

PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PENINGKATAN VOLUME AIR SUSU IBU (ASI) PADA IBU BEKERJA

Uke Maharani Dewi

Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, uke@unusa.ac.id

Yunik Windarti

Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, yunikwinda@unusa.ac.id

Abstrak

Kegagalan pemberian air susu ibu secara eksklusif sering dialami oleh ibu bekerja. Penyebab yang banyak ditemukan adalah produksi air susu ibu turun karena jarang memerah air susu ibu di tempat kerja dan *stress* yang dialami setelah kembali bekerja. Penelitian dikerjakan dengan metode kuasi eksperimen dengan *pretest-posttest control group design*. Populasinya adalah ibu bekerja yang memerah ASI di beberapa instansi tempat kerja di wilayah kelurahan Wonokromo periode bulan Februari – Juni 2018. Kelompok sampel dibedakan menjadi dua yaitu kelompok kontrol dan kelompok kasus. Kelompok kontrol adalah volume air susu ibu yang diperah sebelum menggunakan media audiovisual dan kelompok kasus adalah volume air susu ibu yang diperah setelah menggunakan media audiovisual. Total sampel 30 responden. Variabel independen adalah media audiovisual dan variabel dependen adalah peningkatan volume air susu ibu. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi dan dianalisis secara bivariate dengan uji t 2 sampel berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media audiovisual berpengaruh terhadap peningkatan volume air susu ibu $p = 0,01$. Media audiovisual mempengaruhi peningkatan volume air susu ibu pada ibu bekerja.

Kata Kunci: media audiovisual, volume air susu ibu, ibu bekerja.

Abstract

Failure of exclusive breastfeeding is often experienced by working mothers. The most common cause is the production of breast milk decreases because it rarely breasts milk expression at work and the stress experienced after returning to work. This study aims to provide an overview of the effect of audiovisual media through cellphones on increasing the volume of breast milk in working mothers. This quasi-experimental method study with pretest-posttest control group design took place in several workplace agencies in the Wonokromo urban area in February - June 2018 period. The sample group is divided into two, namely the control group and the case group. The control group was the volume of breast milk before using audiovisual media and the case group was the volume of breast milk after using audiovisual media. A total sample of 30 respondents. The independent variable is the audiovisual media and the dependent variable is the increase in the volume of breast milk. Data collection was carried out by using observation sheets and analyzed bivariate by paired t-test. The results showed that the audiovisual media had an effect on increasing the volume of breast milk $p = 0.01$. Audiovisual media affect an increase in the volume of breast milk in working mothers.

Keywords: audiovisual media, volume of breast milk, working mother

PENDAHULUAN

Rata-rata lama pemberian air susu ibu adalah 20,5 bulan, sedangkan rata-rata

lamanya pemberian air susu ibu secara eksklusif adalah diatas tiga bulan. Rata-rata

lama menyusui 3,7 bulan (Kementerian Kesehatan, 2013).

Kembali bekerja setelah melahirkan merupakan adaptasi baru bagi seorang ibu. Ibu harus dapat meluangkan waktu diantara kesibukan kerjanya untuk memerah air susu ibu. Tidak jarang kesibukan kerja menjadi alasan bagi ibu untuk tidak dapat memerah air susu ibu di tempat kerja. Hasil studi menunjukkan bahwa 66,9% responden memberikan air susu ibu pada awal masa cuti mereka, yaitu rata-rata 56 hari. Meskipun ada ruang laktasi dan kesempatan untuk memerah air susu ibu, hanya 10,6% ibu yang memerah air susunya setelah kembali bekerja, terutama bagi pekerja kantor yang sadar akan kebijakan menyusui di tempat kerja (Chen et al., 2006). Ibu bekerja beresiko empat kali lebih tinggi untuk tidak menyusui bayi dibandingkan ibu yang tidak bekerja (Tan, 2011). Periode menyusui secara eksklusif pada ibu bekerja semakin pendek (Cardenas et al., 2005). Ibu yang bekerja juga memiliki tingkat stres yang lebih tinggi karena aktivitas fisik dan beban kerja. Kondisi stres ini menyebabkan penurunan produksi air susu ibu (Anggorowati et al., 2016). Pada beberapa penelitian disebutkan bahwa berhentinya memerah air susu ibu dialami oleh mayoritas ibu bekerja. Ibu bekerja di Amerika Serikat

yang kembali bekerja setelah cuti hamil merasa kesulitan dengan rutinitas memerah air susu ibu sehingga banyak yang berhenti menyusui (Bresnahan et al., 2017). Kembali bekerja adalah penghalang menyusui yang penting bagi wanita Afrika Amerika yang lebih awal kembali bekerja (Johnson et al., 2015). Pada kondisi ini diperlukan dukungan dan kebijakan dari pimpinan di tempat kerja untuk memberikan prioritas waktu untuk memerah air susu ibu pada jam kerja. Pemerintah harus mewajibkan pengusaha untuk menawarkan program dukungan menyusui dan fasilitas menyusui khusus di tempat kerja (Basrowi et al., 2015). Fasilitas menyusui yang tepat di tempat kerja dan program dukungan menyusui secara signifikan terkait dengan penerapan pemberian air susu ibu secara eksklusif (Weber et al., 2011). Selain itu berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelum penelitian berlangsung didapatkan beberapa pernyataan responden bahwa kelelahan mengoperasikan pompa manual saat memerah air susu ibu juga sering dijadikan penyebab untuk tidak rutin memerah air susu ibu. Sementara, untuk membeli pompa elektrik yang harganya *relative* mahal membuat ibu tetap harus bertahan menggunakan pompa manual.

Dikatakan dalam sebuah penelitian yang berfokus pada bayi yang sakit, volume air susu ibu yang lebih tinggi terjadi pada saat ibu diberi rekaman relaksasi audio, dengan pemanasan atau pemijatan payudara, dan dengan inisiasi awal pemerahan air susu ibu (Becker et al., 2015). *Letdown* refleks akan meningkat ketika ibu membayangkan menyusui bayi mereka, melihat bayi, mendengarkan suara bayi, dan mencium bayi (Soetjiningsih, 2005). Keterbatasan bagi ibu saat berada di tempat kerja adalah tidak dapat berinteraksi secara langsung dengan bayinya. Solusi yang sering digunakan oleh ibu yang bekerja saat rindu dengan bayinya adalah dengan melihat foto atau rekaman aktivitas bayinya yang ada didalam ponsel pribadinya. Dengan menggunakan ponsel, ibu bekerja dapat melakukan interaksi secara tidak langsung dengan bayinya. Banyak penelitian yang mengungkapkan berbagai penyebab ketidak berhasilan pemberian air susu ibu secara eksklusif pada ibu bekerja. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran pengaruh media audiovisual melalui ponsel terhadap peningkatan volume air susu ibu pada ibu bekerja sehingga dapat digunakan sebagai solusi untuk meningkatkan produksi air susu ibu dan keberhasilan pemberian air susu ibu secara eksklusif bagi ibu bekerja.

METODE

Penelitian dikerjakan dengan metode kuasi eksperimen dengan *pretest-posttest control group design*. Kelompok sampel dibedakan menjadi dua yaitu kelompok kontrol dan kelompok kasus. Kelompok kontrol adalah volume air susu ibu sebelum menggunakan media audiovisual dan kelompok kasus adalah volume air susu ibu setelah menggunakan media audiovisual. Kriteria responden yang ditetapkan adalah ibu bekerja yang pemerah air susu ibu di tempat kerja pada pukul 09.00 – 10.00 WIB (setelah makan pagi), data diambil sebanyak lima hari pemerahan air susu ibu, lama waktu pemerahan air susu ibu adalah selama 30 menit, usia bayi 1 – 6 bulan, bayi diberi air susu ibu saja tanpa makanan pendamping lainnya. Kriteria pekerjaan yang ditetapkan adalah ibu yang bekerja diluar rumah (terpisah dengan bayinya) selama maksimal sepuluh jam. Media audiovisual yang digunakan adalah video rekaman aktivitas bayi yang ada pada ponsel yang dimiliki oleh responden. Total sampel adalah 30 responden dengan pembagian 15 responden dengan pompa manual dan 15 responden dengan pompa elektrik. Data dianalisis secara *bivariate* dengan menggunakan uji t dua sampel berpasangan.

HASIL

Tabel 1. Volume air susu ibu sebelum dan sesudah penggunaan media audiovisual

Volume air susu ibu	Sebelum				Sesudah			
	Manual		Elektrik		Manual		Elektrik	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
< 100 cc	6	40	3	20	4	26	1	7
100 – 200 cc	9	60	7	47	7	47	8	53
>200 cc	0	0	5	33	4	27	6	40
Total	15	100	15	100	15	100	15	100

Hasil uji t 2 sampel berpasangan p = 0,01 p < 0,05

Volume air susu ibu sesudah penggunaan media audiovisual mengalami peningkatan pada jumlah volume > 200 cc untuk jenis pompa manual yaitu dari 0% menjadi 27%.

Tabel 2. Volume air susu ibu pada primipara dan multipara

Volume air susu ibu	Sebelum								Sesudah							
	Primipara				Multipara				Primipara				Multipara			
	Manual		Elektrik		Manual		Elektrik		Manual		Elektrik		Manual		Elektrik	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
< 100 cc	3	20	2	14	3	20	1	7	1	7	1	7	3	20	0	0
100 – 200 cc	4	27	3	20	5	33	4	27	5	33	4	27	2	14	4	27
>200 cc	0	0	5	33	0	0	0	0	1	7	5	33	3	20	1	7
Total	7	47	10	67	8	53	5	34	7	47	10	67	8	54	5	34

Volume air susu ibu sesudah penggunaan media audiovisual mengalami peningkatan pada multipara untuk jenis pompa manual yaitu dari 0% menjadi 20%.

Tabel 3. Volume air susu ibu pada bayi usia < 3 bulan dan > 3 bulan

Volume air susu ibu	Sebelum								Sesudah							
	Bayi < 3 bulan				Bayi > 3 bulan				Bayi < 3 bulan				Bayi > 3 bulan			
	Manual		Elektrik		Manual		Elektrik		Manual		Elektrik		Manual		Elektrik	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
< 100 cc	2	14	1	7	4	27	2	14	0	0	0	0	4	27	1	7
100 – 200 cc	0	0	4	27	9	60	3	20	1	14	4	33	6	33	4	20
>200 cc	0	0	1	7	0	0	4	27	1	14	2	14	3	14	4	27
Total	2	13	6	40	13	87	9	60	2	13	6	40	13	87	9	60

Volume air susu ibu meningkat pada bayi usia > 3 bulan untuk jenis pompa manual sesudah penggunaan media audiovisual, yaitu volume 100 – 200 cc dari 0% menjadi 33% dan volume > 200 cc dari 0% menjadi 14%.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini media audiovisual berpengaruh terhadap peningkatan volume air susu ibu pada ibu bekerja, sesuai dengan hasil uji statistik nilai $p < 0,05 = 0,01$. Dari data diperoleh bahwa volume air susu ibu sesudah menggunakan media audiovisual meningkat dibanding sebelum menggunakan media audiovisual terutama pada jenis pompa manual. Hal ini mungkin disebabkan dengan melihat video aktivitas bayinya ibu menjadi lebih senang dan teralih dari beban pikiran lain saat pemerah ASI di tempat kerja. Perasaan senang akan memicu peningkatan hormon laktasi. Hasil penelitian yang dilakukan pada ibu menyusui dengan bayi premature yang dirawat di rumah sakit. Responden dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok control. Kelompok intervensi diminta untuk mendengarkan rekaman setiap kali pemerah air susu. Hasilnya adalah ada hubungan antara volume air susu ibu dengan berapa kali ibu mendengarkan rekaman (Feher et al., 1989). Beberapa ibu menemukan bahwa melihat bayi mereka atau melihat aliran air susu ibu saat diperah membuat air susunya keluar semakin lancar. Beberapa ibu yang lain mengatakan bahwa bermain *Candy Crush* juga membantu relaksasi (Freeze, 2014). Pada penelitian ini perasaan ibu

cenderung senang dan stabil saat pemerah air susu ibu sambil menyaksikan video aktivitas bayinya. Interaksi antara ibu dan bayi menimbulkan efek tenang bagi ibu dan bayi sehingga dapat menurunkan kadar hormon kortisol dan meningkatkan pelepasan hormon oksitosin (Moberg et al., 2013). Pada beberapa penelitian yang membahas tentang perbedaan volume air susu ibu sesuai dengan jenis pompa yang digunakan membuktikan bahwa, di Afrika yang volume air susu ibu yang diperah dengan menggunakan tiga metode pemerahan air susu ibu yaitu dengan pompa elektrik, pompa manual dan manual dengan tangan masing – masing adalah 578 (135-1051), 463 (85-1315), dan 323 (93-812) (Slusher et al., 2018). Ibu yang menggunakan pompa manual secara signifikan ($p < 0,05$) produksi air susunya lebih sedikit selama tujuh hari postpartum dibandingkan dengan ibu yang menggunakan pompa elektrik. Rata-rata produksi air susu ibu yang menggunakan pompa manual pada minggu pertama postpartum adalah setengah dari ibu yang menggunakan pompa listrik selama 28 hari postpartum (Lussier et al., 2015). Kedua penelitian ini menunjukkan bahwa volume air susu ibu yang diperah dengan pompa manual lebih sedikit dibandingkan dengan pompa elektrik. Sesuai dengan hasil penelitian ini volume air susu ibu yang diperah dengan pompa

manual dapat ditingkatkan dengan menggunakan media audiovisual saat memerah air susu ibu.

Pada ibu multipara mengalami peningkatan volume air susu ibu terutama pada jenis pompa manual. Hal ini mungkin juga dipengaruhi oleh pengalaman menyusui sebelumnya. Sebuah penelitian sebelumnya menemukan bahwa paritas adalah salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pemberian air susu ibu secara eksklusif. Ini berarti bahwa ibu primipara kurang cenderung untuk melakukan menyusui secara eksklusif dibandingkan dengan pasangannya yang multipara, pengalaman menyusui sebelumnya memiliki peran penting dalam membentuk praktik pemberian air susu ibu saat ini (Februhartanty et al., 2012). Meskipun kadar serum prolaktin sedikit lebih rendah pada multipara dibandingkan dengan ibu primipara pada empat hari pertama setelah melahirkan, volume air susu ibu yang diperoleh bayi dari ibu multipara lebih tinggi. Hal ini karena wanita multipara memiliki lebih besar jumlah reseptor prolaktin pada kelenjar susu sebagai dampak dari pengalaman menyusui sebelumnya. Reseptor yang banyak dapat menyebabkan produksi susu yang memadai, bahkan walaupun kadar prolaktin rendah (Riordan, 2005).

Volume air susu ibu meningkat pada bayi usia > 3 bulan untuk jenis pompa manual sesudah penggunaan media audiovisual. Hal

ini mungkin juga disebabkan karena semakin bertambah usia kebutuhan ASI bayi semakin banyak, sehingga frekuensi dan durasi menyusui lebih sering dan lama. Semakin sering durasi dan frekuensi menyusui maka akan semakin banyak ASI yang dihasilkan. Usia bayi > 10 hari sampai <6 bulan dalam penelitian ini tidak berhubungan dengan produksi ASI (Rahmawati & Prayogi, 2017). Pada dasarnya produksi air susu ibu akan meningkat segera setelah lahir sampai usia empat sampai enam minggu dan setelah itu produksinya akan menetap (Indonesian Pediatric Society, 2013). Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa memerah air susu ibu dengan menggunakan pompa manual saja dinilai kurang efektif (Indonesian Pediatric Society, 2013). Untuk itu diperlukan upaya untuk dapat mempertahankan bahkan meningkatkan produksi air susu ibu yang memilih menggunakan pompa manual sehingga dapat maksimal.

Beberapa temuan dalam penelitian ini adalah beberapa ibu memerah air susunya tidak di tempat yang telah disediakan dengan salah satu alasan malas dan tidak efisien waktu karena harus meninggalkan pekerjaan untuk menuju ke tempat pemerahan air susu. Ruang khusus untuk

memerah air susu ibu di tempat kerja memberikan kenyamanan bagi ibu saat aktivitas memerah air susu ibu yaitu terhindar dari orang yang berlalu lalang disekitarnya dan dapat fokus memerah air susu ibu. Sebagian besar perusahaan mengizinkan wanita untuk memerah air susu ibu di tempat kerja (94%) dan menyediakan waktu (73%) dan ruang yang tepat, selain toilet untuk memerah air susu ibu (78%) (Hojnacki et al., 2012). Sebanyak 137 (45,1%) tempat kerja menyediakan fasilitas untuk memerah air susu ibu dengan komposisi sebagai berikut bank 71 (24%), pabrik 27 (9,1%), sekolah 27 (8,8%), rumah sakit 10 (3,4%). Waktu istirahat untuk memerah air susu ibu diberikan oleh 45 (15,2%) tempat kerja dengan komposisi sekolah 28 (9,4%), rumah sakit 8 (2,7%), pabrik 6 (2%), bank 3 (1%) (Soomro, 2016). Beberapa responden dengan pompa manual pada penelitian ini mengeluh sering lelah dan sakit tangan jika memerah air susu ibu terlalu lama sehingga sering menghentikan aktivitas pemerahan air susu ibu sebelum payudara kosong sepenuhnya. Hal tersebut mungkin dapat dikaitkan dengan cara kerja pompa manual yang sepenuhnya menggunakan kekuatan tangan pemakainya. Jenis pompa elektrik dapat memberikan

solusi bagi responden yang mempunyai keluhan dengan pengoperasian pompa manual. Harga pompa elektrik yang lebih mahal ada kalanya menjadi penyebab bagi ibu untuk lebih memilih menghentikan memerah air susu ibu daripada harus mengeluarkan biaya mahal untuk membeli pompa elektrik. Memerah air susu ibu bagi ibu bekerja memang membutuhkan biaya untuk membeli pompa, botol/plastik dan tas pendingin penyimpanan air susu ibu. Namun, biaya ini tidak sebesar biaya yang dikeluarkan untuk membeli susu formula dan kandungan air susu ibu tidak terkalahkan oleh susu formula yang paling mahal sekalipun. Sayangnya hal ini seringkali tidak dipertimbangkan oleh ibu bekerja yang berniat menghentikan memerah air susu ibu. Ibu yang bekerja harus memilih apakah mereka harus memberikan prioritas untuk pekerjaan mereka atau menyusui, atau menyeimbangkan antara keduanya. Perempuan dengan pendapatan rendah akan merasa sulit untuk menggabungkan kerja dan menyusui (Kimbro, 2006).

KESIMPULAN

Sesuai dengan hasil penelitian yaitu adanya pengaruh media audiovisual terhadap peningkatan volume ASI, maka bagi ibu bekerja yang sedang menyusui agar menghasilkan volume ASI yang lebih banyak harus terhindar dari beban pikiran dengan cara mengalihkan beban pikirannya dengan melihat video aktivitas bayinya saat memerah ASI.

SARAN

Diperlukan niat dan komitmen dalam mensukseskan pemberian air susu ibu secara eksklusif pada ibu bekerja mengingat beberapa hambatan yang mungkin dihadapi. Solusi yang baik tidak akan berhasil diterapkan dalam mengatasi hambatan yang ada tanpa adanya niat dan komitmen.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggorowati, Sutadi, H., Setyowati, & Koestoer, R. (2016). Effects of Acupoint Stimulation with Digital Massager of Oxytocin on the Breast Milk Production of Working Mothers. *Nurse Media Journal of Nursing*, 6 (2), 91–100. Retrieved from <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/me-dianers>
- Basrowi, R., Sulistomo, A., Adi, N., & Vandenplas, Y. (2015). Benefits of a Dedicated Breastfeeding Facility and Support Program for Exclusive Breastfeeding among Workers in Indonesia. *Pediatr Gastroenterol Hepatol Nutr*, 18(2), 94–99. <https://doi.org/10.5223/pghn.2015.18.2.94>
- Becker, G., Smith, H., & Cooney, F. (2015). Methods of milk expression for lactating women (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (2), 1–132. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006170.pub4>.
- Bresnahan, M., Zhuang, J., Anderson, J., Zhu, Y., & Nelson, J. (2017). The “Pumpgate” Incident: Stigma against Lactating Mothers in the U. S .Workplace. *Communication Studies Publications*, 1–28. Retrieved from https://openprairie.sdstate.edu/comm-theatre_pubs/33
- Cardenas, R., & Major, D. (2005). Combining Employment And Breastfeeding: Utilizing A Work-Family Conflict Framework To Understand Obstacles And Solutions. *Journal of Business and Psychology*, 20 (1), 31–32. <https://doi.org/10.1007/s10869-005-6982-0>
- Chen, Y., Wu, Y., & Chie, W. (2006). Effects of work-related factors on the breastfeeding behavior of working mothers in a Taiwanese semiconductor manufacturer : a cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 6(160), 1–8. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-6-160>
- Februhartanty, J., Wibowo, Y., Fahmida, U., & Roshita, A. (2012). Profiles of Eight Working Mothers Who Practiced Exclusive Breastfeeding in Depok, Indonesia. *Breastfeeding Medicine*, 7(1), 54–59. <https://doi.org/10.1089/bfm.2011.0017>

- Feher, S., Berger, L., Johnson, J., & Wilde, J. (1989). Increasing Premature Audiotape Breast Infants Milk Production for With a Relaxation / Imagery. *Pediatrics*, 83 (1), 57–60.
- Hojnacki, S., Bolton, T., Fulmer, I., & Olson, B. (2012). Development and Piloting of an Instrument That Measures Company Support for Breastfeeding. *Journal of Human Lactation*, 28 (1), 20–27. <https://doi.org/10.1177/0890334411430666>
- Indonesian Pediatric Society. (2013). ASI Sebagai Pencegah Malnutrisi Pada Bayi. Retrieved from <https://www.medscape.com/viewarticle/706375>
- Johnson, A., Kirk, R., & Muzik, M. (2015). Overcoming Workplace Barriers: A Focus Group Study Exploring African American Mothers' Needs for Workplace Breastfeeding Support. *J Hum Lact*, 31(3), 425–433. <https://doi.org/10.1177/0890334415573001>
- Kementerian, K. (2013). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia.
- Lussier, M., Brownell, E., Proulx, T., Bielecki, D., Marinelli, K., Belini, S., & Hegadorn, J. (2015). Daily Breastmilk Volume in Mothers of Very Low Birth Weight Neonates: A Repeated-Measures Randomized Trial of Hand Expression Versus Electric Breast Pump Expression. *Breastfeeding Medicine*, 10(6), 312–317. <https://doi.org/10.1089/bfm.2015.0014>
- Moberg, K., & Prime, D. (2013). Oxytocin effects in mothers and infants during breastfeeding. *Infant*, 9(6), 201–206.
- Rahmawati, A., & Prayogi, B. (2017). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja (Analysis of Factors Affecting Breastmilk Production on Breastfeeding Working Mothers). *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 4(2), 134–140. <https://doi.org/10.26699/jnk.v4i2.ART>
- Slusher, T., Slusher, I., Biomdo, M., Bode-thomas, F., Curtis, B., & Meier, P. (2018). Electric Breast Pump Use Increases Maternal Milk Volume in African Nurseries. *Journal of Tropical Pediatrics*, 53(2), 125–130. <https://doi.org/10.1093/tropej/fml066>
- Soomro, J., Shaikh, Z., Saheer, T., & Bijarani, S. (2016). Employers' perspective of workplace breastfeeding support in Karachi , Pakistan : a cross-sectional study. *International Breastfeeding Journal*, 11(12), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13006-016-0084-7>
- Tan, K. (2011). Factors associated with exclusive breastfeeding among infants under six months of age in peninsular malaysia. *International Breastfeeding Journal*, 6(1), 2–7. <https://doi.org/10.1186/1746-4358-6-2>
- Weber, D., Janson, A., Nolan, M., Wen, L. M., & Rissel, C. (2011). Female employees' perceptions of organisational support for breastfeeding at work: findings from an Australian health service workplace, 1–7.