



Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

Unit Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

<https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass>

E-ISSN: 2656-0364



BREAST CARE DAN PIJAT OKSITOSIN: PENDEKATAN HOLISTIK DALAM MENDUKUNG KEBERHASILAN ASI EKSKLUSIF

Dewi Aryanti*¹, Sofia Februanti², Tetik Nurhayati³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

³Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Indonesia

*e-mail: dewi.aryanti@dosen.poltekkestasikmalaya.ac.id¹

ABSTRACT

Breast milk production can be influenced by two factors, namely production and release. Breast milk production is influenced by hormone prolactin while release is influenced by hormone oxytocin. Oxytocin massage is one solution to overcome the irregularity of breast milk production. Postpartum Breast Care is a breast care for postpartum mothers in the form of massage which is very necessary to maintain cleanliness and maintain the smooth flow of breast milk. Combining two methods of oxytocin massage and Breast care is an effort to increase breast milk production so that mothers can provide exclusive breastfeeding. The purpose of this community service activity is to provide refresher training to health cadres in the Kersanagara Community Health Center area, Cibeureum District, Tasikmalaya City regarding Oxytocin Massage and breast care. The methods used are training for health cadres, Direct Assistance to Breastfeeding Mothers, Social Campaigns and Public Education about Exclusive Breastfeeding. The results of the implementation of the activities include an average pre-test score of 8.00, while the average post-test score of 8.40. Each cadre was able to re-convey breast care and oxytocin massage techniques to other cadres and effectively demonstrate them to breastfeeding mothers in the sub-district. Booklets and posters were distributed to community health centers as an effort to disseminate health information that can be utilized by the community in the Kersanagara Community Health Center's work area.

Keywords: breast care, breastmilk, oxytocin massage, postpartum

ABSTRAK

Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Breast Care postpartum merupakan suatu perawatan payudara pada ibu postpartum berupa masase/pemijatan yang sangat diperlukan untuk menjaga kebersihan dan mempertahankan kelancaran aliran ASI. Menggabungkan dua metode pijat oksitosin dan Breast care merupakan suatu upaya meningkatkan pengeluaran ASI sehingga ibu dapat memberikan ASI secara eksklusif. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan penyegaran pada kader kesehatan di wilayah Puskesmas Kersanagara Kecamatan Cibeureum Kota Tasikmalaya mengenai Pijat oksitosin dan breast care. Metode yang digunakan adalah pelatihan kepada kader kesehatan, Pendampingan Langsung kepada Ibu Menyusui, Kampanye Sosial dan Edukasi Publik tentang ASI Eksklusif. Hasil pelaksanaan

kegiatan antara lain rata-rata hasil skor pretest: 8,00, sedangkan rata-rata hasil skor posttest: 8,40. Setiap kader telah mampu menyampaikan Kembali teknik breast care dan pijat oksitosin pada kader anggota lainnya serta mendemontasikan secara efektif pada ibu menyusui di wilayah kelurahan tersebut. Booklet serta poster disampaikan pada puskesmas sebagai Upaya penyebarluasan informasi Kesehatan yang dapat dimanfaatkan oleh Masyarakat di wilayah kerja puskesmas Kersanagara.

Kata kunci: ASI, perawatan payudara, pijat oksitosin, postpartum

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan fondasi penting dalam tumbuh kembang bayi, serta menjadi indikator keberhasilan dalam upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak (World Health Organization, 2023). ASI eksklusif memberikan manfaat gizi optimal, perlindungan imunologis, serta membentuk ikatan emosional yang kuat antara ibu dan bayi. Namun, realisasi program ASI eksklusif di lapangan seringkali menghadapi berbagai tantangan, baik dari sisi ibu menyusui, dukungan keluarga, maupun keterbatasan pengetahuan para kader kesehatan sebagai pendamping langsung Masyarakat (Dinas Kesehatan, 2023).

Data yang diperoleh dari Puskesmas Kersanagara menunjukkan bahwa pada tahun 2022 terdapat sebanyak 195 bayi berusia kurang dari 6 bulan, dan dari jumlah tersebut, hanya 141 bayi (72,3%) yang mendapatkan ASI secara eksklusif. Artinya, terdapat 54 bayi (27,7%) yang tidak menerima ASI eksklusif sebagaimana direkomendasikan oleh WHO dan Kementerian Kesehatan RI. Angka ini mencerminkan adanya celah dalam edukasi, praktik laktasi, dan dukungan menyusui di masyarakat.

Berbagai faktor dapat mempengaruhi keberhasilan ASI eksklusif, antara lain: Ketidaknyamanan atau rasa nyeri pada payudara akibat pembengkakan atau penyumbatan saluran ASI; Kurangnya produksi ASI karena stres, kelelahan, atau teknik menyusui yang kurang tepat. Minimnya edukasi dan keterampilan kader kesehatan dalam memberikan pendampingan holistik pada ibu menyusui (Haliza, 2023; Nidaa & Krianto, 2022; Setyaningsih & Farapti, 2019).

Dalam konteks ini, peran kader kesehatan sangat vital sebagai ujung tombak promosi dan pendampingan kesehatan ibu dan anak (Husna et al., 2024; Nuari et al., 2020). Oleh karena itu, perlu adanya intervensi peningkatan kapasitas kader, khususnya dalam pendekatan holistik seperti *breast care* dan pijat oksitosin, yang terbukti efektif dalam merangsang produksi ASI serta mengurangi keluhan nyeri pada payudara.

Saat ini, salah satu prioritas dari Puskesmas Kersanagara adalah cakupan ASI eksklusif yang belum optimal. Meskipun data spesifik untuk Puskesmas Kersanagara pada tahun 2022 menunjukkan bahwa dari 195 bayi berusia kurang dari 6 bulan, sebanyak 141 bayi (72,3%) menerima ASI eksklusif, angka ini masih di bawah target nasional yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan, yaitu 80% (Dinas Kesehatan, 2023; UPTD Puskesmas Kersanagara, 2023).

Keterbatasan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Kesehatan: Kader kesehatan memiliki peran vital dalam mendukung dan mempromosikan pemberian ASI eksklusif (Husna et al., 2024; Nuari et al., 2020). Namun, keterbatasan pengetahuan dan keterampilan dalam teknik seperti perawatan payudara (*breast care*) dan pijat oksitosin dapat menghambat efektivitas mereka dalam memberikan pendampingan kepada ibu menyusui. Beberapa ibu menyusui mungkin menghadapi tantangan seperti produksi ASI yang rendah atau masalah laktasi lainnya. Tanpa edukasi yang memadai dan dukungan dari tenaga kesehatan, termasuk kader, ibu-ibu ini

mungkin beralih ke susu formula lebih awal, sehingga mengurangi angka pemberian ASI eksklusif. Dukungan dari keluarga, komunitas, dan tempat kerja sangat penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Namun, masih terdapat hambatan budaya dan sosial yang membuat ibu menyusui merasa kurang didukung dalam memberikan ASI eksklusif.

Tren global dan nasional menunjukkan adanya peningkatan kesadaran akan pentingnya ASI eksklusif. Namun, tantangan seperti urbanisasi, meningkatnya jumlah ibu bekerja, dan pengaruh promosi susu formula komersial masih menjadi hambatan signifikan. Di wilayah perkotaan seperti Tasikmalaya, ibu bekerja sering menghadapi dilema antara tuntutan pekerjaan dan kewajiban menyusui. Tanpa dukungan yang memadai dari lingkungan kerja dan komunitas, banyak ibu yang memilih untuk menghentikan pemberian ASI eksklusif lebih awal. Selain itu, meskipun kader kesehatan berperan sebagai ujung tombak dalam promosi kesehatan, tanpa pelatihan berkelanjutan dan peningkatan kapasitas, efektivitas mereka dalam mendukung program ASI eksklusif menjadi terbatas. Keterampilan seperti teknik pijat oksitosin dan perawatan payudara yang benar sangat diperlukan untuk membantu ibu mengatasi tantangan laktasi.

Berdasarkan permasalahan ini, intervensi yang dirancang dalam program pengabdian kepada masyarakat dapat lebih tepat sasaran, seperti melalui pelatihan intensif bagi kader kesehatan dalam teknik pendukung laktasi dan edukasi masyarakat tentang pentingnya ASI eksklusif.

METODE

Untuk mengatasi permasalahan tersebut secara sistematis, tim pengabdian menawarkan solusi terintegrasi melalui pelatihan dan pendampingan kader kesehatan mengenai teknik *breast care* dan pijat oksitosin yang terbukti dapat membantu memperlancar produksi dan pengeluaran ASI. Kegiatan ini akan disusun dalam tiga tahap utama:

a. Pelatihan Intensif *Breast Care* dan Pijat Oksitosin bagi Kader Kesehatan

Tujuan utama kegiatan ini adalah meningkatkan kapasitas kader kesehatan dalam melakukan teknik stimulasi laktasi secara holistik. Materi pelatihan mencakup:

- Edukasi tentang fisiologi laktasi, yaitu teknik perawatan payudara (*breast care*) untuk mengatasi masalah pembengkakan, nyeri, dan sumbatan ASI.
- Teknik pijat oksitosin untuk merangsang hormon oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI.
- Pengenalan pendekatan komunikasi efektif dengan ibu menyusui dan keluarga.
- Pelatihan dilaksanakan secara tatap muka selama dua hari dan difasilitasi oleh dosen dan konselor laktasi berpengalaman dari jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

b. Pendampingan Langsung kepada Ibu Menyusui

- Setelah pelatihan, kader melaksanakan kunjungan rumah kepada ibu menyusui di wilayahnya untuk mempraktikkan teknik yang telah dipelajari. Kegiatan ini bertujuan untuk: memberikan edukasi langsung mengenai manfaat ASI eksklusif; membantu ibu menyusui dalam mengatasi permasalahan laktasi; memotivasi keluarga agar turut mendukung keberhasilan ASI eksklusif.
- Tim dosen mendampingi kader dalam tahap awal pendampingan lapangan dan melakukan supervisi secara tidak langsung melalui *platform* WA group.

c. Kampanye Sosial dan Edukasi Publik tentang ASI Eksklusif

- Untuk meningkatkan dukungan lingkungan terhadap program menyusui, tim pengabdian telah mengadakan kampanye edukatif melalui: pemasangan poster dan leaflet di Puskesmas yang berisi tentang video edukasi terkait dengan pijat oksitosin dan breastcare yang dapat mendukung peningkatan kelancaran ASI.

Jenis Luaran yang dihasilkan dari Masing-masing Solusi

1. Luaran dari Pelatihan *Breast Care* dan Pijat Oksitosin
 - Modul pelatihan yang dapat digunakan kembali oleh Puskesmas.
 - Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader, yang dapat diukur melalui pre-test dan post-test.
 - Indikator terukur: Minimal 80% kader peserta pelatihan memperoleh nilai post-test ≥ 75 .
2. Luaran dari Kegiatan Pendampingan Ibu Menyusui
 - Laporan kunjungan kader yang mencakup data ibu menyusui, keluhan laktasi, intervensi yang dilakukan, dan hasilnya. Kader melaporkan minimal 1 keluarga yang telah dikunjungi untuk kegiatan edukasi dan penguatan program ASI eksklusif. Laporan disampaikan via *Whatsapp Group*
3. Luaran dari Kampanye Sosial
 - Leaflet dan poster edukatif tentang ASI eksklusif.
 - Indikator terukur: Distribusi 1 poster di fasilitas kesehatan di wilayah kerja puskesmas Kersanagara

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan pada 4 Juli dan 12 Juli 2025 di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dengan peserta 5 kader koordinator dari dua kelurahan di wilayah kerja Puskesmas Kersanagara. Kegiatan diawali dengan *brainstorming* serta diskusi interaktif mengenai kendala-kendala dalam proses menyusui serta pendekatan efektif efisien dalam penyelesaiannya. Diskusi berlangsung hangat dan menunjukkan masih banyaknya pengaruh factor social dan budaya dalam mensukseskan ASI eksklusif di Masyarakat. Selanjutnya, tim pengabdian Masyarakat melaksanakan pembekalan teori tentang anatomi payudara, fisiologi, menyusui dan dilanjutkan dengan praktik dan redemonstrasi keterampilan breast care dan pijat oksitosin, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test.

Setiap kader dibekali dengan booklet keterampilan pijat oksitosin dan breastcare serta alat dan bahan yang diperlukan dalam melaksanakan keterampilan tersebut. Hasil analisis pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah kegiatan dilaksanakan. Rata-rata skor pre-test: 8.00. Rata-rata skor post-test: 8.40. Rata-rata peningkatan: 0.40 poin (6.07%). Hasil ini terdapat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pre dan post-test pengetahuan mengenai pijat oksitosin dan breast care

Kader	Pre-Test	Post-Test	Peningkatan (%)
Kader 1	7	10	42.86%
Kader 2	8	8	0.00%
Kader 3	9	9	0.00%
Kader 4	8	9	12.50%
Kader 5	8	6	-25.00%

Monitoring dilakukan pada 13 dan 25 Juli 2025 di dua kelurahan, yaitu kelurahan kelurahan Karsanagara dan kelurahan Setiaratu. Setiap kader telah mampu menyampaikan Kembali teknik *breast care* dan pijat oksitosin pada kader anggota lainnya serta mendemontasikan secara efektif pada ibu menyusui di wilayah kelurahan tersebut. Booklet serta poster disampaikan pada puskesmas sebagai Upaya penyebarluasan informasi Kesehatan yang dapat dimanfaatkan oleh Masyarakat di wilayah kerja puskesmas Kersanagara.

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor sebesar 6,07%. Walaupun peningkatan ini terbilang moderat, terdapat variasi yang cukup lebar antar peserta, dimana beberapa kader menunjukkan peningkatan signifikan (hingga 42,86%), sementara satu peserta mengalami penurunan skor. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa factor, yaitu tingkat pemahaman awal yang beragam, di mana sebagian peserta sudah memiliki pengetahuan cukup baik sebelum pelatihan; faktor konsentrasi atau kondisi fisik peserta pada saat post-test yang mungkin memengaruhi hasil; metode pengajaran yang lebih efektif pada peserta visual-praktis, namun kurang maksimal bagi peserta yang lebih responsif terhadap diskusi atau teori (Machucho, 2025; Zhu & Han, 2011).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini membahas pula mengenai pengaruh social budaya yang dialami oleh setiap kelurahan. Faktor sosial dan budaya bukan hanya yang bersifat "luar" seperti tradisi dan mitos, tetapi juga mencakup dukungan keluarga, pendidikan, ekonomi, serta lingkungan sekitar. Dukungan komprehensif dari keluarga dan komunitas, serta edukasi berbasis budaya lokal yang tepat sangat penting untuk meningkatkan kesuksesan menyusui (Haliza, 2023; Lardo et, 2020; Nidaa & Krianto, 2022; Setyaningsih & Farapti, 2019)

Diskusi interaktif saat kegiatan mengungkapkan bahwa dukungan keluarga dan norma sosial di masyarakat menjadi faktor dominan keberhasilan ASI eksklusif. Beberapa peserta menyampaikan bahwa tekanan dari keluarga untuk memberikan susu formula seringkali menjadi penghambat (Setyaningsih & Farapti, 2019). Dengan adanya kader yang terlatih, diharapkan edukasi yang diberikan dapat mengubah persepsi masyarakat secara bertahap.

Dalam halnya evaluasi Tingkat pengetahuan kader, tidak seluruh kader mendapatkan nilai post-test >75%. Terdapat satu peserta kader yang mengalami penurunan Tingkat pengetahuan. Sebagai tindak lanjut, tim pengabdian melaksanakan penyamaan persepsi untuk mengantisipasi adanya mispersepsi terkait dengan materi pelatihan. Selain itu, meskipun nilai rata-rata tidak mengalami lonjakan drastis, kemampuan praktis kader dalam redemonstrasi teknik terpantau baik. Seluruh kader mampu melakukan pijat oksitosin dan *breast care* dengan benar, bahkan menyampaikan kembali pengetahuan tersebut kepada masyarakat pada sesi monitoring.

Sampai saat ini, sejalan dengan literatur yang menyebutkan bahwa pijat oksitosin merangsang refleks *let-down* melalui pelepasan hormon oksitosin (Ate Yuviska et al., 2022; Kunimi et al., 2022; Pinem et al., 2021; Rapaport et al., 2012; Sari et al., 2017; St. Subriani et al., 2019), serta *breast care* membantu mengurangi pembengkakan dan mempertahankan kelancaran aliran ASI, kegiatan ini berkontribusi terhadap peningkatan kapasitas kader sebagai agen perubahan di Masyarakat. Kontribusi kader di Masyarakat dapat memberikan solusi praktis bagi ibu yang mengalami hambatan dalam proses laktasi. Selanjutnya, kader dapat menjadi rujukan dalam memberikan edukasi mengenai ASI eksklusif yang akhirnya dapat mengurangi penggunaan susu formula yang tidak direkomendasikan oleh WHO (Traves, 2019; World Health Organization, 2023).

Monitoring yang dilakukan dalam kegiatan ini menunjukkan hasil positif, antara lain kader:

- Dapat menyampaikan kembali ilmu yang diperoleh pada kader lain di kelurahan.
- Mampu memberikan edukasi dan demonstrasi kepada ibu menyusui secara langsung.

- Menunjukkan keterampilan komunikasi yang lebih baik dalam memotivasi ibu untuk menyusui eksklusif.

Hal ini memperkuat argumen bahwa pelatihan berbasis praktik dengan supervisi lapangan (Shadrina Ramadhina, 2025), meskipun secara tidak langsung, lebih efektif dibandingkan pelatihan teoritis semata.

SIMPULAN

Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader koordinator dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif melalui pijat oksitosin dan *breast care*. Walaupun peningkatan skor tidak terlalu signifikan karena sebagian peserta memiliki pengetahuan awal yang baik, keterampilan praktis yang diperoleh dapat memberi dampak jangka panjang bagi masyarakat. Upaya kampanye Kesehatan spesifik meskipun cukup sederhana, tetap dilaksanakan dalam tatanan Puskesmas Kersanagara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberi dukungan terhadap pengabdian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Ate Yuviska, I., Siti Lathifah, N., & Malfinia Ashari, V. (2022). OXYTOCIN MASSAGE EFFECTS INCREASING BREAST MILK PRODUCTION IN POSTPARTUM MOTHERS. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 8(2), 371–377. <https://doi.org/10.33024>
- Dinas Kesehatan, K. T. (2023). Profil Kesehatan 2023 Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya. *Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya*, 88.
- Haliza, N. (2023). Hubungan Sosial Budaya Dan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian ASI Eksklusif. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 4, 34–39. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v4i1.1102>
- Husna, D. R., Titisari, I., Wijayanti, L. ., & Hardjito, K. (2024). Peran Kader Dan Dukungan Keluarga Dalam Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(1), 39–50.
- Kunimi, Y., Minami, M., Marie, S., Muchanga, J., & Eitoku, M. (2022). *Exogenous oxytocin used to induce labor has no long-term adverse effect on maternal-infant bonding : Findings from the Japan Environment and Children ' s Study*. 299(November 2021), 37–44. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.11.058>
- Lardo et, A. (2020). Pengaruh Pengetahuan dan Budaya terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Woyla Barat Kabupaten Aceh Barat. *Serambi Akademica Jurnal Pendidikan, Sains, Dan Humaniora*, 8(3), 356–363.
- Machucho, M. (2025). *Factors That Affect Students' Test Scores*. Owlcation.
- Nidaa, I., & Krianto, T. (2022). Scoping Review: Faktor Sosial Budaya Terkait Pemberian Asi Eksklusif Di Indonesia. *Jurnal Litbang Kota Pekalongan*, 20(1), 9–16. <https://doi.org/10.54911/litbang.v20i1.190>
- Nuari, N. A., Kartika Sari, M., & Nur Aini, E. (2020). Optimalisasi Peran Kader Laktasi Berbasis Lactation Training sebagai Penunjang Keberhasilan ASI. *Jurnal SOLMA*, 9(2), 428–435. <https://doi.org/10.22236/solma.v9i2.5433>
- Pinem, S. B., Simamora, L., Manurung, H. R., Sinaga, R., Batubara, Z., & Poddar, R. (2021). The correlation between parity and age to colostrum extraction in postpartum mothers with oxytocin massage and breast acupressure treatment at Mitra Sejati Hospital Medan. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17, 22–26.
- Rapaport, M. H., Schettler, P., & Bresee, C. (2012). A preliminary study of the effects of repeated massage on hypothalamic-pituitary-adrenal and immune function in healthy individuals: A

- study of mechanisms of action and dosage. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 18(8), 789–797. <https://doi.org/10.1089/acm.2011.0071>
- Sari, L. P., Salimo, H., & Budihastuti, U. R. (2017). Optimizing the Combination of Oxytocin Massage and Hypnobreastfeeding for Breast Milk Production among Post-Partum Mothers. *Journal of Maternal and Child Health* (2017), 1(1), 20–29.
- Setyaningsih, F. T. E., & Farapti, F. (2019). Hubungan Kepercayaan dan Tradisi Keluarga pada Ibu Menyusui dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Sidotopo, Semampir, Jawa Timur. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 7(2), 160. <https://doi.org/10.20473/jbk.v7i2.2018.160-167>
- Shadrina Ramadhina, M. (2025). Nusantara: Jurnal Pendidikan Indonesia Kontribusi Supervisi Klinis dalam Meningkatkan Kualitas Pengajaran: Studi Kasus di MIS Trubus Iman. *Nusantara: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(1).
- St. Subriani, Nasrudin, A. M., & Idris, I. (2019). Influence of oxytocin massage toward oxytocin concentration change among mothers in siti khadijah I maternity hospital, Makassar. *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 10(4), 893–898. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2019.00819.2>
- Traves, D. (2019). Understanding infant formula. *Paediatrics and Child Health*, 29(9), 384–388. <https://doi.org/10.1016/j.paed.2019.06.003>
- UPTD Puskesmas Kersanagara. (2023). *Analisis Situasi Penetapan Jenis-jenis Pelayanan UKM Pengembangan*.
- World Health Organization. (2023). *Infant and young child feeding*. World Health Organization.
- Zhu, J., & Han, L. (2011). Analysis on the Main Factors Affecting the Reliability of Test Papers. *Journal of Language Teaching and Research*, 2(1), 236–238. <https://doi.org/10.4304/jltr.2.1.236-238>