

Media Promosi Kesehatan Ular Tangga VS Leaflet ASI Eksklusif terhadap Pengetahuan dan Kesiapan Ibu Menyusui

Linda Puji Astutik[✉]^{id}, Herlinadiyaningsih^{id}

Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Palangka Raya, Indonesia

✉Email korespondensi: linda.puji.astutik2010@gmail.com



ARTICLE INFO

Article History:

Received: 2022-08-31

Accepted: 2022-10-25

Published: 2023-03-31

Kata Kunci:

ular tangga;
leaflet;
ASI eksklusif;
pengetahuan;
kesiapan;

Keywords:

snakes ladder;
leaflets;
exclusive
breastfeeding;
knowledge;
readiness;

ABSTRAK

Pendahuluan: Saat ini media promosi ASI eksklusif lebih banyak menggunakan media tulisan seperti leaflet, padahal media promosi ular tangga lebih mudah dicerna dan lebih menarik sehingga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu menyusui secara eksklusif. **Tujuan penelitian:** mengukur perbedaan pengaruh media promosi kesehatan ular tangga versi ASI eksklusif dengan leaflet terhadap pengetahuan dan kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif. **Metode:** Penelitian ini menggunakan Quasi-eksperimen desain *pretest posttest*, pada 70 orang ibu hamil trimester III dari bulan Maret sampai Juni 2022. Analisis menggunakan distribusi frekuensi, uji wilcoxon dan uji T tidak berpasangan. **Hasil penelitian:** yaitu rata-rata pengetahuan (9,1) dan kesiapan (14,7) kelompok dengan media ular tangga lebih tinggi dibandingkan pengetahuan (6,1) dan kesiapan (12,1) kelompok dengan media leaflet dengan nilai $p=0,000(<0,05)$ **Kesimpulan:** yaitu pengaruh media promosi kesehatan menggunakan ular tangga versi ASI eksklusif lebih baik daripada leaflet ASI eksklusif terhadap pengetahuan dan kesiapan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif. Dengan demikian disarankan agar sebaiknya media promosi kesehatan ular tangga versi ASI eksklusif mulai digunakan dibandingkan leaflet.

ABSTRACT

Introduction: Currently exclusive breastfeeding promotion media uses written media such as leaflets, whereas snake and ladder promotion media are easier to digest and more interesting so that it is expected to increase the knowledge and readiness of exclusively breastfeeding mothers. **Objectives:** to measure the difference in the effect of exclusive breastfeeding version of the snake and ladder health promotion media with leaflets on the knowledge and readiness of mothers in exclusive breastfeeding. **Methods:** This study used a quasi-experimental pretest posttest design on 70 pregnant women in the third trimester from March to June 2022. The analysis used frequency distribution, Wilcoxon test and unpaired T test. **Result:** the average knowledge (9.1) and readiness (14.7) of the group with snakes and ladders media was higher than the knowledge (6.1) and readiness (12.1) group with leaflet media with $p=0.000 (<0.05)$ **Conclusion:** the effect of health promotion media using exclusive breastfeeding version of snake and ladder is better than exclusive breastfeeding leaflet on mother's knowledge and readiness regarding exclusive breastfeeding. Thus, it is recommended that the exclusive breastfeeding version of the snake and ladder health promotion media should be used instead of leaflets.



PENDAHULUAN

Dikatakan ASI eksklusif jika hanya ASI saja yang diberikan kepada bayi sejak lahir sampai usia enam (6) bulan namun boleh diberi mineral tetes, vitamin ataupun obat-obatan (Kemenkes RI, 2019; Pemerintah Indonesia, 2012; Santi, 2017; Widodo, 2014). Menyusui dengan cara eksklusif bisa menolong anak bertahan hidup supaya aman dari bermacam penyakit yang kerap terjadi pada era anak-anak (Karana, 2020). Manfaat pemberian ASI eksklusif dirasakan pula oleh ibu seperti menanggulangi rasa-rasa kelahiran serta menghindari kanker buah dada (Kementrian Kesehatan, 2018; Mufdillah et al., 2017). Guna yang diserahkan oleh ASI eksklusif amat berarti pada bayi serta ibu oleh sebab itu ASI eksklusif ialah hak asasi bayi yang harus diberikan (Pemerintah Indonesia, 2012).

Lima puluh persen bayi di Indonesia yang berumur di bawah enam (6) bulan telah diberikan ASI eksklusif. Lebih dari empat puluh persen (40) persen bayi telah diberikan makanan dini (Karana, 2020). Dari data Dirjen kesehatan masyarakat diketahui bahwa capaian pemberian ASI eksklusif di Indonesia dan Propinsi Kalimantan Tengah tahun 2019 sebesar 67,74%, 57,35% dengan target Renstra 50% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Di Kota Palangka Raya Pencapaian dari tahun 2017,2018,2019 yaitu 16,79%; 41,69%; 49,25. Angka tersebut menunjukkan trend peningkatan namun masih jauh dari target pencapaian sebesar delapan puluh persen/80% (Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya, 2021). Akibat dari masih rendahnya pencapaian ASI eksklusif yaitu kasus gizi kurang dan pendek makin meningkat dibandingkan tahun 2019 yaitu kasus gizi kurang sebesar 2,96%, kasus balita pendek sebesar 2,27% (Wijayanti et al., 2021). Wilayah Kerja Puskesmas Menteng ini dipilih dikarenakan capaian pemberian ASI eksklusif (40,30%) lebih rendah daripada capaian Nasional, capaian Propinsi Kalimantan Tengah dan capaian Kota palangkaraya. Penyebab masih rendahnya pemberian ASI eksklusif adalah promosi susu formula yang gencar dilakukan serta perbedaan persepsi mengenai definisi ASI eksklusif (Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya, 2021). Jika persepsi mengenai definisi ASI eksklusif saja berbeda maka akan sulit pula dalam meraih target pencapaian.

Salah satu usaha guna menyamakan anggapan mengenai ASI Eksklusif serta usaha menaikkan jangkauan ASI eksklusif dengan promosi (Noorbaya et al., 2017; Paramita et al., 2015). Promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku. Promosi kesehatan dapat dilakukan pada masa kehamilan sebagai upaya preventif meluruskan perbedaan persepsi mengenai ASI eksklusif serta dapat menambah kesiapan ibu hamil dalam proses laktasi. Peningkatan pengetahuan ibu tidak jauh karena media promosi kesehatan yang digunakan. Penelitian ini berfokus pada leaflet dan ular tangga versi ASI eksklusif yang telah dimodifikasi. Leaflet merupakan media yang tersering dipakai padahal media ular tangga lebih menarik (Paramita et al., 2015). Tujuan penelitian untuk mengukur perbedaan pengaruh media promosi kesehatan ular tangga versi ASI eksklusif dengan leaflet ASI eksklusif terhadap variabel pengetahuan dan kesiapan ibu dalam pemberian ASI eksklusif.

METODE PENELITIAN

Penelitian memakai rancangan Quasi-eksperimen desain *pretest posttest*. Lokasi penelitian di wilayah Puskesmas Menteng dari bulan Maret sampai Juni 2022. Populasi terjangkau adalah seluruh ibu hamil trimester III dengan besar sampel sebanyak 35 orang pada masing-masing kelompok perlakuan, sehingga total sampel

yang digunakan 70 orang menggunakan purposive sampling.

Dalam penelitian ini terdiri dua kelompok yaitu kelompok intervensi yang diberi media promosi ular tangga versi ASI eksklusif, sedangkan kelompok kontrol menggunakan media leaflet. Sebelum diberi perlakuan, ibu hamil mengisi kuesioner pretest. Ibu hamil mengamati dan membaca media promosi ular tangga versi ASI eksklusif kemudian diberikan kuesioner posttest. Begitu pula kelompok kontrol yang diberikan media leaflet ASI eksklusif. Pengumpulan data menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah perlakuan di hari yang sama. Kuesioner pengetahuan terdiri 15 butir pertanyaan sedangkan kesiapan 30 butir pertanyaan dengan menggunakan skala ukur numerik.

Analisis data menggunakan komputer dengan aplikasi SPSS versi 26 yang berlisensi. Dilakukan Uji uji Shapiro-wilk dan uji levene test. Analisis univariat pada variabel karakteristik responden meliputi usia dan frekuensi pemeriksaan kehamilan menggunakan tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat pada variabel pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan dan variabel kesiapan sebelum dan sesudah menggunakan uji wilcoxon karena data tidak berdistribusi normal. Analisa bivariat pada variabel pengetahuan sesudah perlakuan dan variabel kesiapan sesudah perlakuan antara intervensi dengan kontrol menggunakan uji statistik yaitu uji T tidak berpasangan yang telah memenuhi syarat normalitas data dan homogenitas. Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik penelitian kesehatan dengan nomor 026/III/KE.PE/2022 yang dikeluarkan oleh komite etik penelitian kesehatan Poltekkes Kemenkes Palangkaraya.

HASIL PENELITIAN

Penyajian Hasil penelitian diberikan dalam bentuk tabel berikut ini:

Tabel 1. Karakter Partisipan

Karakteristik	Mean	Min-Max
Usia	28	21-32
Frekuensi Periksa Kehamilan	5	4-6

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata rata usia partisipan 28 tahun dan rata rata melakukan periksa kehamilan 5 kali

Tabel 2. Perbedaan Pengetahuan dan kesiapan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol saat sebelum dan sesudah perlakuan

Variabel	Mean Pretes	Mean Postes	Selisih Mean	P Value
Pengetahuan				
Perlakuan	3,6	9,1	5,5	0,000
Kontrol	3,8	6,1	2,3	0,000
Kesiapan				
Perlakuan	4,9	14,7	9,8	0,000
Kontrol	5,0	12,1	7,1	0,000

Tabel 2 menunjukkan selisih rata-rata variabel pengetahuan kelompok perlakuan (5,5) lebih tinggi daripada kelompok kontrol (2,3). Begitu pula selisih rata rata variabel kesiapan kelompok perlakuan (9,8) lebih tinggi daripada

kelompok kontrol (7,1). Dari tabel tersebut juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol baik variabel pengetahuan maupun variabel kesiapan nilai $p=0,000(<0,05)$.

Tabel 3. Perbedaan Pengaruh Media Promosi Ular Tangga vs Leaflet ASI eksklusif Terhadap Pengetahuan dan Kesiapan Ibu

Variabel	Mean	SD	Pvalue
Pengetahuan			
Perlakuan	9,1	1,7	0,000
Kontrol	6,1	1,7	
Kesiapan			
Perlakuan	14,7	2,6	0,000
Kontrol	12,1	3,1	

Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh media promosi kesehatan ular tangga dengan leaflet ASI eksklusif terhadap variabel pengetahuan dan kesiapan yang signifikan dengan nilai $p=0,000(<0,05)$.

PEMBAHASAN

Perbedaan Pengaruh Media Promosi Kesehatan Ular Tangga dengan Leaflet Terhadap Pengetahuan ibu mengenai Pemberian ASI eksklusif

Dari hasil penelitian ini didapat perbedaan pengaruh antara media promosi kesehatan ular tangga versi ASI eksklusif dengan leaflet terhadap pengetahuan ibu mengenai ASI eksklusif. Sebelum dilakukan perlakuan, kedua kelompok memiliki nilai tengah yang sama dari variabel pengetahuan yaitu 4. Setelah diberikan perlakuan, kedua kelompok mengalami kenaikan rata-rata yang berbeda. Untuk kelompok yang diberi media promosi kesehatan ular tangga rata-rata nilai pengetahuannya lebih besar (9,1) daripada nilai rata-rata kelompok leaflet (6,1). Dari hal ini, dapat diketahui bahwa ibu lebih memahami informasi mengenai ASI eksklusif yang disampaikan melalui media ular tangga yang dominan terlihat variasi gambar yang menarik dibandingkan leaflet yang dominansi tulisan.

Dalam penelitian Suhertusi, media leaflet memberikan pengaruh pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif (Suhertusi et al., 2015). Media leaflet adalah media yang dominansi memperlihatkan informasi dalam bentuk tulisan sedangkan dalam media ular tangga, ibu diperlihatkan gambar secara visual yang menarik mengenai ASI eksklusif. Sesuai dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa ibu bisa mengenal informasi/masalah kesehatan melihat gambar yang tertera di ular tangga (Rahmawati & Fitriyah, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang mengatakan bahwa ular tangga merupakan media yang menarik sehingga lebih mudah terfokus menerima informasi yang pada akhirnya mudah melekat dalam memory (Wulanyani, 2014). Ibu yang mendapatkan promosi kesehatan mengenai pemberian ASI eksklusif menggunakan media ular tangga mampu mengerjakan soal posttest lebih baik daripada ibu yang mendapatkan media leaflet karena daya ingat dari visual media ular tangga lebih baik daripada daya ingat dari sumber tulisan. Kelebihan dalam media ular tangga adalah pola kognitif sebagai hasil mendapat informasi yang lebih stabil dan tersusun sehingga terus dalam ingatan. Hal ini akan membuat informasi yang

diperoleh dari media ular tangga lebih mudah diingat jika berhadapan dalam suatu permasalahan seputar pemberian ASI eksklusif.

Media promosi kesehatan yang mampu merangsang lebih dari satu panca indera seperti ular tangga akan lebih efektif daripada hanya memanfaatkan satu indera saja seperti hanya tulisan dalam leaflet. Hal ini sesuai dengan teori bahwa membaca mendapat ingatan sepuluh persen dari materi, mendengar mendapatkan duapuluh persen, melihat mendapatkan tiga puluh persen, mendengar sekaligus melihat mendapatkan lima puluh persen dari materi (Wibowo & Suryani, 2013). Hadiah dalam media ular tangga ini berbentuk pernyataan atau gambar yang tertulis dan tergambar di kotak paling akhir berupa kalimat penghargaan pada seorang ibu yang berhasil memberikan ASI secara eksklusif. Hal ini memotivasi ibu serta memberi ingatan yang mendalam mengenai ASI eksklusif. Kalimat positif ini dapat membantu ibu dalam mengingat informasi.

Dari beberapa penelitian didapatkan bahwa media promosi Kesehatan berupa ular tangga efektif dalam meningkatkan pengetahuan partisipan. Pengembangan media ular tangga dimanfaatkan sebagai media edukasi untuk meningkatkan pengetahuan (Daryanti & Triana, 2020; Handayani et al., 2018; Kurnia et al., 2018; Nurzihan et al., 2020; Widiana & Parera, 2019).

Perbedaan Pengaruh Media Promosi Kesehatan Ular Tangga dengan Terhadap Kesiapan Ibu hamil mengenai Pemberian ASI eksklusif

Hasil penelitian didapat bahwa terdapat perbedaan pengaruh antara penggunaan media promosi kesehatan ular tangga versi ASI eksklusif dengan leaflet terhadap kesiapan ibu mengenai pemberian ASI eksklusif. Sebelum dilakukan perlakuan, kedua kelompok memiliki nilai tengah yang sama dari variabel pengetahuan yaitu 5. Setelah diberikan perlakuan, kedua kelompok mengalami kenaikan rata rata nilai kesiapan yang berbeda. Untuk kelompok yang diberi media promosi kesehatan ular tangga rata rata nilai kesiapannya lebih besar (14,7) daripada nilai rata rata rata kelompok leaflet (12,1). Dapat diketahui bahwa ibu lebih siap memberikan ASI eksklusif pada kelompok ular tangga dibandingkan kelompok leaflet. Hasil penelitian lain menyebutkan penggunaan media yang berisi gambar lebih efektif dalam promosi kesehatan. Media ular tangga lebih menghibur dan interaktif dengan cara yang positif (Rahmawati & Fitriyah, 2020).

Hasil penelitian ini beriringan pula dengan penelitian lainnya bahwa ular tangga dikembangkan sebagai media pembelajaran mengenai penghargaan. Simbol ular dalam media ular tangga mempresentasikan keputusan yang kurang baik, sedangkan simbol tangga mempresentasikan keputusan yang bermoral dan baik. Permainan ular tangga memberikan semacam pembelajaran mengenai budi pekerti. Budi pekerti yaitu bahwa perbuatan baik akan memperoleh kebaikan sedangkan perbuatan kurang baik mendapat sangsi (Wulanyani, 2014). Perasaan positif akan meningkatkan motivasi dan kesiapan ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif (Wulanyani, 2014). Perbedaan antara media promosi ular tangga dengan leaflet salah satunya adalah di akhir kotak dalam ular tangga terdapat kalimat penghargaan kepada ibu yang dapat menyusui ASI secara eksklusif. Hal tersebut dapat mendorong untuk siap menyusui secara eksklusif. Jika saat hamil ibu siap memberikan ASInya secara eksklusif harapannya pula berhasil saat masa menyusui.

Kelebihan dalam media ular tangga adalah pola kognitif yang diperoleh sebagai hasil mendapat informasi yang lebih stabil sehingga mudah diingat. Hal ini akan membuat informasi yang diperoleh dari media ular tangga lebih mudah diingat kembali apa yang telah didapat jika dihadapkan dalam suatu permasalahan. Dalam media

promosi ular tangga apabila ibu membuat keputusan yang kurang tepat, ibu akan mendapat hukuman dalam simbol ular dan turun ke level bawah dari kotak yang ada. Hal ini membuat ibu lebih mengingat tindakan-tindakan yang kurang tepat seputar pemberian ASI eksklusif sehingga agar menghindari hal tersebut ibu lebih mempersiapkan dalam menyusui secara eksklusif. Hal ini didukung dengan penelitian lain bahwa mempersiapkan psikologi ibu semenjak hamil mengenai pemberian ASI eksklusif maka ibu akan lebih siap sehingga dapat meningkatkan capaian ASI eksklusif (Rinata & Syahilda Hamdi, 2016).

Strategi kesiapan pemberian ASI eksklusif bisa dilakukan mulai semasa hamil (Fitriani & Syahputri, 2019). Selain itu, promosi tentang ASI eksklusif memberi efek pada pengetahuan ibu (Merdhika et al., 2014). Jika ibu mempunyai ilmu yang cukup mengenai pemberian ASI eksklusif, ini akan memberi efek terhadap kesiapan dalam memberikan ASI eksklusif. Ibu akan siap secara fisik maupun psikis dalam menyusui secara eksklusif (Wahyuningsih, 2021). Penelitian lainnya menyebutkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan ibu hamil dengan kesiapan menyusui (Sianturi et al., 2020). Ibu yang mempunyai pengetahuan yang lebih baik akan lebih siap dalam menyusui secara eksklusif. Pengetahuan kelompok ibu yang memperoleh media promosi kesehatan ular tangga lebih baik daripada kelompok ibu yang memperoleh media promosi kesehatan leaflet sehingga kesiapan ibu kelompok ular tangga lebih baik daripada kelompok leaflet.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian yaitu pengaruh media promosi kesehatan menggunakan ular tangga versi ASI eksklusif lebih baik daripada leaflet ASI eksklusif terhadap variabel pengetahuan dan kesiapan ibu tentang pemberian ASI eksklusif. Dengan demikian disarankan agar sebaiknya media promosi kesehatan ular tangga versi ASI eksklusif mulai digunakan dibandingkan leaflet.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang tak terhingga disampaikan kepada penyelenggara Hibah Simlitabkes tahun 2021, BPPSDMK, Poltekkes Kemenkes Palangkaraya yang telah memberikan kesempatan dan bantuan dana serta dukungan kepada peneliti, Puskesmas Menteng yang telah memberikan ijin tempat penelitian dan dukungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Daryanti, M. S., & Triana, I. (2020). Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Tentang HIV / AIDS pada Siswa di SMAN 1 Gamping Yogyakarta. *Jurnal JKFT*, 5(2), 46–53. Retrieved from <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/view/3921/0>
- Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya. (2021). *Profil Kesehatan Kota Palangka Raya tahun 2019*. <https://dinkes.palangkaraya.go.id/donlod/2641/>
- Fitriani, F., & Syahputri, V. N. (2019). Strategi Kesiapan Pemberian Asi Eksklusif Melalui Breast Care Pada Ibu Primigravida. *J-Kesmas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat (The Indonesian Journal of Public Health)*, 5(2), 52. <https://doi.org/10.35308/j-kesmas.v5i2.1152>
- Handayani, I., Lubis, Z., & Aritinang, E. Y. (2018). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Tentang Buah dan Sayur pada Siswa MTS-S Almanar Kecamatan Hampan Perak. *Penel Dosen Prodi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara Email*., 3(1), 115–123. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/kesmas/article/view/1485>

- Karana, K. P. (2020). *Pekan Menyusui Dunia: UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19*. <https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyserukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menyusui-di-indonesia-selama-covid-19>
- Kemendes RI. (2019). *Pedoman Pekan ASI sedunia (PAS) tahun 2019*. https://kesmas.kemdes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/BUKU-PEDOMAN_PAS-2019_1385.pdf
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019*. <https://www.kemdes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-profil-kesehatan.html>
- Kementerian Kesehatan. (2018). *Manfaat ASI Eksklusif untuk Ibu dan Bayi*. <https://promkes.kemdes.go.id/manfaat-asi-eksklusif-untuk-ibu-dan-bayi>
- Kurnia, A. R., Susilo, M. T., & Mardiana. (2018). Pengembangan Ular Tangga Gizi Seimbang Sebagai Media Edukasi Tumpeng Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Dunia Gizi*, 1(2), 65–70. Retrieved from <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jdg/article/view/2941>
- Merdhika, W. A. R., Mardji, & Devi, M. (2014). Pengaruh Penyuluhan ASI Eksklusif terhadap Pengetahuan Ibu tentang ASI Eksklusif dan Sikap Ibu Menyusui di Kecamatan Kanigoro Kabupaten Blitar. *Teknologi Dan Kejuruan*, 37(1), 65–72. <http://journal.um.ac.id/index.php/teknologi-kejuruan/article/view/4108>
- Mufdillah, Subijanto, Sutisna, E. &, & Akhyar, M. (2017). Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif. *Peduli ASI Eksklusif; Yogyakarta*, 0–38. [http://digilib.unisayogya.ac.id/4083/1/Pedoman malu tidak memberikan ASI eksklusif 10 jan 2017.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/4083/1/Pedoman%20malu%20tidak%20memberikan%20ASI%20eksklusif%2010%20jan%202017.pdf)
- Noorbaya, S., Llyod, S. S., & Putri, Y. E. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Rendahnya Cakupan Asi Eksklusif Pada Bayi Umur 0-6 Bulan Di Bidan Praktik Salasiah Gun Kecamatan Palaran Samarinda Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*. 5(2), 68–72. Retrieved from <http://jurnal.akbidmm.ac.id/index.php/jkmm/article/view/19>
- Nurzihan, N. C., Prasetyo, B., & Ismawanti, Z. (2020). *Original Article Pengaruh Penyuluhan Media Ular Tangga Terhadap Pengetahuan 13 Pesan Umum Gizi Seimbang Pada Remaja The Effect of Counseling Snake Media on Knowledge 13 General of Balanced Nutrition in Adolescent*. 3(2), 99–104. Retrieved from <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jdg/article/view/4722>
- Paramita, A., Asyah, N., Lestari, D., & Aimanah, I. U. (2015). Practice of Exclusive Breastfeeding Program in 2013 at Puskesmas of Probolinggo City (A Case Study in Kedopok. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 18(17), 267–276. <https://www.neliti.com/id/publications/20952/practice-of-exclusive-breast-feeding-program-in-2013-at-puskesmas-of-probolinggo>
- Pemerintah Indonesia. (2012). *Peraturan Pemerintah Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*. 32. Retrieved from <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/5245/pp-no-33-tahun-2012>
- Rahmawati, A., & Fitriyah, S. (2020). Efektivitas Media Permainan Ular Tangga Terhadap Sikap Siswa Dalam Membuang Sampah. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(3), 183–186. <https://doi.org/10.56338/mppki.v3i3.1136>
- Rinata, E., & Syahilda Hamdi, H. P. (2016). Persiapan Asi Eksklusif Ibu Hamil Di Rb Eva Candi Sidoarjo. *Midwifery*, 1(2), 125. <https://doi.org/10.21070/mid.v1i2.356>
- Santi, M. Y. (2017). Upaya Peningkatan Cakupan Asi Eksklusif Dan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). *Kesmas Indonesia*, 9(1), 77. <https://doi.org/10.20884/1.ki.2017.9.1.230>
- Sianturi, D., Aisyah, S., & Kabar, S. (2020). Faktor yang memengaruhi Ibu hamil Trimester III dengan Kesiapan Melakukan Breastfeeding di Klinik Pratama Niar. *Jurnal Persepsi Psikologi*. 1(2), 51–60. Retrieved from <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jpp/article/view/4893>

- Suhertusi, B., Desmiwarti, D., & Nurjasm, E. (2015). Pengaruh Media Promosi Kesehatan tentang ASI Eksklusif terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Begalung Padang Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 17–22. <https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.177>
- Wahyuningsih, M. (2021). Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ASI dan persiapan menyusui eksklusif. *Educate: Journal of Community Service in Education*. 1(1), 20–25. Retrieved from <https://journal.univetbantara.ac.id/index.php/educate/article/view/1799>
- Wibowo, S., & Suryani, D. (2013). Pengaruh Promosi Kesehatan Metode Audio Visual Dan Metode Buku Saku Terhadap Peningkatan Pengetahuan Penggunaan Monosodium Glutamat (Msg) Pada Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 7(2), 67–74. <https://doi.org/10.12928/kesmas.v7i2.1040>
- Widiana, I. W., & Parera, N. P. G. (2019). Media Permainan Ular Tangga Untuk Pengetahuan Ipa. *Journal of Education Technology*. 3, 315–322. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JET/article/view/22556>
- Widodo, Y. (2014). Cakupan Pemberian Asi Eksklusif: Akurasi Dan Interpretasi Data Survei Dan Laporan Program. *Gizi Indonesia*, 34(2), 101–108. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v34i2.106>
- Wijayanti, A., Hidayah, M., Fatiah, G., Luther, M., Dwi, S., Febrina, T., Heriny, Irawan, D., Linda, Afifah, E. O., & Oktoras, R. (2021). Profil Kesehatan Kota Palangka Raya Tahun 2020. In *Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya*. Retrieved from <https://dinkes.palangkaraya.go.id/download/>
- Wulanyani, N. made swasti. (2014). Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan melalui Permainan Ular Tangga. *Jurnal Psikologi*, 40(2), 181–192. Retrieved from <https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/6976>