

EFEKTIVITAS *DISASTER PREPAREDNESS-BASED REALITY THERAPY* TERHADAP *BREASTFEEDING SELF-EFFICACY* DAN KESIAPAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH RAWAN BENCANA

EFFECTIVENESS OF DISASTER PREPAREDNESS-BASED REALITY THERAPY IN ENHANCING BREASTFEEDING SELF-EFFICACY AND READINESS FOR EXCLUSIVE BREASTFEEDING AMONG THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN IN DISASTER-PRONE AREAS

Dalina Gusti^{1*}, Nicen Suherlin², Syaflindawati³

^{1,2}Akademi Keperawatan Baiturrahmah Padang

³ Institut Citra Internasional

Email : linagusti95@gmail.com

ABSTRAK

Wilayah rawan bencana memiliki tantangan dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif akibat meningkatnya stres ibu, terbatasnya akses pelayanan kesehatan, dan rendahnya kesiapsiagaan menghadapi situasi darurat. Pendekatan *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy* diharapkan dapat meningkatkan *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif sejak masa kehamilan. Tujuan Penelitian untuk Menganalisis efektivitas *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy* terhadap *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III di wilayah rawan bencana. Penelitian menggunakan metode desain *quasi-experimental one group pretest-posttest* pada 40 ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang yang dipilih dengan *consecutive sampling*. Intervensi diberikan dalam empat sesi menggunakan Reality Therapi pendekatan WDEP yang dipadukan dengan materi kesiapsiagaan bencana. Data dianalisis menggunakan paired t-test. Hasil: *Breastfeeding Self-Efficacy* meningkat dari $45,18 \pm 6,11$ menjadi $62,05 \pm 4,97$, sedangkan kesiapan pemberian ASI eksklusif meningkat dari $57,26 \pm 7,43$ menjadi $84,10 \pm 5,25$ ($p < 0,001$). Kesimpulan *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy* efektif meningkatkan *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III. Intervensi ini berpotensi diterapkan sebagai bagian dari pelayanan antenatal di wilayah rawan bencana.

Kata kunci: *Breastfeeding Self-Efficacy*; ASI eksklusif; *Disaster Preparedness*; *Reality Therapy*; ibu hamil trimester III.

ABSTRACT

Disaster-prone areas present significant challenges to maintaining exclusive breastfeeding due to increased maternal stress, limited access to healthcare services, and inadequate preparedness for emergency situations. Disaster Preparedness-Based Reality Therapy is expected to improve breastfeeding self-efficacy and readiness for exclusive breastfeeding during pregnancy. This study aimed to analyze the effectiveness of Disaster Preparedness-Based Reality Therapy on breastfeeding self-efficacy and readiness for exclusive breastfeeding among third-trimester pregnant women in disaster-prone areas. A quasi-experimental one-group pretest-posttest design was employed involving 40 third-trimester pregnant women recruited through consecutive sampling from the Air Dingin Public Health Center

catchment area, Padang City, Indonesia. The intervention consisted of four counseling sessions using the Reality Therapy WDEP (Wants, Doing, Evaluation, and Planning) approach integrated with disaster preparedness education. Data were analyzed using the paired t-test. The results showed that the mean breastfeeding self-efficacy score increased significantly from 45.18 ± 6.11 to 62.05 ± 4.97 , while the mean readiness for exclusive breastfeeding score increased from 57.26 ± 7.43 to 84.10 ± 5.25 ($p < 0.001$). In conclusion, Disaster Preparedness-Based Reality Therapy effectively improved breastfeeding self-efficacy and readiness for exclusive breastfeeding among third-trimester pregnant women. This intervention has the potential to be integrated into antenatal care services in disaster-prone areas.

Keywords: breastfeeding self-efficacy; exclusive breastfeeding; disaster preparedness; reality therapy; third-trimester pregnant women.

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan salah satu intervensi paling efektif untuk meningkatkan kelangsungan hidup bayi, mencegah malnutrisi, dan mendukung tumbuh kembang optimal (Mohandas et al., 2023). World Health Organization dan United Nations Children's Fund merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sejak lahir hingga usia enam bulan, dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI hingga usia dua tahun (WHO, 2023). Meskipun demikian, secara global hanya sekitar 48% bayi yang memperoleh ASI eksklusif, sehingga masih jauh dari target 70% pada tahun 2030. Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan mencapai sekitar 73%, namun pencapaiannya masih belum merata, terutama pada wilayah yang sering mengalami bencana (KEMENKES, 2023).

Bencana alam menjadi salah satu faktor yang dapat menghambat keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Kondisi darurat menyebabkan meningkatnya stres psikologis ibu, terganggunya akses terhadap pelayanan kesehatan, terbatasnya privasi untuk menyusui, serta meningkatnya distribusi susu formula yang tidak sesuai indikasi (Fazilah et al., 2022).

Situasi tersebut dapat menurunkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui dan meningkatkan risiko penghentian ASI eksklusif. Pedoman Infant and Young Child Feeding in Emergencies (IYCF-E) menegaskan bahwa ASI merupakan sumber nutrisi yang paling aman bagi bayi pada situasi bencana karena tidak memerlukan air bersih, steril, maupun peralatan tambahan sehingga harus tetap diprioritaskan (Waluyanti et al., 2022).

Kota Padang merupakan salah satu daerah dengan risiko tinggi terhadap gempa bumi, banjir, dan tanah longsor. Berdasarkan data BPBD Kota Padang, Kecamatan Koto Tengah, termasuk wilayah kerja Puskesmas Air Dingin, merupakan salah satu kecamatan yang paling sering terdampak banjir dan longsor akibat curah hujan tinggi setiap tahun (BPBD, 2025). Kondisi geografis tersebut menyebabkan ibu hamil dan ibu menyusui menjadi kelompok rentan yang memerlukan kesiapsiagaan khusus agar tetap mampu memberikan ASI secara optimal ketika terjadi bencana.

Keberhasilan pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah Breastfeeding Self-Efficacy, yaitu keyakinan ibu terhadap kemampuannya untuk menyusui. Menurut teori Albert Bandura dalam (Öztürk et al., 2022), individu dengan

tingkat *self-efficacy* yang tinggi akan memiliki motivasi, ketekunan, dan kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi hambatan. Penelitian (Blixt et al., 2023) juga menunjukkan bahwa *Breastfeeding Self-Efficacy* merupakan prediktor penting keberhasilan pemberian ASI eksklusif, sehingga peningkatan keyakinan ibu perlu dimulai sejak masa kehamilan.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi dan konseling antenatal mampu meningkatkan pengetahuan serta *Breastfeeding Self-Efficacy*. Namun, sebagian besar intervensi masih berfokus pada promosi ASI tanpa mengintegrasikan kesiapsiagaan menghadapi bencana. Pendekatan *Reality Therapy* yang dikembangkan oleh William Glasser melalui tahapan Wants, Doing, Evaluation, dan Planning (WDEP) mendorong individu mengenali kebutuhan, mengevaluasi perilaku, serta menyusun rencana tindakan yang realistis (Gusti & Syaflindawati, 2024b). Integrasi *Reality Therapy* dengan konsep *Disaster Preparedness* diharapkan mampu meningkatkan keyakinan ibu sekaligus mempersiapkan mereka mempertahankan pemberian ASI pada situasi darurat.

Disaster Preparedness-Based Reality Therapy merupakan pendekatan konseling yang mengintegrasikan prinsip *Reality Therapy* dengan konsep *Disaster Preparedness* untuk meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam memberikan ASI eksklusif. Intervensi ini menggunakan pendekatan WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning) yang dipadukan dengan edukasi mengenai ASI eksklusif, pedoman *Infant and Young Child Feeding in Emergencies (IYCF-E)*, manajemen stres, dukungan keluarga, serta penyusunan

Breastfeeding Emergency Plan. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif sejak trimester III sehingga ibu lebih siap menghadapi proses menyusui, termasuk apabila terjadi bencana.

Penelitian ini penting karena menawarkan pendekatan promotif dan preventif yang mengintegrasikan konseling psikologis dengan kesiapsiagaan bencana dalam pelayanan antenatal. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar pengembangan model konseling bagi ibu hamil di wilayah rawan bencana, mendukung implementasi pedoman *Infant and Young Child Feeding in Emergencies (IYCF-E)*, serta berkontribusi terhadap pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya Tujuan 2 (*Zero Hunger*) dan Tujuan 3 (*Good Health and Well-being*).

Wilayah kerja Puskesmas Air Dingin dipilih sebagai lokasi penelitian karena berada di Kecamatan Koto Tangah, Kota Padang, yang merupakan salah satu wilayah dengan risiko tinggi banjir dan tanah longsor berdasarkan data BPBD Kota Padang. Kondisi tersebut menjadikan wilayah ini relevan untuk penerapan *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy* sebagai upaya meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi pemberian ASI pada situasi bencana.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy* terhadap *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III di wilayah rawan bencana.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi-experimental one group pretest–posttest untuk menganalisis efektivitas Disaster Preparedness-Based Reality Therapy terhadap *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang dilaksanakan mulai 12 November – 10 Desember 2023. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan antenatal. Sampel sebanyak 40 responden dipilih menggunakan teknik consecutive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu usia kehamilan ≥ 28 minggu, kehamilan tunggal, mampu berkomunikasi, bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian, dan menandatangani *informed consent*.

Intervensi berupa Disaster Preparedness-Based Reality Therapy dilaksanakan dalam empat sesi menggunakan pendekatan WDEP (Wants, Doing, Evaluation, Planning) yang diintegrasikan dengan materi Disaster Preparedness, meliputi pentingnya

ASI pada situasi bencana, *prinsip Infant and Young Child Feeding in Emergencies (IYCF-E)*, manajemen laktasi, manajemen stres, dukungan keluarga, serta penyusunan Breastfeeding Emergency Plan dan Breastfeeding Emergency Kit. *Breastfeeding Self-Efficacy* diukur menggunakan *Breastfeeding Self-Efficacy Scale–Short Form (BSES-SF)*, sedangkan kesiapan pemberian ASI eksklusif diukur menggunakan kuesioner yang dikembangkan berdasarkan konsep Disaster Preparedness dan pedoman IYCF-E. Pengukuran dilakukan sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) intervensi.

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden. Perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi dianalisis menggunakan paired t-test atau Wilcoxon signed-rank test sesuai distribusi data, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Penelitian telah memperoleh persetujuan etik, dan seluruh responden memberikan persetujuan tertulis sebelum mengikuti penelitian.

HASIL

Sebanyak 40 ibu hamil trimester III mengikuti dan menyelesaikan seluruh rangkaian penelitian. Hasil penelitian disajikan meliputi karakteristik responden, perubahan skor *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan

pemberian ASI eksklusif sebelum dan sesudah pemberian *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy*, serta distribusi kategori kedua variabel setelah intervensi.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 40)

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	<20 tahun	2	5,0
	20–35 tahun	31	77,5
	>35 tahun	7	17,5

Pendidikan	SMP	6	15,0
	SMA	22	55,0
	Perguruan Tinggi	12	30,0
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	25	62,5
	Swasta	11	27,5
	PNS	4	10,0
Paritas	Primigravida	18	45,0
	Multigravida	22	55,0

Mayoritas responden berusia 20–35 tahun sebagai ibu rumah tangga (62,5%), dan (77,5%), berpendidikan SMA (55,0%), bekerja merupakan multigravida (55,0%).

Tabel 2. Perubahan *Breastfeeding Self-Efficacy* dan Kesiapan Pemberian ASI Eksklusif Sebelum dan Sesudah Intervensi (n = 40)

Variabel	Pretest(Mean± SD)	Posttest (Mean ± SD)	Selisih Mean	Paired t-test (p-value)
<i>Breastfeeding Self-Efficacy</i>	45,18 ± 6,11	62,05 ± 4,97	16,87	<0,001
Kesiapan Pemberian ASI Eksklusif	57,26 ± 7,43	84,10 ± 5,25	26,84	<0,001

Rata-rata skor *Breastfeeding Self-Efficacy* *paired t-test* menunjukkan bahwa kedua meningkat sebesar 16,87 poin, sedangkan skor variabel mengalami peningkatan yang kesiapan pemberian ASI eksklusif meningkat bermakna secara statistik ($p < 0,001$). sebesar 26,84 poin setelah intervensi. Hasil

Tabel 3. Distribusi Kategori *Breastfeeding Self-Efficacy* dan Kesiapan Pemberian ASI Eksklusif Setelah Intervensi (n = 40)

Variabel	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Breastfeeding Self-Efficacy	Rendah	1	2,5
	Sedang	8	20,0
	Tinggi	31	77,5
Kesiapan Pemberian ASI Eksklusif	Kurang siap	2	5,0
	Cukup siap	8	20,0
	Siap	30	75,0

Setelah intervensi, sebagian besar responden tinggi (77,5%) dan berada pada kategori siap memiliki *Breastfeeding Self-Efficacy* kategori memberikan ASI eksklusif (75,0%)

PEMBAHASAN

Perubahan *Breastfeeding Self-Efficacy* dan Kesiapan Pemberian ASI Eksklusif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy* meningkatkan *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif secara bermakna. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun keyakinan dan kesiapan ibu dalam menghadapi proses menyusui, termasuk apabila terjadi bencana.

Menurut William Glasser, dalam (Widodo et al., 2024), *Reality Therapy* menekankan bahwa perubahan perilaku terjadi ketika individu mampu mengenali kebutuhannya (*wants*), mengevaluasi perilaku saat ini (*doing* dan *evaluation*), serta menyusun rencana tindakan yang realistis (*planning*). Dalam penelitian ini, pendekatan WDEP membantu ibu mengidentifikasi harapan untuk memberikan ASI eksklusif, mengenali hambatan yang mungkin muncul saat bencana, mengevaluasi kesiapan diri, dan menyusun *Breastfeeding Emergency Plan* (Gusti & Syaflindawati, 2024a). Proses tersebut meningkatkan rasa mampu (*self-efficacy*) sekaligus kesiapan menghadapi situasi darurat.

Temuan ini juga didukung oleh teori Albert Bandura dalam (Chehreh et al., 2021) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* meningkat melalui pengalaman belajar, penguatan verbal, dan kemampuan mengelola emosi. Konseling *Reality Therapy* memberikan kesempatan kepada ibu untuk berdiskusi, memecahkan masalah, dan menyusun solusi yang dapat diterapkan sesuai kondisi masing-masing sehingga memperkuat keyakinan terhadap kemampuan menyusui.

Karakteristik responden turut mendukung hasil penelitian. Mayoritas responden berusia 20–35 tahun, berpendidikan SMA atau perguruan tinggi, dan lebih dari separuh merupakan multigravida. Kondisi ini memungkinkan ibu lebih mudah memahami

proses konseling, aktif berdiskusi, serta menghubungkan materi dengan pengalaman sebelumnya.

Distribusi *Breastfeeding Self-Efficacy* dan Kesiapan Pemberian ASI Eksklusif

Sebagian besar responden memiliki *Breastfeeding Self-Efficacy* kategori tinggi dan berada pada kategori siap memberikan ASI eksklusif setelah intervensi. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan *Reality Therapy* tidak hanya meningkatkan keyakinan ibu, tetapi juga mendorong terbentuknya rencana dan komitmen untuk memberikan ASI eksklusif setelah persalinan.

Dalam teori *Reality Therapy*, perubahan perilaku yang bertahan terjadi ketika individu menyusun rencana yang realistis dan berkomitmen melaksanakannya (Ebadi et al., 2020). Melalui tahapan *planning*, responden menyusun langkah-langkah praktis untuk mempertahankan pemberian ASI, termasuk strategi menghadapi kondisi bencana, dukungan keluarga, serta persiapan kebutuhan menyusui. Pendekatan ini menjadikan ibu lebih siap menghadapi berbagai hambatan yang mungkin terjadi. Dari perspektif teori Bandura, tingginya *Breastfeeding Self-Efficacy* akan meningkatkan motivasi, ketekunan, dan kemampuan ibu dalam menghadapi tantangan selama proses menyusui (Shamsdanesh et al., 2023). peningkatan *self-efficacy* yang diperoleh melalui *Reality Therapy* berpotensi menjadi dasar terbentuknya perilaku menyusui yang lebih baik setelah bayi lahir.

Karakteristik responden juga berperan terhadap keberhasilan intervensi. Mayoritas ibu merupakan ibu rumah tangga sehingga memiliki waktu yang cukup untuk mengikuti seluruh sesi konseling dan melakukan latihan penyusunan rencana. Selain itu, pengalaman kehamilan sebelumnya pada kelompok multigravida memudahkan ibu mengaitkan materi konseling dengan pengalaman nyata sehingga kesiapan pemberian ASI semakin meningkat.

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Disaster Preparedness-Based Reality Therapy* tidak hanya meningkatkan *Breastfeeding Self-Efficacy*, tetapi juga memperkuat kesiapan ibu hamil dalam merencanakan pemberian ASI eksklusif pada situasi normal maupun saat terjadi bencana. Integrasi prinsip *Reality Therapy* (WDEP) dengan konsep *Disaster Preparedness* merupakan pendekatan yang masih jarang diterapkan dalam layanan antenatal. Oleh karena itu, intervensi ini berpotensi menjadi model promosi kesehatan yang inovatif bagi pelayanan kesehatan ibu di wilayah rawan bencana.

KESIMPULAN DAN SARAN

Disaster Preparedness-Based Reality Therapy terbukti efektif meningkatkan *Breastfeeding Self-Efficacy* dan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III di wilayah rawan bencana. Intervensi ini berpotensi menjadi bagian dari pelayanan antenatal untuk mempersiapkan ibu menghadapi proses menyusui pada kondisi normal maupun situasi bencana. Oleh karena itu, penerapannya disarankan di puskesmas, khususnya di wilayah rawan bencana, serta perlu didukung oleh penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, kelompok kontrol, dan tindak lanjut hingga masa menyusui untuk mengevaluasi dampaknya terhadap keberhasilan ASI eksklusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Blixt, I., Rosenblad, A. K., Axelsson, O., & Funkquist, E.-L. (2023). Breastfeeding training improved healthcare professional's self-efficacy to provide evidence-based breastfeeding support: A pre-post intervention study. *Midwifery*, 125, 103794.
- BPBD. (2025). *Banjir Bandang Terjang Kota Padang*. Badan Penanggulangan Bencana Daerah. [https://bpbd.padang.go.id/konten/banjir-bandang-terjang-kota-padang-fadly-](https://bpbd.padang.go.id/konten/banjir-bandang-terjang-kota-padang-fadly-amran-pastikan-keselamatan-warga-jadi-prioritas)
- amran-pastikan-keselamatan-warga-jadi-prioritas
- Chehreh, R., Zahrani, S. T., Karamelahi, Z., & Baghban, A. A. (2021). Effect of peer support on breastfeeding self-efficacy in ilamian primiparous women: A single-blind randomized clinical trial. In *Journal of family medicine and primary care* (Vol. 10, Issue 9, pp. 3417–3423). https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_172_21
- Ebadi, Z., Pasha, R., Hafezi, F., & Eftekhari, Z. (2020). Effectiveness of reality therapy based on choice theory on marital intimacy and satisfaction. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*, 8(2), 2230–2239.
- Fazilah, Z., Sudirman, S., & Lestari, A. (2022). Manajemen Penanggulangan Gizi Kurang Pasca Bencana di Puskesmas Talise Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 5(6), 312–319.
- Gusti, D., & Syaflindawati, S. (2024a). Efektifitas Konseling Dengan TEKNIK WANTS, DOING, EVALUATION, PLANNING (WDEP) Dalam Meningkatkan Kesiapan Ibu Hamil Untuk Memberikan ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(2), 692–699.
- Gusti, D., & Syaflindawati, S. (2024b). The Effectiveness of Counseling Using the WANTS, DOING, EVALUATION, PLANNING (WDEP) Technique in Increasing the Readiness of Pregnant Women to Provide Exclusive Breastfeeding in the Working Area of the Air Dingin Padang Health Center. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 7(2), 692–699.
- KEMENKES. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia*.
- Mohandas, S., Rana, R., Sirwani, B., Kirubakaran, R., & Puthuserry, S. (2023). Effectiveness of interventions to manage



- difficulties with breastfeeding for mothers of infants under six months with growth faltering: a systematic review update. *Nutrients*, 15(4), 988.
- Öztürk, R., Ergün, S., & Özyazıcıoğlu, N. (2022). Effect of antenatal educational intervention on maternal breastfeeding self-efficacy and breastfeeding success: a quasi-experimental study. *Revista Da Escola de Enfermagem Da USP*, 56, e20210428.
- Shamsdanesh, S., Nourizadeh, R., Hakimi, S., Ranjbar, F., & Mehrabi, E. (2023). The effect of counseling with stress management approach on postpartum anxiety and distress and breastfeeding self-efficacy during COVID-19 pandemic: a randomized controlled trial. In *BMC pregnancy and childbirth* (Vol. 23, Issue 1, p. 26). <https://doi.org/10.1186/s12884-023-05356-4>
- Waluyanti, F. T., Rustina, Y., Fudla, H., Nurhaeni, N., Liaw, J.-J., Arya, I. F. D., Milawati, M., & Yani, F. D. (2022). Counselors' experiences with infant and young child feeding tele-counseling: A phenomenological study. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(3), 145–154.
- WHO. (2023). *WHO Guideline for complementary feeding of infants and young children 6-23 months of age*. World Health Organization.
- Widodo, B., Susilaningsih, C. Y., & Fransisca Mudjijanti, M. M. (2024). *Pendekatan Konseling Realitas (Reality Therapy)*. Cv. Ae Media Grafika.