

Hubungan Menyendawakan Bayi Dengan Kejadian Gumoh Pada Bayi 0-6 Bulan Di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung

Susanti

Program Studi Diploma III Kebidanan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudi Waluyo

ABSTRAK

Menyendawakan bayi adalah langkah penting ketika menyusui. Tujuan dari menyendawakan bayi adalah mengeluarkan udara dari lambung supaya bayi tidak muntah setelah menyusui. Cara menyendawakan bayi diantaranya dengan menggendong bayi tegak dengan bersandar pada bahu ibu, kemudian punggung nya di tepuk perlahan-lahan atau bayi tidur tengkurap di pangkuan ibu kemudian punggungnya di tepuk perlahan-lahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung.

Desain penelitian ini adalah analitik korelasi dengan melakukan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung dengan jumlah sampel 48 bayi dengan teknik pengambilan sampel total sampling.

Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data dilakukan menggunakan analisis korelasi *kendall's tau*

Hasil penelitian menunjukkan bayi 0-6 bulan sebagian besar disendawakan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 18 orang (37,5%). Kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan sebagian besar kategori kadang-kadang yaitu sebanyak 24 orang (50%). Ada hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung, dengan *p value* = 0,029 (α = 0,05).

Hendaknya ibu nifas meningkatkan pengetahuan tentang cara menyendawakan bayi dengan aktif menggali informasi sehingga menumbuhkan kesadaran akan pentingnya menerapkan teknik menyusui yang benar dengan baik sebagai upaya mencegah kejadian gumoh

Kata kunci : menyendawakan bayi, kejadian gumoh

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi ibu, sekaligus memberikan manfaat yang tak terhingga pada anak. Manfaat bagi bayi antara lain mendapatkan nutrisi dan enzim terbaik yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. Air Susu Ibu (ASI) makanan yang paling sempurna mudah dicerna dan diserap karena mengandung enzim pencernaan, dapat mencegah terjadinya penyakit, praktis dan mudah memberikan serta bersih (Yuliarti, 2010).

Menyusui diperlukan untuk produksi air susu yang berkesinambungan. Penghispan merangsang pelepasan oksitosin dari hipofisis posterior melalui refleksi neural payudara ke hipofisis. Selain efeknya terhadap otot polos uterus, oksitosin menimbulkan kontraksi serat otot periasinar payudara, menyebabkan pengeluaran air susu ke sinus-sinus pengumpul utama yang bertemu di puting susu. Keadaan ini disebut pengeluaran susu atau refleksi pelepasan susu. Ketegangan dan kelelahan menghambat refleksi ini, tetapi tangisan bayi dan kegiatan menyusui akan merangsang refleksi ini (Benson dan Peroll, 2009).

Seorang ibu dengan bayi mungkin mengalami berbagai masalah, hanya karena tidak mengetahui cara-cara yang sebenarnya sangat sederhana, misalnya cara menaruh bayi pada payudara ketika menyusui isapan bayi yang menyebabkan puting susu terasa nyeri dan masih banyak masalah lainnya. Oleh karena itu ibu memerlukan seseorang yang dapat membimbingnya dalam merawat bayi termasuk menyusui (Bahiyatun, 2009). Saat menyusui, susu dari mulut akan masuk ke saluran pencernaan atas, baru kemudian ke lambung. Diantara organ tersebut erdapat katup penutup lambung. Katub tersebut berada di antara lambung dan esofagus (kerongkongan) sehingga apabila ditidurkan setelah di susui, sebagian susu akan dikeluarkan dari mulutnya (gumoh) (Novita, 2007).

Gumoh (regurgitasi) adalah kembalinya sejumlah kecil makanan yang telah tertelan selama atau segera sesudah makan. Dalam batas-batas tertentu regurgitas merupakan kejadian alamiah terutama selama usia sekitar 6 bulan pertama (Beherman, Kliegman dan Ervin, 2008). Gumoh (regurgitasi), terjadi akibat susu atau makanan yang baru saja diminum atau dimakan kembali dikeluarkan dari lambung. Hal itu akibat belum sempurnanya kerja katub yang membuka tutup jalan antara esophagus dan lambung. Kondisi ini wajar ditemukan pada bayi dan akan berkurang hingga menghilang saat usia enam bulan sampai satu tahun. Saat gumoh umumnya bayi tampak tidak menyadari dan jumlah susu atau makanan yang dikeluarkan tidak sebanyak muntah (Arfianto, 2012).

Regurgitas dapat dikurangi dengan pengeluaran udara yang tertelan selama dan sesudah minum, penanganan secara halus, menghindari konflik emosi dan menidurkan bayi dengan posisi miring ke kanan segera sesudah minum. Kepala tidak boleh lebih rendah dari badan selama masa istirahat (Beherman, Kliegman dan Ervin, 2008). Gumoh kadang terjadi spontan, bersamaan dengan produksi air liur berlebih atau saat sendawa. Seringkali bayi disendawakan tiap selesai minum susu untuk menghindari gumoh (Arfianto, 2012).

Gumoh sebenarnya adalah kejadian yang normal, namun gumoh yang berlebihan dapat menyebabkan komplikasi yang akan mengganggu pertumbuhan bayi bila cairan yang keluar tidak seimbang dengan yang masuk. Lebih bahaya lagi bila cairan lambung sampai ke dalam paru karena sudah mengandung asam lambung bisa terjadi infeksi. Untuk itu orang tua harus mengupayakan agar bayi tidak terlalu sering gumoh (Novita, 2007). Untuk mengurangi gumoh salah satunya dengan melakukan posisi menyusui yang benar sehingga mengurangi masuknya udara ke dalam lambung bayi. Lakukan sendawa setiap kali selesai menyusui (Suririnah, 2009).

Teknik menyusui yang benar diantaranya sebelum menyusui ASI

dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada putting dan disekitar kalang payudara, bayi diletakkan menghadap perut ibu atau payudara. Payudara dipegang dengan ibu jari di atas dan jari lain menopang di bawah, jangan menekan putting susu atau kalangan susu saja. Bayi diberi rangsangan agar membuka mulut. Setelah bayi membuka mulut dengan cepat kepala bayi di dekatkan ke payudara ibu dan putting serta kalang payudara dimasukkan ke mulut bayi. Setelah menyusui ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada putting susu dan di sekitar kalang payudara, sedangkan bayi setelah disusui disendawakan (Soetjiningsih, 2007).

Selama menyusui bayi akan menelan susu dan sejumlah udara yang membuat perut bayi terasa penuh dan kembung. Hal ini merupakan salah satu yang menyebabkan bayi cepat berhenti menyusui atau menjadi kenyang. Menyendawakan dapat membuat bayi merasa lebih nyaman karena membantunya mengeluarkan udara masuk yang mungkin tertelan saat proses menyusui yang menyebabkan perut bayi kembung. Biasanya setelah berusia di atas 6 bulan bayi hanya sedikit saja memerlukan sendawa (Suririnah, 2009).

Menyendawakan bayi adalah langkah penting ketika menyusui. Tujuan dari menyendawakan bayi adalah mengeluarkan udara dari lambung supaya bayi tidak muntah setelah menyusui. Cara menyendawakan bayi diantaranya dengan menggendong bayi tegak dengan bersandar pada bahu ibu, kemudian punggungnya di tepuk perlahan-lahan atau bayi tidur tengkurap di pangkuan ibu kemudian punggungnya di tepuk perlahan-lahan (Soetjiningsih, 2007).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 2 Juni 2014 di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung, diperoleh data jumlah ibu nifas pada bulan Mei 2014 sebanyak 86 orang dilakukan wawancara dengan beberapa ibu, ternyata banyak diantara mereka yang menyatakan bahwa bayi sering gumoh setelah menyusui, selanjutnya dilakukan wawancara terhadap 8 orang ibu nifas diperoleh 5 bayi mengalami

gumoh dimana 3 orang ibu tidak menyendawakan bayi dan 2 orang menyendawakan bayinya setelah menyusui atau memberikan susu dalam botol. Diperoleh pula 3 bayi tidak mengalami gumoh dimana 2 orang ibu tidak menyendawakan bayi dan seorang yang menyendawakan bayinya setelah menyusui atau memberikan susu dalam botol. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar bayi mengalami gumoh setelah disusui atau diberikan susu dalam botol meskipun sebagian ibu sudah menyendawakan bayinya.

Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan dengan mengambil judul, "Hubungan Menyendawakan Bayi dengan Kejadian Gumoh pada Bayi 0-6 Bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian bersifat analitik korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2014 pada 48 responden di desa Manggong kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung.

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Menyendawakan Bayi pada Bayi 0-6 Bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Menyendawakan Bayi pada Bayi 0-6 Bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung

Menyendawakan bayi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	17	35,4
Cukup	18	37,5
Baik	13	27,1
Jumlah	51	100,0

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa menyendawakan bayi pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung sebagian besar dinyatakan cukup yaitu sebanyak 18 responden (37,5%).

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa Kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung sebagian besar dinyatakan kadang-kadang yaitu sebanyak 24 responden (50%).

B. Gambaran Kejadian Gumoh pada Bayi 0-6 Bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kejadian Gumoh pada Bayi 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung

Kejadian gumoh	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sering	14	29,2
Kadang-kadang	24	50,0
Tidak pernah	10	20,8
Jumlah	51	100,0

C. Hubungan Menyendawakan Bayi dengan Kejadian Gumoh pada Bayi 0-6 Bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung.

Tabel 3 Gambaran Hubungan Menyendawakan Bayi dengan Kejadian Gumoh pada Bayi 0-6 Bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung

Menyendawakan Bayi	Kejadian Gumoh								τ	p-value
	Sering		Kadang-kadang		Tidak pernah		Total			
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Kurang	9	52,9	7	41,2	4	5,9	17	100,0	0,271	0,029
Cukup	2	11,1	10	55,6	6	33,3	18	100,0		
Baik	3	23,1	7	53,8	3	23,1	13	100,0		
Jumlah	14	29,2	24	50,0	10	20,8	48	100,0		

Berdasarkan hasil analisis hubungan menyendawakan bayi dengan

kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung diperoleh hasil,

bayi yang disendawakan dinyatakan kurang sebanyak 17 responden di mana sebagian besar sering mengalami gumoh yaitu sebanyak 9 responden (52,9%) lebih banyak dari pada yang kadang-kadang mengalami gumoh yaitu sebanyak 7 responden (41,2%) dan yang tidak pernah mengalami gumoh yaitu sebanyak 4 responden (5,9%). Bayi 0-6 di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung yang disendawakan dinyatakan cukup sebanyak 18 responden di mana sebagian besar kadang-kadang mengalami gumoh yaitu sebanyak 10 responden (55,6%) lebih banyak dari pada yang sering mengalami gumoh yaitu sebanyak 9 responden (52,9%) dan yang tidak pernah mengalami gumoh yaitu sebanyak 6 responden (33,3%). Bayi 0-6 di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung yang disendawakan dinyatakan baik sebanyak 13 responden di mana sebagian besar kadang-kadang mengalami gumoh yaitu sebanyak 7 responden (53,85) lebih banyak dari pada yang sering mengalami gumoh yaitu sebanyak 3 responden (23,1%) dan yang tidak pernah mengalami gumoh yaitu sebanyak 3 responden (23,1%).

Hasil uji statistik didapatkan nilai korelasi (τ) sebesar 0,271 dan p value = 0,029 ($\alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan ada hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung. Nilai koefisien korelasi (τ) sebesar 0,271 menunjukkan kekuatan hubungan antara dua variabel pada dinyatakan lemah dan memiliki arah korelasi positif. Artinya jika menyendawakan bayi dinyatakan baik maka bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung tidak pernah terjadi gumoh.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menyendawakan bayi pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung kategori kurang yaitu sebanyak 17 orang (35,4%). Responden kurang dalam menyendawakan bayi 0-6 bulan di mana setelah selesai menyusui, menepuk-nepuk punggung bayi dengan keras (39,6%), bayi ditidurkan setelah selesai di susui (43,8%) dan tidak pernah bayi ditelungkupkan pada pangkuan, lalu punggung bayi ditepuk-tepuk (33,3%).

Menyendawakan bayi bertujuan untuk mengeluarkan udara dari lambung supaya bayi tidak muntah (gumoh) setelah menyusui. Ketika menyusui bayi ikut menelan udara yang dapat membuat perutnya penuh dan tidak enak sebelum ia menyelesaikan minumnya. Menyendawakan bayi sangat penting dan merupakan bagian dari proses menyusui. Lakukan setidaknya setidaknya setelah lima menit bayi menyusui atau paling sedikit saat bayi berpindah payudara.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung kategori sering yaitu sebanyak 14 orang (29,2%). Bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung kategori sering mengalami gumoh dimana mereka yang gumoh empat kali dalam sehari sebanyak 8 bayi dan yang mengalami lima kali dalam sehari sebanyak dua bayi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung kategori kadang-kadang yaitu sebanyak 24 orang (50%). Bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung kategori sering mengalami gumoh dimana mereka yang gumoh sekali kali dalam sehari sebanyak 12 bayi dan yang mengalami dua kali dalam sehari sebanyak 10 bayi serta yang mengalami tiga kali dalam sehari sebanyak 2 bayi.

Menurut Suryanah (2006), gumoh adalah pengeluaran isi lambung melalui mulut atau hidung tanpa adanya reflek. Gumoh (regurgitasi) adalah kembalinya sejumlah kecil makanan yang telah tertelan selama atau segera sesudah makan (Beherman, Kliegman dan Ervin, 2008). Bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung kadang-kadang mengalami gumoh disebabkan oleh susu yang diberikan melebihi kapasitas lambung.

Berdasarkan hasil analisis hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung diperoleh hasil, bayi yang disendawakan kategori kurang sebanyak 17 orang di mana sebagian besar sering mengalami gumoh yaitu sebanyak 9 orang (52,9%) lebih banyak dari pada yang kadang-kadang mengalami gumoh yaitu sebanyak 7 orang (41,2%) dan yang tidak pernah mengalami gumoh yaitu sebanyak 4 orang (5,9%).

Responden kurang dalam menyendawakan bayi 0-6 bulan di mana setelah selesai menyusui, menepuk-nepuk punggung bayi dengan keras, bayi ditiadakan setelah selesai di susui dan tidak pernah bayi ditelungkupkan pada pangkuan, lalu punggung bayi ditepuk-tepuk sehingga bayi mengalami gumoh empat kali dalam sehari sebanyak 8 bayi dan yang mengalami lima kali dalam sehari sebanyak 2 bayi.

Berdasarkan hasil analisis hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung diperoleh hasil bayi 0-6 yang disendawakan kategori cukup sebanyak 18 orang di mana sebagian besar kadang-kadang mengalami gumoh yaitu sebanyak 10 orang (55,6%) lebih banyak dari pada yang sering mengalami gumoh yaitu sebanyak 9 orang (52,9%) dan yang tidak pernah mengalami gumoh yaitu

sebanyak 6 orang (33,3%).

Responden cukup dalam menyendawakan bayi 0-6 bulan di mana mereka kadang-kadang setelah selesai menyusui, bayi digendong di pundak dengan wajah menghadap ke belakang, mengangkat tubuh bayi dengan memegang tubuh bagian bawah dan atas antara bahu dan kepala bayi dan menyandarkan bayi di pundak sehingga bayi 0-6 bulan dimana mereka yang gumoh sekali kali dalam sehari sebanyak 12 bayi dan yang mengalami dua kali dalam sehari sebanyak 10 bayi serta yang mengalami tiga kali dalam sehari sebanyak 2 bayi. Bayi yang disendawakan dimana sebagian besar kadang-kadang mengalami gumoh didukung oleh pemberian susu sedikit dengan frekuensi lebih banyak.

Menurut Candra (2014), beberapa cara untuk mencegah gumoh pada bayi, antara lain Sedikit tapi sering. Terlalu lama menyusui atau memberinya dalam jumlah banyak dapat memicu bayi muntah. Jika Anda menyusui, sebaiknya batasi setiap sesi dalam menyusui. Jika Anda memberikan susu melalui botol, tawarkan dalam jumlah yang sedikit dari pada biasanya.

Berdasarkan hasil analisis hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung diperoleh hasil bayi 0-6 yang disendawakan kategori baik sebanyak 13 orang di mana sebagian besar kadang-kadang mengalami gumoh yaitu sebanyak 7 orang (53,85) lebih banyak dari pada yang sering mengalami gumoh yaitu sebanyak 3 orang (23,1%) dan yang tidak pernah mengalami gumoh yaitu sebanyak 3 orang (23,1%). Bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung disendawakan kategori baik dan kadang-kadang mengalami gumoh didukung oleh perilaku ibu menyendawakan bayi.

Responden baik dalam menyendawakan bayi 0-6 bulan di mana

mereka tidak pernah setelah selesai menyusui, menggendong bayi dengan wajah di pundak dan hanya memegang pantat saja, sering menyusui bayi ditelungkupkan diatas pangkuan ibu, lalu punggung bayi diusap dengan lembut dan sering setelah selesai menyusui, saya mengusap lembut punggung bayi sehingga bayi 0-6 bulan di tidak pernah mengalami gumoh dalam sehari yaitu sebanyak 14 bayi.

Menurut Arfianto (2012), gumoh kadang terjadi spontan, bersamaan dengan produksi air liur berlebih atau saat sendawa. Seringkali bayi disendawakan tiap selesai minum susu untuk menghindari gumoh. Padahal yang penting adalah menjaga posisi bayi agak tegak atau terlentang saat minum, untuk mengurangi kemungkinan gumoh. Menyendawakan bayi tiap tiga sampai lima menit dianjurkan jika yang diberikan adalah susu formula dan pastikan lubang putting dot tidak terlalu besar untuk menghindari jumlah susu yang masuk terlalu banyak. Setelah memberikan susu posisikan bayi tetap tegak dan jangan ditelentangkan agar tidak terjadi gumoh.

Hasil uji statistik didapatkan nilai korelasi (τ) sebesar 0,271 dan p value = 0,029 ($\alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan ada hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung. Nilai koefisien korelasi (τ) sebesar 0,271 menunjukkan kekuatan hubungan antara dua variabel pada kategori lemah dan memiliki arah korelasi positif. Artinya jika menyendawakan bayi kategori baik maka bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung tidak pernah terjadi gumoh.

SIMPULAN

Penelitian tentang hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung dengan jumlah responden sebanyak 48 orang diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Gambaran bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung sebagian besar disendawakan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 18 orang (37,5%).
2. Gambaran kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Wilayah Kerja Kabupaten Temanggung sebagian besar kategori kadang-kadang yaitu sebanyak 24 orang (50%).
3. Ada hubungan menyendawakan bayi dengan kejadian gumoh pada bayi 0-6 bulan di Desa Manggong Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung, dengan p value = 0,029 ($\alpha = 0,05$),

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bahiyatun, 2009. *Buku Ajar Kebidanan Asuhan Nifas Normal*. Jakarta: EGC.
- Beherman, Kliegman dan Ervin, 2008. *Ilmu Kesehatan Anak Nelson. Volume 3*. Jakarta: EGC.
- Benson dan Peroll, 2009. *Buku saku Obsetry Gynecology William*. Jakarta. EGC.
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi penelitian kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta,
- Novita, 2007. *Serba-serbi Anak*. Jakarta : PT Media Elex komputindo
- Soetjningsih, 2007. *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto.
- Suririnah, 2009. *Buku Pintar Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta : PT. Gramedia.
- Yuliarti, 2010. *Keajaiban ASI*, Yogyakarta : Penerbit Andi