

Urgensi untuk Membangun Sikap Positif Ibu Nifas dalam Pemberian Kolostrum pada Bayi Baru Lahir**Rury Narulita Sari**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia; rns868@ummad.ac.id (koresponden)

Mufida Dian Hardika

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia; mdh885@ummad.ac.id

Sundari

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia; sun369@ummad.ac.id

Maria Ulfa

Program Studi Pendidikan Bidan, STIKES Patria Husada Blitar, Indonesia; ulfa.maria.blitar@gmail.com

ABSTRACT

Colostrum, the first breast milk that comes out, contains immune substances and has high nutritional value, but there are still postpartum mothers who do not have a positive attitude towards the use of colostrum. So research was needed that aimed to describe the characteristics of postpartum mothers' attitudes regarding giving colostrum to newborn babies. Researchers used descriptive research, involving 32 postpartum mothers at the Independent Practice of Midwife Ny. Sudarsih, Winongo, Madiun. Data regarding the attitudes of postpartum mothers was obtained using an instrument in the form of a questionnaire which was also equipped with questions about the characteristics of the respondents. The data that had been collected was then analyzed using descriptive statistical methods in the form of frequency and percentage diagrams and tables. From the results of the analysis, it was found that the largest age group was 20-35 years (68.75%), the largest parity group was 2 or more children (53.12%), the most education was secondary level (46.88%), the largest occupation was as a housewife (56.25%). Meanwhile, the distribution of attitudes is positive = 65.62%, neutral = 12.5% and negative attitudes = 21.88%. Furthermore, it could be interpreted that there are still many postpartum mothers who did not have a positive attitude towards the use of colostrum, namely 34.38%. It was concluded that the attitude of postpartum mothers regarding the use of colostrum still needs to be developed.

Keywords: *colostrum; postpartum; attitude*

ABSTRAK

Kolostrum sebagai air susu ibu yang keluar pertama kali mengandung zat kekebalan serta bernilai gizi tinggi, namun masih ada ibu nifas yang belum bersikap positif terhadap pemanfaatan kolostrum. Maka diperlukan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik sikap ibu nifas tentang pemberian kolostrum pada bayi baru lahir. Peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif, yang melibatkan 32 ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan Ny. Sudarsih, Winongo, Madiun. Data tentang sikap ibu nifas diperoleh dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner yang juga dilengkapi dengan pertanyaan tentang karakteristik responden. Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dianalisis menggunakan metode statistika deskriptif berupa diagram dan tabel frekuensi dan persentase. Dari hasil analisis didapatkan bahwa kelompok umur terbanyak adalah 20-35 tahun (68,75%), kelompok paritas terbanyak adalah 2 anak atau lebih (53,12%), pendidikan terbanyak adalah level menengah (46,88%), pekerjaan terbanyak adalah sebagai ibu rumah tangga (56,25%). Sementara itu, distribusi sikap adalah positif = 65,62%, netral = 12,5% dan sikap negatif = 21,88%. Selanjutnya dapat diinterpretasikan bahwa masih banyak ibu nifas yang belum bersikap positif terhadap pemanfaatan kolostrum yaitu 34,38%. Disimpulkan bahwa sikap ibu nifas tentang pemanfaatan kolostrum masih perlu dibangun.

Kata kunci: kolostrum; nifas; sikap

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) yang diproduksi oleh kelenjar susu beberapa hari setelah melahirkan bayi disebut kolostrum, yang berasal dari kata latin "*kolostrum*".⁽¹⁾ Semua bayi membutuhkan kolostrum karena kaya nutrisi dan mengandung zat antibodi alami bagi tubuh.⁽²⁾ Karena mengandung kadar protein dua kali lebih tinggi daripada ASI matur, kolostrum merupakan imunisasi pertama yang diterima bayi.⁽³⁾ Protein ini meningkatkan daya tahan tubuh dan membunuh kuman dengan cepat. Kolostrum mengandung antibodi yang membangun kekebalan terhadap berbagai penyakit termasuk infeksi.⁽⁴⁾ Ada ibu nifas yang belum tahu tentang kolostrum, meskipun manfaatnya sudah jelas bagi bayi. Kolostrum yang baru keluar tidak diberikan sepenuhnya oleh ibu kepada

bayinya. Ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kesehatan ibu dan janin secara fisik, psikologis, pengalaman, sosial budaya, keluarga, dan pengetahuan.⁽⁵⁾

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan pada bulan Januari hingga Februari 2023 di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ny. Sudarsih Amd. Keb. Winongo, Madiun, dengan hasil menunjukkan hanya 5 ibu nifas, atau 55 persen dari total, memberikan kolostrum pada bayinya. Di masyarakat berkembang mitos bahwa ASI yang keluar pertama kali dianggap kotor sehingga tidak boleh diberikan pada bayi, berwarna kuning, dan bahaya untuk bayi, bayi akan kedinginan jika tidak diberi susu formula, kemampuan menyusu bayi baru lahir masih kurang, produksi ASI yang pertama masih sangat sedikit sehingga dianggap kurang yang menyebabkan bayi rewel, dan ASI yang paling penting adalah cairan putih.⁽⁶⁾ Melemahnya sistem kekebalan tubuh sehingga menyebabkan sering terserang penyakit dan infeksi. Karena itu, pemberian kolostrum segera pada bayi baru lahir sangat penting untuk mengurangi mortalitas dan morbiditas manusia. Ini karena kolostrum membantu kekebalan tubuh dan mencegah infeksi.⁽⁷⁾

Dalam situasi seperti ini, ibu harus dimotivasi untuk sukarela dan penuh keyakinan mampu memberikan ASI kepada bayinya segera setelah lahir. Perilaku ibu dalam memberikan kolostrum dapat ditunjang dengan peningkatan pengetahuan tentang kolostrum, pemberian konseling, informasi, dan edukasi. Petugas kesehatan sangat bertanggung jawab untuk memberikan arahan dan wawasan kepada ibu nifas tentang pentingnya pemberian kolostrum, melakukan inisiasi menyusu dini (IMD) pada ibu bersalin, dan penyuluhan tentang ASI eksklusif.⁽⁸⁾ Salah satu cara untuk mencegah infeksi pada bayi dan untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh adalah dengan pemberian kolostrum.

Perilaku sehat termasuk pemberian kolostrum, yang berarti menghindari sakit, mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Faktor yang mempengaruhi ibu nifas untuk tidak memberikan kolostrum pada bayinya diantaranya adalah pengetahuan, sikap, tindakan, atau praktik, pendidikan, sumber informasi, dan sosial budaya.⁽⁹⁾ Peneliti tertarik melakukan penelitian karena ingin mengetahui bagaimana sikap ibu nifas tentang pemberian kolostrum pada bayi baru lahir di PMB Ny. Sudarsih Amd. Keb. Winongo, Madiun. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan diketahui bahwa kesadaran masyarakat terhadap pemberian kolostrum masih relatif rendah. Hal ini sangat disayangkan mengingat pentingnya manfaat kolostrum bagi bayi baru lahir. Oleh karena itu, dari penelitian ini diharapkan dapat diketahui gambaran pasti keadaan masyarakat dalam pemberian kolostrum. Selanjutnya perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan sikap ibu nifas tentang pemberian kolostrum pada bayi lahir di PMB Ny. Sudarsih Amd. Keb. Winongo, Madiun.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif, yang menunjukkan pendapat ibu nifas tentang bagaimana mereka memberikan kolostrum pada bayinya. Keseluruhan proses penelitian dilakukan di BPS Sudarsih Amd. Keb. Winongo, Madiun pada kurun waktu Januari sampai Juli 2023. Penelitian ini melibatkan 32 ibu nifas yang diambil dari semua ibu nifas di PMB Ny. Sudarsih, Amd. Keb. Winongo, Madiun, sehingga teknik sampling tidak diperlukan.

Peneliti menggunakan variabel tunggal dalam penelitian ini yaitu sikap ibu nifas tentang pemberian kolostrum pada bayi mereka. Untuk mendapatkan data, peneliti membagikan kuesioner kepada semua ibu nifas di PMB Ny. Sudarsih Amd. Keb. Semua responden diberi kode khusus dan tidak diberi nama. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner sikap tentang pemberian kolostrum. Dalam jenis kuesioner ini, peneliti mengambil data langsung dari responden secara formal dan meminta mereka menjawab pertanyaan secara tertulis. Dengan menggunakan skala Likert, responden hanya perlu memilih jawaban untuk pertanyaan yang diberikan. Pada awal penelitian, peneliti meminta ijin dari para responden, memberikan *informed consent* pada responden, menjelaskan pada responden tujuan dilakukannya penelitian ini, kemudian mengisi kuesioner. Jika pengisian kuesioner salah maka kuesioner dikembalikan dan dikerjakan lagi, atau bila memungkinkan mencari responden baru.

Setelah data terkumpul, teknik pengolahan data dimulai dengan proses penyuntingan. Ini berarti hasil angket yang diperoleh atau dikumpulkan harus diubah atau diedit, data akan dibuang/ dikeluarkan jika tidak lengkap dan tidak dapat dilakukan ulang. Selama penelitian, responden memberikan jawaban yang lengkap. Untuk mendapatkan data secara manual digunakan lembaran atau kartu kode yang terdiri dari kolom-kolom, berisi nomor responden dan nomor pertanyaan.

Dasar penentuan *coding* adalah:

$$RS = \frac{m - n}{k}$$

RS = Rentang skala
m = Skor maksimal

- n = Skor minimal
k = Jumlah kategori

Skor Rentang Skala dapat dihitung sebagai berikut :

$$RS = \frac{m - n}{k}$$

$$RS = \frac{100 - 20}{3}$$

$$RS = 26,7$$

- Kode 3 sikap positif jika : skor total 74 – 100
- Kode 2 sikap netral jika : skor total 47 - 73
- Kode 1 sikap negatif jika : skor total 20 – 46

Langkah selanjutnya adalah tabulasi data, yang mencakup tujuan penelitian dan keinginan peneliti. Data disajikan dalam bentuk tabel selanjutnya dilakukan analisis data secara deskriptif dengan menggunakan distribusi frekuensi. Seluruh tabel hasil analisis data mengacu pada hasil penelitian.

Penelitian ini dilakukan dengan menekankan etika penelitian, yaitu diawali dengan pengajuan *informed consent*, menggunakan formulir tanpa nama dan menjaga kerahasiaan, serta mengutamakan prinsip keadilan dan saling menguntungkan.

HASIL

Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas di PMB Ny. Sudarsih, Amd. Keb berumur di antara rentang 22-35 tahun yaitu 68,75%; kategori paritas terbanyak adalah melahirkan anak ke dua atau lebih (multipara) yaitu 53,12%; tingkat pendidikan terbanyak adalah tingkat menengah (SMA) yaitu 46,88%, pekerjaan terbanyak adalah sebagai ibu rumah tangga yaitu 56,25%.

Tabel 1. Distribusi karakteristik demografi ibu nifas di PMB Ny. Sudarsih, Amd. Keb, Winongo, Madiun

Karakteristik demografi	Frekuensi	Persentase
Umur		
<20 tahun	6	18,75
20-35 tahun	22	68,75
>35 tahun	4	12,5
Paritas		
1 anak	15	46,88
≥ 2 anak	17	53,12
Pendidikan		
Dasar (SD - SMP)	13	40,62
Menengah (SMA)	15	46,88
Tinggi (perguruan tinggi)	4	12,5
Pekerjaan		
IRT	18	56,25
Petani	2	6,25
PNS	2	6,25
Swasta	9	28,13
Wiraswasta	1	3,12

Tabel 1. Distribusi sikap ibu nifas tentang pemberian kolostrom kepada bayi baru lahir di PMB Ny. Sudarsih, Amd. Keb, Winongo, Madiun

Sikap terhadap pemberian kolostrom	Frekuensi	Persentase
Positif	21	65,62
Netral	4	12,5
Negatif	7	21,88

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas berumur antara 20 hingga 35 tahun, yang dianggap aman dan mendukung untuk pemberian kolostrum.⁽¹⁰⁾ Di sisi lain, ibu yang berumur kurang dari 20 tahun dianggap belum siap menghadapi kehamilan, persalinan, nifas dan menyusui. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas berusia produktif, hal ini merupakan awal yang baik untuk mampu melaksanakan dan mendukung pemberian kolostrum pada bayi baru lahir.⁽¹¹⁾ Usia ini sangat menguntungkan dan memungkinkan penerimaan informasi secara baik, sehingga responden dapat menerima informasi dari media cetak, media elektronik, maupun sumber informasi tentang kolostrum.⁽¹²⁾ Umur mempengaruhi tingkat kematangan fisik, mental, dan psikologis seseorang, semakin cukup umur, pengetahuan seseorang semakin baik, dan umur juga mempengaruhi sikap seseorang untuk menjadi ingin tahu dan mencari tahu lebih banyak, contohnya media massa terdapat berbagai macam informasi yang telah dijelaskan manfaat dari suatu kegiatan sehingga dapat mempengaruhi cara berfikir seseorang untuk menggali sikap positif yang dirasa sangat besar manfaat bagi diri sendiri maupun orang lain.⁽¹³⁾

Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas mempunyai anak ≥ 2 . Hal ini sangat mendukung karena 2 anak lebih baik untuk meningkatkan kualitas keluarga. Ibu yang menyusui bayi untuk pertama kalinya mungkin mengalami kesulitan ketika menyusui segera setelah lahir, kemungkinan dikarenakan tidak tahu cara menyusui yang benar. Ada keraguan untuk memberikan kolostrum pada bayinya, terlebih lagi sesaat setelah melahirkan.⁽¹⁴⁾ Berbeda dengan ibu yang sudah mempunyai 2 anak atau lebih, ibu cenderung tenang dan mampu memberikan kolostrum atau ASI pada bayinya segera setelah lahir, karena ibu sudah berpengalaman pada saat anak sebelumnya.⁽¹⁰⁾ Ibu yang telah mempunyai pengalaman menyusui anak dan memiliki pengetahuan tentang menyusui, terutama pemberian kolostrum secara efektif dan benar akan membantu menyusui anak berikutnya. Sebaliknya, ibu yang telah mengalami kegagalan menyusui anak sebelumnya ditambah kepercayaan terhadap mitos yang berlaku di masyarakat akan mempengaruhi sikap ibu terhadap keadaan saat ini. Pengalaman pribadi memberikan kesan yang mendalam, jadi sikap akan mudah dibentuk ketika terjadi dalam situasi yang melibatkan emosional.⁽¹⁵⁾

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan ibu nifas sebagian besar adalah SMA. Jika seseorang berpendidikan lebih tinggi, maka mereka akan lebih mudah mendapatkan informasi, yang berarti mereka memiliki lebih banyak pengetahuan. Pendidikan yang baik akan mempengaruhi pengetahuan ibu tentang kolostrum, sedangkan kurangnya pendidikan seseorang akan menghambat sikapnya terhadap prinsip-prinsip baru.⁽¹⁶⁾ Pendidikan merupakan faktor pendukung yang dapat mempengaruhi kemampuan responden dalam menerima informasi yang baru, yang erat kaitannya dengan pelaksanaan pemberian kolostrum, dari hasil penelitian diatas diketahui sebagian besar ibu berpendidikan menengah, hal ini bisa memunculkan sikap seseorang untuk mencari pengalamannya dalam belajar, atau motivasi dari diri seseorang untuk belajar, dan mencari informasi-informasi baru. Pendidikan mempengaruhi sosial perilaku demografi, seperti pendapatan, gaya hidup, dan status kesehatan serta bagaimana seseorang melihat dunia dan teknologi baru.⁽¹⁷⁾

Hasil penelitian menyebutkan bahwa ibu rumah tangga merupakan pekerjaan mayoritas ibu nifas, yang merupakan pekerjaan yang tidak menguntungkan karena pengetahuan mereka sangat berpengaruh. Wawasan yang luas dan pengalaman dalam bersosialisasi kemungkinan mempengaruhi pembentukan pola pikir seseorang dan kecepatan dalam memperoleh informasi tentang kolostrum. Pola pikir seseorang dipengaruhi oleh pergaulan sehingga dapat lebih cepat menerima informasi baru tentang kolostrum. Lingkungan sekitar dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, maka jika seseorang hidup di lingkungan yang selalu berusaha meningkatkan pengetahuan maka juga akan gemar mencari informasi sehingga pengetahuannya bertambah, namun sebaliknya jika seseorang berada di lingkungan sekitar yang berpendidikan rendah dan kurang aktif dalam menggali informasi baru, maka tidak akan berkembang dalam pencapaian pengetahuan dan dapat mempengaruhi kehidupannya.⁽¹⁸⁾

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sikap ibu nifas tentang pemberian kolostrum pada bayinya sebagian besar mempunyai sikap positif. Sikap positif ibu nifas ini mendukung terhadap praktik pemberian kolostrum, dan sikap tersebut bisa dipengaruhi oleh orang sekitar yang dianggap penting, khususnya keluarga dan petugas kesehatan. Orang lain di sekitar seseorang adalah salah satu faktor sosial yang mempengaruhi cara mereka berperilaku. Seseorang yang dianggap penting dan diharapkan mendukung setiap tindakan dan pendapat kita sangat mempengaruhi kemampuan kita untuk mengembangkan sikap positif.⁽²⁾ Namun demikian, sikap yang belum positif terhadap kolostrum juga masih relatif besar proporsinya. Hal ini harus diwaspadai dalam rangka mencegah terjadinya hal yang kurang menguntungkan. Sebagaimana telah dijelaskan di atas, kolostrum mengandung zat kekebalan tubuh yang sangat penting bagi bayi yang baru dilahirkan. Kolostrum, yang dihasilkan pada hari-hari pertama setelah kelahiran, adalah sumber nutrisi yang kaya akan antibodi dan berperan vital dalam melindungi bayi dari berbagai kemungkinan infeksi. Penelitian menunjukkan bahwa pemberian kolostrum dapat meningkatkan kesehatan bayi, mengurangi risiko terjadinya penyakit, dan mendukung perkembangan sistem imun

yang sehat bagi bayi untuk masa depan.^(19,20) Oleh karena itu, penting bagi para profesional kesehatan untuk memberikan informasi yang akurat dan mendukung ibu nifas dalam memberikan kolostrum kepada bayi yang dilahirkannya. Edukasi yang efektif dapat membantu mengubah sikap negatif dan meningkatkan kesadaran tentang manfaat kolostrum, sehingga dapat mendorong praktik pemberian ASI yang optimal sejak awal kehidupan.^(21,22)

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dan interpretasi dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa sikap ibu nifas tentang pemanfaatan kolostrum masih perlu dibangun dalam rangka memberikan kemanfaatan bagi bayi secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Astuti D, Yugistyowati A, Maharani O. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang kolostrum dengan motivasi pemberian kolostrum di Rumah Sakit Panembahan Senopati Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*. 2016;3(3):156-160.
2. Marni. Analisis faktor yang mempengaruhi pemberian kolostrum oleh ibu pada bayi baru lahir di wilayah kerja Puskesmas Amanuban Timur Kabupaten Timor Tengah Selatan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*. 2023;6(4):640-646.
3. Fitriami E, Afwinasyah R. Faktor faktor yang berhubungan dengan pemberian kolostrum pada bayi baru lahir oleh ibu post op sectio caesarea di RSS PMC Kota Pekanbaru. *Report*. 2021;2(1):7-16.
4. Bobak I. *Buku ajar keperawatan maternitas*. Jakarta: EGC; 2015.
5. Amir F. Hubungan dukungan petugas kesehatan terhadap pemberian kolostrum pada bayi baru lahir di Puskesmas Pattingalloang Makassar tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*. 2020;4(1):15-21.
6. Lubis NU. Peningkatan pemakain ASI eksklusif. *Majalah Kedokteran*. 2013;8(2):1-6.
7. Astuti D, Yugistyowati A, Maharani O. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang kolostrum dengan motivasi pemberian kolostrum di Rumah Sakit Panembahan Senopati Batul Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia (JNKI)*. 2015;3(3):2-8.
8. Septiani R. Pengetahuan dan sikap ibu tentang manfaat pemberian kolostrum serta rencana menyusui eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Beji Depok. *Report*. 2013;1(1).
9. Roesli U. *ASI, hak asasi: untaian bunga rampai*. Yogyakarta: Bengkel Buku Yogyakarta; 2012.
10. Hernikeyanti. Hubungan tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu terhadap pemberian kolostrum pada bayi baru lahir di RSIA Siti Fatimah Makasar. *Report*. 2014;8(2).
11. Budiman, Riyanto A. *Kapita selekta kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika; 2013.
12. Schulte PA, Grosch J, Scholl JC, Tamers SL. Framework for considering productive aging and work. *J Occup Environ Med*. 2018 May;60(5):440-448. doi: 10.1097/JOM.0000000000001295. PMID: 29420331; PMCID: PMC6262835.
13. Maita L, Shalihah NI. Faktor-faktor yang menyebabkan pemberian kolostrum pada ibu nifas di Ruang Camar I RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. *Jurnal Maternity and Neonatal*. 2015;1(6):254-261.
14. Gianni ML, Lanzani M, Consales A, Bestetti G, Colombo L, Bettinelli ME, Plevani L, Morniroli D, Sorrentino G, Bezze E, Zanotta L, Sannino P, Cavallaro G, Villamor E, Marchisio P, Mosca F. Exploring the emotional breastfeeding experience of first-time mothers: implications for healthcare support. *Front Pediatr*. 2020 May 7;8:199. doi: 10.3389/fped.2020.00199. PMID: 32457856; PMCID: PMC7221017.
15. Davis AMB, Sclafani V. Birth experiences, breastfeeding, and the mother-child relationship: evidence from a large sample of mothers. *Can J Nurs Res*. 2022 Dec;54(4):518-529. doi: 10.1177/08445621221089475. Epub 2022 Apr 7. PMID: 35389289; PMCID: PMC9597165.
16. Septiani M, Ummami L. Faktor-faktor yang memengaruhi pemberian kolostrum pada bayi di BPM Nurhayati, S.Si.T Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. *Jurnal Ipteks Terapan*. 2020;9(4):283-293.
17. Chisadza C, Clance M, Mthembu T, Nicholls N, Yitbarek E. Online and face-to-face learning: Evidence from students' performance during the Covid-19 pandemic. *Afr Dev Rev*. 2021 Apr;33(Suppl 1):S114-S125. doi: 10.1111/1467-8268.12520. Epub 2021 Mar 31. PMID: 38607902; PMCID: PMC8250490.
18. Khosidah A. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian kolostrum pada bayi baru lahir di Puskesmas Batu Raden Kabupaten Banyumas tahun 2016. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*. 2018;9(1):75-81.
19. Playford RJ, Weiser MJ. Bovine colostrum: its constituents and uses. *Nutrients*. 2021 Jan 18;13(1):265. doi: 10.3390/nu13010265. PMID: 33477653; PMCID: PMC7831509.

20. Kaplan M, Arslan A, Duman H, Karyelioğlu M, Baydemir B, Günar BB, Alkan M, Bayraktar A, Tosun Hİ, Ertürk M, Eskici G, Duar RM, Henrick BM, Frese SA, Karav S. Production of Bovine colostrum for human consumption to improve health. *Front Pharmacol.* 2022 Jan 3;12:796824. doi: 10.3389/fphar.2021.796824. PMID: 35046820; PMCID: PMC8762312.
21. Khatib MN, Gaidhane A, Upadhyay S, Telrandhe S, Saxena D, Simkhada PP, Sawleshwarkar S, Quazi SZ. Interventions for promoting and optimizing breastfeeding practices: An overview of systematic review. *Front Public Health.* 2023 Jan 24;11:984876. doi: 10.3389/fpubh.2023.984876. PMID: 36761137; PMCID: PMC9904444.
22. Saharoy R, Potdukhe A, Wanjari M, Taksande AB. Postpartum depression and maternal care: exploring the complex effects on mothers and infants. *Cureus.* 2023 Jul 4;15(7):e41381. doi: 10.7759/cureus.41381. PMID: 37546054; PMCID: PMC10400812.