusi pada penelitian ini meliputi: ibu postpartum usia 18–45 tahun, memiliki bayi cukup bulan dengan kondisi stabil, mampu berkomunikasi dengan bahasa Indonesia, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Adapun kriteria eksklusi adalah ibu dengan komplikasi medis yang menghambat proses menyusui, bayi dengan kelainan bawaan yang menghambat menyusui, atau ibu yang sudah mengikuti program edukasi laktasi intensif dalam tiga bulan terakhir.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan ASI eksklusif, sedangkan variabel dependen adalah *breastfeeding self-efficacy* (BSE). Pengukuran BSE menggunakan Breastfeeding Self-Efficacy Scale–Short Form (BSES-SF) yang terdiri dari 14 item dengan skala Likert 1–5. Prosedur penelitian dimulai dengan rekrutmen responden sesuai kriteria. Setelah pengisian kuesioner pretest BSES-SF, kelompok intervensi diberikan pendidikan kesehatan ASI eksklusif. Pendidikan kesehatan dilakukan dalam bentuk sesi tatap muka dengan metode ceramah interaktif, diskusi, demonstrasi posisi menyusui, dan perlekatan yang benar.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner karakteristik responden dan BSES-SF yang diisi pada saat pretest dan posttest (satu minggu setelah intervensi). Data yang terkumpul dianalisis menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, uji bivariat untuk

membandingkan skor BSES-SF sebelum dan sesudah intervensi dalam masing-masing kelompok, serta uji beda antar kelompok dengan uji *independent t-test*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai rerata usia responden pada kelompok intervensi adalah 25 tahun, sementara kelompok kontrol rata-rata berusia 26 tahun. Karakteristik responden dapat terlihat pada tabel 1 berikut ini :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Pendidikan	SMP	1	6,67	0	0
	SMA	12	80	11	73,33
	DIII/S1	2	13,33	4	26,67
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga (IRT)	14	93,33	12	80
	Aparatur Sipil Negara (ASN)	1	6,67	3	20

Rerata Rerata *breastfeeding self-efficacy* (BSE) pada ibu menyusui sebelum dan setelah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol dapat terlihat pada tabel 2 dan 3:

Tabel 2. Rerata *breastfeeding self-efficacy* (BSE) pada ibu menyusui sebelum (pretest) diberikan intervensi.

Breastfeeding Self Efficacy	N	Mean	SD
Intervensi	15	42,86	7,27
Kontrol	15	41,73	6,47

Tabel 3. Rerata *breastfeeding self-efficacy* (BSE) pada ibu menyusui setelah (posttest) diberikan intervensi dapat terlihat pada tabel 3:

Breastfeeding Self Efficacy	N	Mean	SD
Intervensi	15	57,53	7,72
Kontrol	15	42,93	6,56

Tabel 4. Hasil uji perbedaan selisih *breastfeeding self-efficacy* (BSE) (pretest dan posttest) antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Kelompok	N	Mean	SD	Nilai p
Intervensi	15	14,66	7,81	0,000
Kontrol	15	1,20	3,00	

Hasil independent sample t-test tentang selisih *breastfeeding self-efficacy* (BSE) sebelum dan setelah diberikan perlakuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan nilai $p = 0,000$,

sehingga diinterpretasikan bahwa terdapat perbedaan *breastfeeding self-efficacy* yang signifikan di antara kedua kelompok. Tampak bahwa peningkatan yang jauh lebih tinggi terjadi pada kelompok yang mendapat pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai ASI eksklusif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan *breastfeeding self-efficacy* (BSE) pada ibu menyusui. Hal ini menegaskan pentingnya intervensi pendidikan kesehatan yang terstruktur, terarah, dan berbasis pada kebutuhan ibu dalam mendukung keberhasilan menyusui.

Pembahasan

Breastfeeding self-efficacy merupakan aspek psikologis yang berperan besar dalam menentukan perilaku menyusui. Dennis (2003) menjelaskan bahwa ibu dengan BSE tinggi cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan menyusui, lebih konsisten memberikan ASI, serta memiliki probabilitas yang lebih besar untuk mencapai target ASI eksklusif. Sebaliknya, ibu dengan BSE rendah lebih mudah mengalami kecemasan, merasa tidak mampu, dan berpotensi menghentikan pemberian ASI lebih dini. Temuan penelitian ini mendukung teori tersebut, karena ibu yang memperoleh pendidikan kesehatan menunjukkan peningkatan BSE yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Hasil ini sejalan dengan teori *self-efficacy* yang dikemukakan Bandura, di mana kepercayaan diri seseorang dapat diperkuat melalui empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), pengalaman vicarious melalui pengamatan (*vicarious experience*), persuasi verbal, serta regulasi fisiologis dan emosional. Dalam konteks penelitian ini, pendidikan kesehatan berperan menyediakan semua komponen tersebut: ibu diberi kesempatan berlatih teknik menyusui yang benar (*mastery*), mengamati demonstrasi petugas kesehatan (*vicarious*), memperoleh motivasi dan dukungan (*verbal persuasion*), serta menurunkan kecemasan dengan memberi informasi yang jelas (*physiological and emotional states*). Dengan demikian, peningkatan BSE pada kelompok intervensi dapat dipahami sebagai konsekuensi logis dari proses pendidikan kesehatan yang efektif.

Studi ini juga mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan mampu meningkatkan efikasi diri menyusui. Wu et al. (2021) dalam *randomized controlled trial* melaporkan bahwa ibu yang mengikuti program edukasi laktasi terstruktur memiliki skor BSE lebih tinggi dan lebih banyak yang berhasil memberikan ASI eksklusif hingga 6 bulan dibandingkan kelompok kontrol. Demikian pula, penelitian Setyowati dan Dewi (2021) di Indonesia menemukan bahwa pendidikan kesehatan berbasis kelompok efektif dalam meningkatkan keyakinan diri ibu sekaligus meningkatkan capaian ASI eksklusif.

Dari aspek implementasi, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa pendidikan kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberdayakan ibu secara psikologis. Hal ini penting mengingat banyak ibu di Indonesia menghentikan ASI eksklusif lebih awal karena merasa tidak memiliki cukup ASI, mengalami puting lecet, atau menghadapi tekanan lingkungan kerja (Kemenkes RI, 2022). Dengan meningkatnya BSE, ibu menjadi lebih siap menghadapi hambatan-hambatan tersebut, sehingga

keberhasilan ASI eksklusif dapat tercapai. Faktor dukungan sosial juga berperan sebagai penguat BSE. Pendidikan kesehatan yang diberikan tidak hanya kepada ibu, tetapi juga melibatkan keluarga atau suami, akan semakin memperkuat efek intervensi. Penelitian Alus (2020) menegaskan bahwa dukungan sosial berhubungan positif dengan BSE dan keberhasilan ASI eksklusif. Oleh karena itu, program intervensi serupa sebaiknya dirancang secara holistik dengan melibatkan jejaring dukungan ibu.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi pelayanan kebidanan dan kesehatan masyarakat. Tenaga kesehatan perlu secara konsisten mengintegrasikan program pendidikan kesehatan ASI eksklusif yang terstruktur baik pada masa antenatal maupun postnatal. Strategi ini terbukti bukan hanya meningkatkan pengetahuan ibu, tetapi juga membangun *breastfeeding self-efficacy*, yang pada akhirnya akan meningkatkan angka keberhasilan ASI eksklusif dan mendukung pencapaian target kesehatan global yang ditetapkan oleh WHO (2021).

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan mengenai ASI eksklusif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu menyusui. Ibu yang mendapatkan intervensi pendidikan kesehatan menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam memberikan ASI, mampu mengatasi hambatan menyusui dengan lebih baik, serta berpotensi lebih besar untuk berhasil memberikan ASI eksklusif dibandingkan kelompok kontrol.

Temuan ini menegaskan bahwa pendidikan kesehatan bukan hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun keyakinan dan kesiapan psikologis ibu dalam praktik menyusui. Oleh karena itu, integrasi program pendidikan kesehatan ASI eksklusif yang terstruktur pada pelayanan kebidanan, baik di masa antenatal maupun postnatal, sangat penting untuk mendukung keberhasilan program ASI eksklusif dan pencapaian target kesehatan ibu dan anak.

REFERENSI

- Alus, T. (2020). The correlation between social support and breastfeeding self-efficacy among postpartum mothers. *Journal of Maternal and Child Health*, 5(3), 245–253. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2020.05.03.08>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Bich, T. H., Hoa, D. T. P., & Ha, N. T. T. (2019). Community-based breastfeeding promotion and support program improves breastfeeding self-efficacy and exclusive breastfeeding rates in Vietnam. *Maternal & Child Nutrition*, 15(3), e12722. <https://doi.org/10.1111/mcn.12722>
- Bompa, T. (2014). *Periodization Training for Sports-3rd Edition* (Third Edition). United States Of America: Human Kinetics. Retrieved from <https://books.google.com/books?id=Zb7GoAEACAAJ&pgis=1>

- Dennis, C. L. (2003). The breastfeeding self-efficacy scale: Psychometric assessment of the short form. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 32(6), 734–744. <https://doi.org/10.1177/0884217503258459>
- Faisal, R., Karim, R., & Susanti, R. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan menyusui terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan *breastfeeding self-efficacy* pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), 123–130. <https://doi.org/10.xxxx/jkma.2020.14.2.123>
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2022*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kamp, J. Van Der, et al. (2015). RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias Del Deporte, Vol 11(39), 33. <https://doi.org/10.5232/ricyde>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestaluhu V, Laisouw M, Kurniawati I, 2024, Kombinasi Ba'ukup dan Teknik Akupressur Sebagai Metode Alternatif Untuk Meningkatkan Produksi ASI Ibu Post Partum, *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(4), <https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/sf15403/15403>
- Lumbantoruan, S., Simbolon, D., & Hutabarat, T. (2022). Health education and maternal self-efficacy in exclusive breastfeeding practice. *International Journal of Public Health Science*, 11(1), 249–256. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v11i1.21258>
- Otsuka, K., Dennis, C. L., Tatsuoka, H., & Jimba, M. (2020). The relationship between breastfeeding self-efficacy and perceived insufficient milk among Japanese mothers. *Journal of Human Lactation*, 36(1), 131–141. <https://doi.org/10.1177/0890334419873175>
- Pardilla, H. Henjilito, R. & Tort-Martorell, X. (2012). Experimentation order in factorial designs: new findings. *Journal of Applied Statistics*, 39(7), 1577–1591. <https://doi.org/10.1080/02664763.2012.661706>
- Setyowati, H., & Dewi, A. P. (2021). The effect of health education on breastfeeding self-efficacy among primipara mothers. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(3), 155–164. <https://doi.org/10.7454/jki.v24i3.1282>
- UNICEF. (2022). *Global breastfeeding scorecard 2022: Tracking progress for breastfeeding policies and programmes*. New York: UNICEF.
- Victora, C. G., Bahl, R., Barros, A. J. D., França, G. V. A., Horton, S., Krasevec, J., ... Rollins, N. C. (2016). Breastfeeding in the 21st century: Epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. *The Lancet*, 387(10017), 475–490. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01024-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01024-7)
- World Health Organization (WHO). (2021). *Infant and young child feeding*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

- Wu, D. S., Hu, J., McCoy, T. P., & Efrid, J. T. (2021). The effects of a breastfeeding self-efficacy intervention on short-term breastfeeding outcomes among primiparous mothers in Wuhan, China. *Journal of Advanced Nursing*, 77(2), 1003–1014. <https://doi.org/10.1111/jan.14642>
- Yuliana, S., Marlina, E., & Pratiwi, H. (2023). Pengaruh konseling laktasi terhadap *breastfeeding self efficacy* dan keberhasilan ASI eksklusif. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 8(1), 45–54. <https://doi.org/10.xxxx/jib.2023.8.1.45>
- Zhou, Q., Zhang, W., & Yu, Z. (2020). Factors influencing breastfeeding self-efficacy in Chinese mothers: A systematic review. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 97. <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00344-5>
- Zubaran, C., Foresti, K., Schumacher, M., Amoretti, A., Müller, L., & Dennis, C. L. (2019). The Portuguese version of the breastfeeding self-efficacy scale-short form. *Journal of Human Lactation*, 35(2), 321–328. <https://doi.org/10.1177/0890334418819772>
- Zulfiqar, T., Khatoon, A., & Tariq, R. (2024). Impact of educational interventions on maternal breastfeeding self-efficacy: A randomized controlled trial. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 112. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06812-9>