

Efektifitas pijat oksitosin dengan penyuluhan teknik menyusui menggunakan leaflet terhadap produksi ASI pada ibu post partum primipara

The effectiveness of oxytocin massage with breastfeeding technique counseling using leaflets on breast milk production in primiparous post partum mothers

SAGO: Gizi dan Kesehatan
2021, Vol. 2(2) 136-141
© The Author(s) 2021



DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v2i2.661>
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes>



Poltekkes Kemenkes Aceh

Yushida¹, Evi Zahara²

Abstract

Background: Breast milk is the main source of nutrition for babies from birth until they are able to digest other nutritional sources after 6 months of age. Failure in the breastfeeding process is often caused by maternal factors, namely breastfeeding. Actions to facilitate milk production include the oxytocin massage method.

Objective: The aim of the study was to analyze the effect of oxytocin massage compared to counseling on breastfeeding techniques using leaflets on the milk production of primiparous postpartum mothers..

Methods: The study used a quasi-experimental study with a pretest-posttest design. The sample selection was accidental sampling with inclusion and exclusion criteria, which consisted of 30 post partum mothers who were divided into 2 groups, 15 respondents were given oxytocin massage and 15 respondents were given leaflets. The data analysis method was univariate and bivariate using Paired T-test and Independent T-test.

Results: The results showed that the oxytocin massage treatment had a p-value= 0.000 ($p < 0.05$) meaning that there was a difference between before and after treatment. The control group had a p-value= 0.432 ($p > 0.05$) meaning that there was no difference between before and after treatment. There was a significant difference between the treatment group compared to the control group.

Conclusion: Oxytocin massage has a significant effect in increasing milk production in primiparous postpartum mothers. Oxytocin massage is more effective than counseling using leaflet media to increase breast milk production.

Keywords

Breast milk production, counseling, leaflets, oxytocin massage

Abstrak

Latar Belakang: Air susu ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi sejak lahir sampai ia mampu mencerna sumber nutrisi lainnya setelah berusia 6 bulan. Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan faktor ibu yaitu pengeluaran ASI. Tindakan memperlancar produksi ASI diantaranya adalah metode pijat oksitosin.

Tujuan: Penelitian bertujuan untuk menganalisis efek pijat oksitosin dibandingkan dengan penyuluhan tehnik menyusui menggunakan leaflet terhadap produksi ASI ibu post partum primipara.

Metode: Penelitian menggunakan studi quasy eksperimen dengan desain pretest-posttest. Pemilihan sampel accidental sampling dengan kriteria inklusi dan eklusi yang berjumlah 30 orang ibu post partum yang dibagi 2 kelompok yaitu 15

¹ Proram Studi D3 Kebidanan, Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia. E-mail: yushidairfan@gmail.com

² Proram Studi D3 Kebidanan, Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia. evi.zahara@poltekkesaceh.ac.id

Penulis Koresponding:

Yushda: Proram Studi D3 Kebidanan, Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh. Jln. Keperawatan No 25. Suak Ribee, Meulaboh, Aceh Barat, Aceh, Indonesia. E-mail: yushidairfan@gmail.com

responden pijat oksitosin dan 15 responden diberikan leaflet. Metode analisa data adalah univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Paired T-test* dan uji *Independent T-test*.

Hasil: Hasil menunjukkan bahwa perlakuan pijat oksitosin memiliki nilai $p=0.000$ ($p < 0.05$) artinya terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Kelompok kontrol memiliki nilai $p=0.432$ ($p > 0.05$) artinya tidak terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan. Terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok perlakuan dibandingkan kelompok kontrol.

Kesimpulan: Pijat oksitosin mempunyai pengaruh signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum primipara. Pijat oksitosin lebih efektif dibandingkan penyuluhan menggunakan media leaflet terhadap peningkatan produksi ASI.

Kata Kunci

Leaflet, penyuluhan, pijat oksitosin, produksi ASI

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) menjadi salah satu program *World Health Organization* (WHO) dan Pemerintah RI yang gencar dikemukakan di sektor kesehatan untuk mengurangi morbiditas dan mortalitas anak (Graziose et al., 2018). Sejumlah nutrisi penting yang terkandung dalam ASI tidak dapat digantikan oleh susu buatan industri. ASI mengandung zat-zat kekebalan yang melindungi anak dari infeksi dan penyakit kronis, serta mengurangi kemungkinan menderita gangguan kesehatan di kemudian hari seperti obesitas, diabetes, dan *asthma* (Ford et al., 2020).

UNICEF mengemukakan bahwa menyusui merupakan penyelamat hidup anak yang paling murah dan efektif dalam sejarah kesehatan manusia. Harapan tersebut adalah minimal enam bulan ibu menyusui anaknya, sedapat mungkin secara eksklusif (enam bulan tanpa ada pemberian cairan/asupan lain selain ASI). Ironisnya, hanya kurang dari setengah dari anak di dunia menikmati kesempatan emas ini (Unicef, 2016). Asia Tenggara menunjukkan capaian ASI eksklusif dengan angka yang tidak banyak perbedaan. Sebagai perbandingan, cakupan ASI eksklusif di Myanmar 24%, Vietnam 27%, Philippines 34% dan India sudah mencapai 46%, secara global dilaporkan ASI eksklusif dibawah 40%. Di Indonesia sendiri cakupan ASI eksklusif pada tahun 2015 baru mencapai 55.7%, jika dibandingkan dengan target cakupan ASI eksklusif di Indonesia yaitu 80% maka angka ini masih lebih rendah (Nugraheni & Heryati, 2017).

ASI eksklusif bertujuan untuk menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI eksklusif sejak lahir sampai berusia 6 bulan dengan memperhatikan pertumbuhan serta perkembangannya, sehingga setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya (Al-Rahmad & Fadillah,

2016). Keberhasilan menyusui tidak terlepas dari proses pengeluaran ASI. Dalam hal ini terjadi proses pelepasan hormon oksitosin untuk mengalirkan air susu yang diproduksi melalui saluran payudara. Waktu terpenting yang dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui selanjutnya adalah pada 24 jam pertama post-partum dan beberapa hari pertama *post-partum*. Jika pada periode tersebut ibu difasilitasi dengan baik untuk memulai menyusui besar kemungkinan akan berhasil untuk terus menyusui (Juanita & Suratmi, 2016).

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa faktor, antara lain faktor ibu, faktor bayi, faktor psikologis, faktor tenaga kesehatan, faktor sosial budaya. Adapun faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI adalah pengeluaran ASI. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon oksitosin selain adanya perubahan fisik dan psikologis yang juga dapat mempengaruhi proses laktasi (Mardjun et al., 2019). Menurut Agustina et al. (2020), secara teori bahwa cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis, karena itu persiapan ibu pasca bersalin merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui, *stress*, rasa khawatir yang berlebihan, ketidak bahagiaan sangat berperan dalam kesuksesan menyusui.

Berbagai penelitian yang telah dilakukan di Indonesia untuk memperlancar produksi ASI diantaranya adalah metode pijat *oksitosin*, *akupresure*, tehnik *afirmasi* positif, tehnik marmet, kompres hangat, *massase Rolling* (punggung), *Breast Care*, tetapi karena keterbatasan informasi di layanan kesehatan tentang prosedur pelaksanaan maka metode-metode ini hanya dikenal saja tetapi jarang diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai *care giver* kepada pasien (Indrasari, 2019; Sembiring, 2019).

Berdasarkan penelitian lainnya dengan metode SPEOS yaitu melakukan stimulasi untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin, memberikan rasa nyaman dan menumbuhkan keyakinan pada ibu bahwa ASI pasti keluar dan ibu bisa memberikan ASI secara eksklusif dengan pijat *endorphin* dan sugestif, hasil penelitian bahwa metode speos merupakan alternatif cara untuk mengatasi masalah pengeluaran ASI pada hari-hari pertama kehidupan bayi (Arumsari, 2018).

Hasil observasi awal terhadap 8 orang ibu menyusui/masa nifas didapatkan 5 orang ibu menunda pemberian ASI secara maksimal dan menambahkannya dengan susu formula karena ASI belum banyak keluar sampai hari ketiga atau keempat, sehingga ibu gagal memberikan ASI eksklusif. Berdasarkan masalah dan kajian diatas maka peneliti tertarik untuk mengembangkan penelitian efek pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum primipara di PMB Meulaboh tahun 2019. Dan yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimanakah efek pijat *oksitosin* dengan penyuluhan metode leaflet terhadap produksi ASI pada ibu *post partum primipara*?

Tujuan Penelitian ini antara lain menganalisis perbedaan produksi ASI pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pijat *oksitosin*. Menganalisis perbedaan produksi ASI pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan tehnik menyusui dengan menggunakan leaflet. Membandingkan selisih produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pijat *oksitosin* antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Metode

Rancangan penelitian ini adalah *quaisy eksperimen*. Dengan metode acak terkendali (*randomized controlled trial*) dengan rancangan pre dan post test, pada saat dimasukkan dalam kelompok yang terdiri dari dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan I (mendapat perlakuan pijat oksitosin), kelompok perlakuan II (pemberian leaflet tehnik menyusui).

Tempat penelitian dilakukan di PMB Meulaboh yaitu PMB Nurlianti, PMB Nurasma, PMB Nisan Fauziah dan PMB Noviyanti. Penelitian dilaksanakan bulan Agustus sampai dengan September tahun 2019. Populasi pada penelitian ini

adalah Seluruh ibu nifas di PMB Nurlianti, PMB Nurasma, PMB Nisan Fauziah dan PMB Noviyanti Jumlah ibu nifas 44 orang.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *Purposive sampling* yaitu sampel yang dijadikan subyek penelitian berdasarkan kejadian dengan kriteria yang ditentukan. Adapun kriteria inklusi yaitu bersedia menjadi responden, ASI eksklusif, ibu nifas hari pertama. Kriteria eksklusi yaitu ibu menderita mastitis, mengkonsumsi vitamin pelancar ASI. Berdasarkan kriteria tersebut maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang. Teknik penarikan subjek dalam kelompok penelitian dilakukan secara *simple random sampling*, untuk memilih subjek pada masing-masing kelompok. Seluruh subjek dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok perlakuan I sebanyak 15 orang, kelompok perlakuan II 15 orang.

Analisa data diperoleh dengan menggunakan perhitungan uji statistik memakai progam statistik komputer. Analisa data univariat, untuk mendeskripsikan setiap variabel penelitian, yaitu jumlah produksi ASI awal dan produksi ASI akhir, dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat, dilakukan untuk uji perbedaan jumlah produksi ASI awal dan produksi ASI akhir pada kelompok perlakuan I dan II menggunakan uji *T dependen* jika data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks*. Penilaian perbedaan rata-rata peningkatan produksi ASI antara kelompok I, II dengan menggunakan uji T tes Independen jika data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji *Mann Whitney U*.

Hasil

Hasil penelitian (Tabel 1) telah diketahui bahwa, rata-rata volume ASI setelah mendapat pijat oksitosin meningkat menjadi 29.31 cc dengan deviasi adalah 6.117 cc. Sedangkan pada kelompok responden yang mendapatkan penyuluhan media leaflet juga mengalami peningkatan volume ASI yaitu rata-rata 17.32 dan deviasi 5.416 cc.

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian pijatan oksitosi ($p=0.000$) dalam meningkatkan volume ASI pada ibu *post partum primipara*. Sebaliknya, ibu yang hanya mendapatkan penyuluhan media leaflet, secara statistik tidak menunjukkan pengaruh terhadap peningkatan produksi ASI mereka ($p=0.432$).

Tabel 1. Pengaruh pijatan oksitosin dan penyuluhan media leaflet terhadap peningkatan produksi ASI ibu *post partum primipara*

Kelompok Intervensi	Volume ASI (cc)			
	Rerata ± SD	Selisih Rerata ± SD	CI: 95%	Nilai p
Pijatan Oksitosin				
Sebelum intervensi	10.85 ± 10.705	29.31 ± 6.117	25.74 – 35.90	0.000
Setelah Intervensi	40.16 ± 4.588			
Penyuluhan Leaflet				
Sebelum intervensi	11.27 ± 9.864	17.32 ± 5.416	19.08 – 31.18	0.432
Setelah Intervensi	28.59 ± 4.448			

Tabel 2. Rerata produksi ASI setelah dilakukan intervensi pijatan oksitosin dan penyuluhan media leaflet ibu *post partum primipara*

Kelompok Intervensi	n	Rerata	Deviasi	Perbedaan Rerata ± SD	CI: 95%		Nilai p
					Lower	Upper	
Pijatan Oksitosin	15	40.16	4.588	11.57 ± 0.140	8.619	16.746	0.017
Penyuluhan Leaflet	15	28.59	4.448				

Selanjutnya, telah diketahui juga bahwa diantara kedua intervensi, ibu-ibu *post partum primipara* yang mendapatkan pijatan oksitosin mempunyai rerata volume ASI yang lebih banyak (40.16 cc) dibandingkan dengan ibu yang mendapatkan penyuluhan leaflet (28.59 cc) sebagaimana disajikan pada tabel 2. Hasil uji statistik terhadap efektifitas produksi ASI melalui pijatan oksitosin dan penyuluhan diperoleh nilai $p=0.017$. Hal ini menunjukkan bahwa pijatan oksitosin mempunyai efektifitas yang lebih baik dibandingkan penyuluhan leaflet dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum primipara* ($p < 0.05$).

Pembahasan

Pijatan oksitosin secara signifikan mampu meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum primipara*, selain itu hasil penelitian juga telah melaporkan bahwa pijatan oksitosin lebih efektif dibandingkan penyuluhan leaflet dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum primipara*.

Hal ini menunjukkan adanya kesesuaian hasil penelitian ini dengan teori. Menurut Crowley (2011) pijat *oksitosin* adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima keenam yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga dapat merangsang

pengeluaran hormon *prolaktin* dan *oksitosin postpartum* (Rahayu & Yunarsih, 2018). Pijat oksitosin dapat menjadi salah satu solusi untuk mengatasi ketidakteraturan produksi ASI (Setyowati & Andayani, 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahayu et al. (2015) yang dilakukan pada ibu *postpartum* yang menunjukkan peningkatan yang signifikan produksi ASI yang signifikan pada kelompok yang dilakukan pijat oksitosin dibanding kontrol. Rahayuningsih et al. (2016), juga melaporkan dalam penelitiannya bahwa waktu pengeluaran kolostrum kelompok perlakuan rata-rata 5.8 jam, sedangkan lama waktu kelompok kontrol adalah rata-rata 5.89 jam.

Berdasarkan teori dan penelitian diatas, peneliti berpendapat bahwa dengan melakukan pijat oksitosin akan memberikan rileks, tenang, dan nyaman sehingga akan meningkatkan hormon oksitosin dan meningkatkan pengeluaran ASI.

Keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh berbagai faktor dan salah satunya adalah memberitahu tehnik menyusui dan membantu ibu melakukan menyusui dengan benar (IDAI, 2013). Menyusui dengan tehnik yang salah dapat menimbulkan masalah seperti ASI tidak keluar optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya yang berakibat kebutuhan ASI tidak tercukupi (Rinata et al., 2016). Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan tehnik menyusui yang benar meliputi posisi ibu dan

bayi, perlekatan bayi yang tepat serta keefektifan hisap bayi pada payudara (Metti & Ilda, 2019).

Hal tersebut dapat memberi gambaran bahwa kelompok II (kontrol) tentang tehnik menyusui pada penelitian ini kurang efektif dibandingkan dengan kelompok intervensi. Rata-rata jumlah konversi volume ASI yang diperoleh kelompok kontrol lebih rendah dan secara statistik menunjukkan perbedaan dibandingkan dengan kelompok intervensi.

Kesimpulan

Pemijatan oksitosin mempunyai pengaruh signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum primipara*. Pijat oksitosin lebih efektif dibandingkan penyuluhan menggunakan media leaflet dalam meningkatkan produksi ASI ibu *post partum primipara*.

Saran, pijat oksitosin merupakan salah satu contoh intervensi mandiri bidan/perawat dan dapat dengan mudah dipilih dalam penatalaksanaan untuk merangsang produksi ASI. Masyarakat luas khususnya ibu-ibu *post partum* diharapkan mendapatkan pengetahuan dan informasi dalam upaya peningkatan produksi ASI serta dapat mengaplikasikan pijat oksitosin tersebut secara baik. Selanjutnya kepada petugas Kesehatan khususnya tenaga bidan untuk selalu dapat mempromosikan manfaat ASI dengan cara memberikan pelatihan atau mengajarkan kepada keluarga ibu *post partum* teknik melakukan pijat oksitosin yang sangat banyak manfaatnya untuk mendukung pemerintah mengacu kepada Perda tentang pemberian ASI eksklusif.

Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis telah menyatakan bahwa pada artikel ini tidak ada maupun terdapat potensi konflik kepentingan baik dari penulis maupun instansi sehubungan dengan penelitian yang telah dilakukan, baik berdasarkan kepengarangan, maupun publikasi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh yang telah membantu kontribusi terhadap pelaksanaan

penelitian. Selain itu, ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada semua pihak yang telah membantu perbaikan baik secara teknis maupun isi dalam pelaksanaan penelitian ini. Kepada pihak rumah sakit yang telah memberikan kesempatan dan membantu penulis dalam melakukan penelitian, serta para responden selama mengikuti penelitian ini.

Daftar Rujukan

- Agustina, A., Hamisah, I., & Mutia, Y. (2020). Hubungan promosi susu formula, produksi ASI dan psikologis ibu dengan pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 1(2), 159–164.
- Al-Rahmad, A. H., & Fadillah, I. (2016). Perkembangan psikomotorik bayi 6–9 bulan berdasarkan pemberian ASI eksklusif. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 1(2), 99–104. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30867/action.v1i2.18>
- Arumsari, D. R. (2018). Pagaruh Kombnasi Metode Akupresur Dan Relaksasi Afirmasi Terhadap Produksi ASI dan Efikasi Diri Menyusui Pada Ibu Postpartum Primipara. [Tesis]. In *Universitas Brawijaya*. Universitas Brawijaya.
- Crowley, W. R. (2011). Neuroendocrine regulation of lactation and milk production. *Comprehensive Physiology*, 5(1), 255–291.
- Ford, E. L., Underwood, M. A., & German, J. B. (2020). Helping mom help baby: nutrition-based support for the mother-infant dyad during lactation. *Frontiers in Nutrition*, 7, 54.
- Graziose, M. M., Downs, S. M., O'Brien, Q., & Fanzo, J. (2018). Systematic review of the design, implementation and effectiveness of mass media and nutrition education interventions for infant and young child feeding. *Public Health Nutrition*, 21(2), 273–287.
- IDAI. (2013). *Nilai Menyusui*. Ikatan Dokter Anak Indonesia. <http://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/nilai-menyusui>
- Indrasari, N. (2019). Meningkatkan Kelancaran ASI dengan Metode Pijat Oksitoksin pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 48–53.
- Juanita, F., & Suratmi, S. (2016). Peningkatan Durasi Pemberian Asi pada Ibu Post Partum Melalui Relaksasi Autogenic Training. *Jurnal*

- Keperawatan Indonesia*, 19(1), 24–32.
- Mardjun, Z., Korompis, G., & Rompas, S. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Metti, E., & Ilda, Z. A. (2019). Pengaruh Manajemen Laktasi Paket Breast Terhadap Masalah Laktasi Ibu Menyusui Di wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Menara Ilmu*, 13(9).
- Nugraheni, D. E., & Heryati, K. (2017). Metode speos (stimulasi pijat endorphin, oksitosin dan sugestif) dapat meningkatkan produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 1–7.
- Rahayu, D., Santoso, B., & Yunitasari, E. (2015). The Difference In Breastmilk Production Between Acupresure Point for Lactation and Oxytocin Massage. *Jurnal Ners*, 10(1), 9–19.
- Rahayu, D., & Yunarsih, Y. (2018). Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *Journals of Ners Community*, 9(1), 8–14.
- Rahayuningsih, T., Mudigdo, A., & Murti, B. (2016). Effect of breast care and oxytocin massage on breast milk production: a study in Sukoharjo provincial hospital. *Journal of Maternal and Child Health*, 1(2), 101–109.
- Rinata, E., Rusdyati, T., & Sari, P. A. (2016). Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap-Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsd Sidoarjo. *Prosiding Seminar Nasional & Internasional*, 1(1).
- Sembiring, S. M. B. (2019). Efek metode “OSINS”(Pijat Oketani, Oksitosin dan Sugestif) terhadap produksi ASI pada ibu nifas di bidan praktik mandiri wilayah Kecamatan Medan Tuntungan Kelurahan Mangga. *Public Health Journal*, 6(1).
- Setyowati, H., & Andayani, A. (2016). Perbedaan produksi ASI pada ibu post partum setelah pemberian pijat oksitosin. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(3), 188–195.
- Unicef. (2016). *Breastfeeding Is The Cheapest And Most Effective Life-Saver In History*. Press Release. Unicef Press Release. http://www.unicef.org/indonesia/id/media_21270.html.