

**TINGKAT PENGETAHUAN IBU MUDA GEN Z
TENTANG ASI EKSKLUSIF DI DESA KRENCENG
KECAMATAN KEPUNG KABUPATEN KEDIRI**

TUGAS AKHIR

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep.)
Pada Program Studi D-III Keperawatan



Oleh:

NIYAN AYU SAHARANI

NPM: 2225050005

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI INDONESIA
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir Oleh :

NIYAN AYU SAHARANI
NPM: 2225050005

Judul :

**TINGKAT PENGETAHUAN IBU MUDA GEN Z
TENTANG ASI EKSKLUSIF DI DESA KRENCENG
KECAMATAN KEPUNG KABUPATEN KEDIRI**

Telah disetujui untuk diajukan kepada Panitia Ujian Tugas Akhir
Program Studi D-III Keperawatan FIKS
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : 02 Juli 2025

Pembimbing I



Susi Erna Wati, S.Kep. Ns., M.Kes.
NIDN. 0709108202

Pembimbing II



Siti Aizah, S.Kep. Ns., M.Kes.
NIDN. 0714047701

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Oleh :
NIYAN AYU SAHARANI
NPM: 2225050005

Judul

TINGKAT PENGETAHUAN IBU MUDA GEN Z TENTANG ASI EKSKLUSIF DI DESA KRENCENG KECAMATAN KEPUNG KABUPATEN KEDIRI

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Tugas akhir
Program Studi D III Keperawatan FIKS UN PGRI Kediri Pada
tanggal : 10 Juli 2025

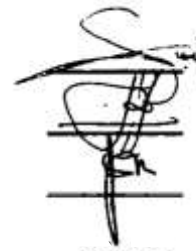
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji

Ketua : Susi Erna Wati, S.Kep. Ns., M.Kes.

Penguji I : Norma Risnasari, S.Kep. Ns., M.Kes.

Penguji II: Siti Aizah, S.Kep. Ns., M.Kes.



Mengetahui,
Dekan FIKS
UNIVERSITAS PGRI KEDIRI
Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or
NIDN. 0703098802

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

N a m a : Niyan Ayu Saharani
Jenis kelamin : Perempuan
Tempat, tanggal lahir : Kediri, 28 Desember 2003
NPM : 2225050005
Fak/Prodi : Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Sains/Keperawatan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar diploma di institusi lain, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja dan tertulis mengacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 10 Juli 2025
Yang menyatakan,

A 10,000 Rupiah Indonesian revenue stamp (Meterai Pajak) with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text "10000", "METRAI PAJAK", and "TERANG". The serial number "45DADAJX013524298" is visible at the bottom.

NIYAN AYU SAHARANI
NPM. 2225050005

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

"Dunia tidak berkewajiban mengerti kita, tapi kita punya pilihan untuk memahami dunia dan menjadi lebih kuat karenanya."

(Achmad Nubhan)

PERSEMBAHAN :

Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati, karya sederhana ini saya persembahkan untuk:

1. Ibu saya tercinta, Kusmiati, yang selalu mendoakan dan memberikan kasih sayang tanpa henti.
2. Ayah saya yang terkasih Achmad Nubhan, atas segala dukungan baik secara materil maupun moril yang telah membantu saya melewati setiap tantangan selama menempuh pendidikan.
3. Almarhumah nenek saya, Gemi, yang menjadi inspirasi dan penyemangat saya untuk terus berjuang dan menyelesaikan studi ini.
4. Dania Fitri Rahawati, sahabat saya selama kuliah, yang selalu memberikan dukungan dan kebersamaan dalam setiap suka dan duka.
5. Diri saya sendiri, Niyan Ayu Saharani yang telah bertahan sejauh ini, melewati segala rintangan, rasa lelah, dan keraguan. Terima kasih karena tidak menyerah, karena terus melangkah dan belajar percaya bahwa setiap proses punya makna yang indah.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Diploma 3 Keperawatan Universitas Nusantara PGRI Kediri

Karya tulis ini dapat tersusun dengan baik berkat dukungan, arahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, saya menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd., selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri, yang telah memberikan fasilitas dan lingkungan akademik yang kondusif bagi mahasiswa.
2. Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, atas arahan dan kebijakan yang mendukung proses pembelajaran.
3. Bapak Nur Huda selaku Kepala Desa Krenceng yang telah memberikan izin dan dukungan penuh selama pelaksanaan penelitian di wilayah Desa Krenceng.
4. Endah Tri Wijayanti, M.Kep., Ns., selaku Kepala Program Studi Keperawatan sekaligus Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan, saran, dan motivasi selama penyusunan karya tulis ini.
5. Susi Erna Wati, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing KTI 1, atas bimbingan dan arahnya yang sangat berarti.
6. Siti Aizah, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Dosen Pembimbing KTI 2, atas bantuan dan dukungannya dalam menyelesaikan karya tulis ini.
7. Abu Bakar, S.Pd selaku Staff Admin Program Studi Keperawatan yang telah memberikan bantuan dan kemudahan dalam pengurusan administrasi serta mendukung kelancaran proses penelitian ini.

8. Para responden yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan informasi, serta bekerja sama dengan baik sehingga data yang dibutuhkan dalam penelitian ini dapat terkumpul dengan lengkap dan akurat

Saya menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saya dengan hati terbuka menerima segala kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan karya ini di masa mendatang. Semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan dunia keperawatan pada umumnya.

Kediri, 02 Juli 2025



NIYAN AYU SAHARANI

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	I
HALAMAN PERSETUJUAN	II
LEMBAR PENGESAHAN	III
SURAT PERNYATAAN.....	IV
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	V
KATA PENGANTAR	VI
DAFTAR ISI	VIII
DAFTAR TABEL	X
DAFTAR GAMBAR	XI
DAFTAR LAMPIRAN	XII
ABSTRAK.....	XIII
ABSTRACT	XIV
BAB 1PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH	3
C. TUJUAN UMUM.....	3
D. TUJUAN KHUSUS.....	3
E. MANFAAT	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. KONSEP DASAR ASI EKSKLUSIF	6
B. KONSEP GENERASI Z.....	9
C. KONSEP PENGETAHUAN	10
D. FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF	14
E. LANDASAN TEORI	16
F. KERANGKA BERPIKIR	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	20
A. DESAIN PENELITIAN	20

B. DEFINISI OPERASIONAL	20
C. INSTRUMEN PENELITIAN	20
D. TEMPAT DAN JADWAL PENELITIAN	21
E. POPULASI DAN SAMPEL	22
F. SUBJEK PENELITIAN	22
G. PROSEDUR PENELITIAN	23
H. PENGOLAHAN DATA	25
I. TEKNIK ANALISA DATA	26
J. TEKNIK PENYAJIAN DATA	27
K. ETIKA PENELITIAN	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	29
A. HASIL PENELITIAN	29
B. PEMBAHASAN	33
C. KETERBATASAN PENELITIAN	40
BAB V PENUTUP	41
A. KESIMPULAN	41
B. SARAN	41
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	20
Tabel 4. 1 Hasil Tingkat Pengetahuan Ibu Muda Gen Z Tentang ASI Eksklusif	31
Tabel 4. 2 Hasil Tingkat Pengetahuan Ibu Muda Gen Z Tentang Manfaat Pemberian ASI Eksklusif	31
Tabel 4. 3 Hasil Tingkat Pengetahuan Ibu Muda Gen Z Tentang Faktor faktor Yang Mempengaruhi Praktik Pemberian ASI Eksklusif	32
Tabel 4. 4 Hasil Tingkat Pengetahuan Ibu Muda Gen Z Tentang Pemberian ASI Eksklusif	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1	Kerangka Berpikir Tingkat Pengetahuan Ibu Muda Gen Z Dalam Pemberian ASI Eksklusif	19
-------------------	--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi-Kisi dan Skoring Soal.....	48
Lampiran 2 Instrumen Penelitian.....	50
Lampiran 3 Data Tabulasi Mentah	54
Lampiran 4 Dokumentasi	56
Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Permintaan Data Awal.....	60
Lampiran 6 Surat Balasan Dinas Kesehatan.....	61
Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian	62
Lampiran 8 Surat Balasan Bakesbangpol	63

ABSTRAK

NIYAN AYU SAHARANI Tingkat Pengetahuan Ibu Muda Gen Z Dalam Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Krenceng Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri, Tugas Akhir, Prodi D-III Keperawatan, FIKS UN PGRI Kediri, 2025

Introduction : ASI eksklusif merupakan pemberian ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Ibu muda dari Generasi Z memiliki potensi besar dalam penerapan ASI eksklusif karena keterbukaan terhadap informasi digital. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu muda Gen Z tentang pemberian ASI eksklusif di Desa Krenceng, Kecamatan Kepung, Kabupaten Kediri.

Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan instrumen berupa kuesioner pilihan ganda meliputi pengertian, manfaat, faktor - faktor yang memengaruhi pemberian ASI Eksklusif. Penelitian dilakukan pada tanggal 4–6 Juni 2025 di Desa Krenceng dengan jumlah responden sebanyak 15 ibu muda berusia 18–27 tahun yang memiliki bayi usia 0–6 bulan dan memenuhi kriteria inklusi.

Result : Hasil menunjukkan sebanyak 14 (99%) responden memiliki pengetahuan dalam kategori baik, sedangkan 1 (1%) berada dalam kategori cukup tentang pengetahuan dalam pemberian ASI Eksklusif. Mayoritas responden mengetahui definisi, manfaat, serta faktor yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif.

Analisis : Tingginya pengetahuan ibu muda dipengaruhi oleh akses informasi melalui media digital, penyuluhan dari tenaga kesehatan, serta karakteristik Gen Z yang aktif mencari informasi. Data menunjukkan hubungan antara paparan informasi dan tingkat pengetahuan yang baik.

Discuss : Pengetahuan yang baik perlu didukung oleh pendampingan praktis. Dukungan keluarga, keterampilan menyusui, dan penyuluhan berbasis teknologi berperan penting dalam penerapan ASI eksklusif secara maksimal. Edukasi digital yang terarah dapat membantu pemerataan informasi di kalangan ibu muda Gen Z

Kata Kunci: Tingkat pengetahuan, ASI eksklusif, Ibu Muda Generasi Z.

ABSTRACT

NIYAN AYU SAHARANI The Knowledge Level of Generation Z Young Mothers in Providing Exclusive Breastfeeding in Krenceng Village, Kepung Subdistrict, Kediri Regency, Final Project, D-III Nursing Program, FIKS UN PGRI Kediri, 2025.

Introduction : Exclusive breastfeeding is the practice of giving only breast milk without any additional food or drink for the first six months of a baby's life. Young mothers from Generation Z have great potential in implementing exclusive breastfeeding due to their openness to digital information. This study aims to determine the level of knowledge among Gen Z mothers about exclusive breastfeeding in Krenceng Village, Kepung District, Kediri Regency.

Method : This study used a descriptive quantitative approach with a multiple-choice questionnaire as the research instrument, covering understanding, benefits, and factors influencing exclusive breastfeeding. The research was conducted on June 4–6, 2025, in Krenceng Village with a total of 15 respondents—young mothers aged 18–27 years who had infants aged 0–6 months and met the inclusion criteria.

Result : The results showed that 14 (99%) of respondents had a good level of knowledge, while 1 (1%) were in the fair category regarding exclusive breastfeeding. Most respondents know the definition, benefits, and influencing factors of exclusive breastfeeding.

Analysis : The high level of knowledge among young mothers is influenced by access to digital media, health worker counseling, and the characteristic of Generation Z as active information seekers. The data indicate a relationship between information exposure and a good level of knowledge.

Discussion : Good knowledge needs to be supported by practical assistance. Family support, breastfeeding skills, and technology-based education play a crucial role in the successful implementation of exclusive breastfeeding. Well-directed digital education can help disseminate information evenly among Generation Z mothers

Keywords: Knowledge level, exclusive breastfeeding, Generation Z young mothers.

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

ASI eksklusif merupakan pemberian Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi tanpa tambahan makanan maupun minuman lain, kecuali obat atau vitamin yang direkomendasikan jika diperlukan. ASI adalah sumber nutrisi utama yang tidak tergantikan, berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, khususnya selama enam bulan pertama kehidupan. Pada periode ini, ASI menjadi fondasi utama yang memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan dan perkembangan optimal anak hingga usia dua tahun. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Generasi Z, yang lahir antara tahun 1997 dan 2012, tumbuh dalam era digital dan memiliki karakteristik yang berbeda dari generasi sebelumnya (Haryana et al., 2023). Mereka dikenal sebagai individu yang kreatif, inovatif, ambisius, dan sangat terhubung dengan teknologi (Tempo.co, 2023). Sebagai ibu muda, Generasi Z memiliki kecenderungan untuk mencari informasi kesehatan melalui platform digital dan media sosial. Kemudahan akses informasi ini memberikan peluang besar untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang ASI eksklusif (Deswani et al., 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang menerima ASI eksklusif memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik dan risiko stunting yang lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang tidak diberi ASI eksklusif (Kamilah et al., 2024).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sebanyak 68,6% bayi usia 0–5 bulan di Indonesia mendapat ASI eksklusif, hal ini mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya. Di Jawa Timur, lebih dari 70% bayi di sebagian besar kabupaten/kota mendapat ASI eksklusif pada 2022, menunjukkan hasil positif program promosi ASI, meskipun tetap diperlukan upaya berkelanjutan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2022).

Di Kabupaten Kediri, cakupan ASI eksklusif bayi usia kurang dari 6 bulan mencapai 59,3% pada 2022, Di Kecamatan Kepung, capaian ASI Eksklusif pada tahun 2022 adalah 51,3% hasil tersebut hampir memenuhi target RPJM dan masih di bawah capaian provinsi dan nasional (Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri, 2022). Kondisi ini menjadi tantangan bagi pemerintah daerah, terutama dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif di kalangan ibu muda Generasi Z yang memiliki karakteristik dan pola akses informasi berbeda dibandingkan generasi sebelumnya.

Menyusui tidak hanya bermanfaat untuk kesehatan, proses menyusui juga dapat membantu mempererat hubungan emosional antara ibu dan bayi melalui kontak kulit dan interaksi yang terjadi saat menyusui. Hal ini memberikan rasa aman untuk bayi dan meningkatkan rasa percaya diri ibu (Khotimah et al., 2024). Menyusui tidak hanya bermanfaat untuk bayi, tetapi juga memberikan keuntungan kesehatan bagi ibu, seperti mengurangi risiko kanker payudara dan ovarium, serta membantu rahim ibu kembali ke ukuran semula setelah melahirkan (Riana, Jumiyati & Afni, 2024).

Pengetahuan ibu tentang manfaat, teknik, dan durasi pemberian ASI

eksklusif sangat penting untuk keberhasilan praktik ini. Tingkat pengetahuan ini tergantung pada faktor seperti pendidikan, pekerjaan, dan akses terhadap informasi (Susilawati & Mayasari, 2024). Generasi Z, meskipun memiliki akses yang luas ke informasi, masih mungkin menghadapi kesenjangan pengetahuan tentang ASI eksklusif. Informasi yang tidak akurat di media digital bisa menimbulkan kebingungan atau bahkan praktik yang salah (Tan, 2024). Selain itu, meskipun pengetahuan ibu sudah baik, kadang-kadang keterampilan praktis seperti menyusui dan manajemen laktasi masih kurang (Khusniyati & Purwati, 2024). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui seberapa baik pengetahuan ibu muda Generasi Z di Kota Kediri tentang ASI eksklusif agar bisa membuat program yang tepat untuk meningkatkan praktik ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah tingkat pengetahuan ibu muda generasi z tentang ASI eksklusif ?”

C. Tujuan umum

Memperoleh gambaran tingkat pengetahuan ibu muda generasi Z tentang ASI eksklusif Di Desa Krenceng Kecamatan Kepung Kabupaten Kediri.

D. Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu muda generasi Z tentang definisi ASI eksklusif.

2. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu muda generasi Z tentang manfaat pemberian ASI eksklusif.
3. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi praktik pemberian ASI eksklusif pada ibu muda generasi Z.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam memahami hubungan antara tingkat pengetahuan ibu muda generasi Z dengan praktik pemberian ASI eksklusif. Temuan penelitian ini juga dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif.

2. Manfaat Praktis:

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi panduan dalam memberikan edukasi dan promosi kesehatan tentang pentingnya ASI eksklusif kepada ibu muda, khususnya generasi Z.

b. Bagi Desa

Penelitian ini dapat menjadi dasar untuk merancang program promosi kesehatan yang lebih efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu muda tentang ASI eksklusif.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi bahan pembelajaran dan pengembangan

kurikulum yang relevan dalam bidang keperawatan, khususnya terkait kesehatan ibu dan anak.

d. Bagi Klien (Ibu Muda Generasi Z)

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu muda generasi Z mengenai manfaat dan pentingnya pemberian ASI eksklusif untuk kesehatan bayi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Hasil utama SKI 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/daftar-frequently-asked-question-seputar-hasil-utama-ski-2023/hasil-utama-ski-2023/>
- Deswani, D., Rahmawati, D. E., Mulyanti, Y., Syafdeyiyani, S., Ismail, R., & Djuwitaningsih, S. (2023). *Social media utilization and knowledge levels in exclusive breastfeeding among mothers in Indonesia*. *Healthcare in Low-resource Settings*, 12(1). <https://doi.org/10.4081/hls.2023.11765>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Kediri Tahun 2022*. Retrieved from https://dinkes.kedirikab.go.id/wp-content/uploads/2024/02/PROFILKES-KAB-KEDIRI-2022_NARASI_UP.pdf
- Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta. (2024, Agustus 5). *Kandungan gizi ASI dan pentingnya bagi kesehatan bayi*. Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta. Retrieved from <https://dinkes.jakarta.go.id/berita/read/kandungan-gizi-asi-dan-pentingnya-bagi-kesehatan-bayi>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2022*. Retrieved from <https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL%20KESEHATAN%20JATIM%202022.pdf>
- Fadhila, F. N. (2023). *Studi kualitatif faktor keberhasilan ASI eksklusif bagi ibu pekerja di wilayah kerja Puskesmas Brambangan Kabupaten Jombang*. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 3(1), 235–243. Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/GIZIUNESA/article/view/50527>
- Hapsari, Q. C., Rahfiludin, M. Z., & Pangestuti, D. R. (2021). *Hubungan asupan protein, status gizi ibu menyusui, dan kandungan protein pada air susu ibu (ASI): Telaah sistematis*. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(5), 372–378. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.5.372-378>
- Haryana, N. R., Rosmiati, R., Purba, E. M., & Firmansyah, H. (2023). *Gaya hidup Generasi Z dalam konteks perilaku makan, tingkat stres, kualitas tidur dan kaitannya dengan status gizi: Literature review*. *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, 4(2), 267–282. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v4i2.195>

- Juanta, P., Lim, O., Ferry, F., & Wijaya, D. (2025). *Pengaruh konten media sosial edukasi kesehatan terhadap perubahan perilaku hidup sehat pada Generasi Z*. *INSOLOGI: Jurnal Sains dan Teknologi*, 4(1), 1–14. <https://doi.org/10.55123/insologi.v4i1.4830>
- Kamilah, I., Nuryani, S., & Rofiqoh, R. (2024). *Persepsi keseriusan berdasarkan teori Health Belief Model dengan pemberian ASI eksklusif dalam pencegahan stunting*. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 10(1), 114–127. Retrieved from <https://jurnal.yarsdrsoetomo.ac.id/index.php/jmks/article/view/1851>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Memperlancar produksi ASI. Sehat Negeriku*. Retrieved from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/2024/memperlancar-produksi-asi>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023, Juni 28). *Ingin bayi tumbuh sehat dan cerdas? ASI eksklusif 6 bulan kuncinya*. *Ayo Sehat*. Retrieved from <https://ayosehat.kemkes.go.id/asi-eksklusif-6-bulan>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023, Juli 15). *Ketahui manfaat ASI eksklusif bagi bayi dan ibu*. *UPK Kemkes*. <https://upk.kemkes.go.id/new/ketahui-manfaat-asi-eksklusif-bagi-bayi-dan-ibu>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Penjelasan aturan susu formula bayi*. *Sehat Negeriku*. Retrieved from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/2024/penjelasan-aturan-susu-formula-bayi>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024, Mei 31). *Jaga kualitas nutrisi, ini rekomendasi terbaik pemberian ASI*. *Sehat Negeriku*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20240531/3145624/jaga-kualitas-nutrisi-ini-rekomendasi-terbaik-pemberian-asi/>
- Khotimah, K., et al. (2024). *Analisis manfaat pemberian ASI eksklusif bagi ibu menyusui dan perkembangan anak*. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2). <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505>
- Khusniyati, E., & Purwati, H. (2024). *Analisis efikasi diri menyusui (SADARI) pada ibu menyusui*. *Ghidza: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 5(1), 45–53. <https://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/ghidza/article/view/1217>
- Kusuma Dewi, P. D. P., Dwijayanti, L. A., Purnami, L. A., Watiningsih, A. P. W. P., Dewi, K. N. S., & Dewi, K. N. S. (2020). *Durasi pemberian ASI eksklusif terhadap morbiditas bayi dalam satu tahun pertama kehidupan di wilayah kerja*

- Puskesmas Sawan I. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 148–154.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.2402>
- Madur, A., Sari, B., & Pratama, D. (2024). Pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku hidup sehat remaja di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan Malahayati*, 10(2), 45–56.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v10i2.12345>
- Mustaqimmah, N., & Sari, N. D. (2021). Konsep diri Generasi Z pengguna aplikasi TikTok di Kabupaten Rokan Hulu. *Medium: Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Komunikasi*, 9(2), 148–166.
[https://doi.org/10.25299/medium.2021.vol9\(2\).8430](https://doi.org/10.25299/medium.2021.vol9(2).8430)
- Normaliani, N., Friscila, I., & Rizali, M. (2024). Pengaruh lama dan suhu penyimpanan terhadap tingkat keasaman ASI bertemperatur rendah. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 8(2), 118–126.
<https://doi.org/10.37294/jrkn.v8i2.585>
- Pratiwi, E. H., Yuliana, W., & Hikmawati, N. (2024). Hubungan tingkat pendidikan ibu dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 7–12 bulan di Desa Cepoko Puskesmas Sumber Kabupaten Probolinggo. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 146–158.
<https://doi.org/10.62085/ajk.v2i1.43>
- Purnama, B. E. (2024, Februari 11). Perempuan Gen Z ternyata cenderung ingin jadi ibu yang sempurna. *Media Indonesia*.
<https://mediaindonesia.com/humaniora/650710/perempuan-gen-z-ternyata-cenderung-ingin-jadi-ibu-yang-sempurna>
- Riana, H., Jumiyati, J., & Afni, N. (2024). Pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi bayi di Posyandu Kelurahan Ulunggolaka. *Jurnal Akademik Pengabdian Masyarakat*, 2(6), 89–99.
<https://doi.org/10.61722/japm.v2i6.2779>
- Rudianto, Z. N. (2022). Generation Z knowledge about health literature and mental awareness during pandemic. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 11(1), 57–72.
<https://doi.org/10.31290/jpk.v11i1.2843>
- Sabilla, M., Bahri, S., Ariasih, R. A., & Dzaljad, R. G. (2023). Peran dan persepsi ayah dalam mendukung pemberian ASI eksklusif: Sebuah perspektif Health Belief Model. *Jurnal Riset dan Pengembangan Kesehatan*, 5(2), 80–91.
<https://doi.org/10.15408/jrph.v5i2.37109>
- Susilawati, S., & Mayasari, D. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Batujaya Karawang. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(5), 600–610.

<https://doi.org/10.33024/hjk.v18i5.162>

Tan, T. S. Y. (2024, Mei 31). Mengharapkan Generasi Z melawan pembodohan kesehatan. *Kompas.com*.

<https://lifestyle.kompas.com/read/2024/05/31/094315220/mengharapkan-generasi-z-melawan-pembodohan-kesehatan>

Tempo.co. (2023, Oktober 12). Karakter Generasi Z yang unik dan berbeda dari pendahulunya menurut psikolog. *Tempo.co*. Retrieved from <https://www.tempo.co/gaya-hidup/karakter-generasi-z-yang-unik-dan-berbeda-dari-pendahulunya-menurut-psikolog-156504>

World Health Organization. (2023). Exclusive breastfeeding for optimal growth, development and health of infants.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/exclusive-breastfeeding>

World Health Organization. (2023, Agustus 1). Mothers need more support amid decline in Indonesia's breastfeeding rates.

<https://www.who.int/indonesia/news/detail/01-08-2023-mothers-need-more-support-amid-decline-in-indonesia-s-breastfeeding-rates>

Wulandari, A., Aizah, S., & Wati, S. E. (2022). *Efektifitas penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting di Posyandu Rambutan Desa Kedak Kecamatan Semen Kabupaten Kediri* [Diploma thesis, Universitas Nusantara PGRI Kediri]. Universitas Nusantara PGRI Kediri Repository. <https://repository.unpkediri.ac.id/8467>

Zubaida, A., Immawati, I., & Dewi, T. K. (2024). Penerapan pendidikan kesehatan tentang ASI eksklusif pada ibu menyusui di Puskesmas Iringmulyo Metro Timur. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(2), 194–200.

<https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/580>