

**TANGGUH BENCANA MELALUI RENCANA KONTINGENSI DAN BANTUAN SOSIAL PADA KELOMPOK RENTAN DENGAN SERVICE EXCELLENT DI WILAYAH MARTUBUNG KECAMATAN MEDAN LABUHAN KOTA MEDAN PROVINSI SUMATERA UTARA TAHUN 2026**

Nurmalina Hutahaean<sup>1</sup>, Merrygrace Simanjuntak<sup>2</sup>, Putri Hutahaean<sup>3</sup>, Elvis Simanjuntak<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>,STIKes Mitra HusadaMedan,Indonesia

<sup>4</sup>Universitas HKBP Nomensen,Indonesia

Corresponding author : [nurmalinaamd@gmail.com](mailto:nurmalinaamd@gmail.com)

Received: 20-01-2026

Revised: 30-01-2026

Approved: 12-02-2026

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Bencana alam adalah fenomena yang sampai hari ini, bencana alam masih menjadi masalah dan kekhawatiran di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Bencana alam dalam kehidupan ini dapat berdampak buruk pada manusia dan lingkungannya karena tidak diketahui kapan akan terjadi. Namun, manusia masih dapat memprediksi bencana dengan mengenali gejala dan tanda-tanda awalnya (BPBD, 2023). Rencana kontinjensi bencana adalah rencana yang mencakup semua tindakan yang diambil untuk mengatasi ancaman bencana. Saat terjadi keadaan darurat bencana, rencana ini dapat diubah menjadi Rencana Operasi Darurat. Bencana banjir adalah letupan sungai yang disebabkan oleh faktor alam akibat kerusakan sabuk bumper hulu sungai (DAS). Ini menyebabkan kematian, kerusakan lingkungan, kehilangan property dan dampak psikologis. Tujuan rencana kontinjensi adalah untuk mengidentifikasi kemungkinan kejadian bencana dan dampaknya bagi masyarakat. Tim ini akan terdiri dari kelompok masyarakat yang aktif terlibat dalam tanggap darurat dan pemulihan pasca bencana. Pada hari-hari biasa, tim ini dapat membantu mengurangi risiko bencana. **Metode.** Jenis Jenis pengabdian ini adalah analitik observasional dengan desain cross sectional, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko efek dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat dalam penelitian ini populasi adalah seluruh Ibu hamil, Nifas dan Lansia sejumlah 32 orang peserta Untuk Dilakukan Pretest. Di Desa Martubung Kecamatan Medan Labuhan tahun 2025. **Hasil:** menunjukkan bahwa hasil ukur terdapat 5 (12,5%) ibu hamil, Ibu Nifas (2) (0,5%), Anak-anak (6) (0,15%), Lansia (25) (62,5%), Disabilitas (2) (0,5%), Dan Pada Saat Post Test Peserta Mengalami Peningkatan Pengetahuan Menjadi Baik Dan Cukup Masing-Masing Sebanyak 15 Peserta (46,95). **Kesimpulan:** hal ini menunjukkan ada Pengaruh senam Hamil teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif Dan Untuk Meningkatkan Kesehatan Ibu Dan Janin di Desa Bangun Rejo pada tahun 2025.

**Kata Kunci:** Tangguh Bencana, Rencana Kontinjensi, Bantuan Sosial, Kelompok Rentan, Pelayanan Prima

**ABSTRACT**

**Background:** Natural disasters are a phenomenon that to this day, natural disasters are still a problem and concern around the world, including in Indonesia. Natural disasters in life. this can have a devastating impact on humans and their environment because it is not known when it will occur, the measures taken to address the threat of this disaster are Emergency Operations Plan. A flood disaster is a river explosion caused by natural factors due to damage to the upstream bumper belt (watershed). This causes death, environmental damage, loss of property and psychological impact. The purpose of the contingency plan is to identify possible disaster events and their impact on the community. This team will consist of community groups that are actively involved in emergency response and post-disaster recovery. **Method.** This type of service is observational analytics with a cross sectional design, which is a study to study the dynamics of correlation between risk factors by way of approach, observation or data collection at the time of this study the population is all pregnant women, postpartum and elderly 32 participants to be carried out Pretest. **Results:** showed that the measurement results were 5 (12.5%) pregnant women, postpartum mothers (2) (0.5%), children (6) (0.15%), elderly (25) (62.5%), disabled (2) (0.5%), and at the time of the post test participants experienced an increase in knowledge to be good and sufficient as many as 15 participants (46.95) each. **Conclusion:** this shows that there is an effect of Pregnancy Gymnastics deep breath relaxation technique on reducing labor pain during the 1st active phase and to Improve Maternal and Fetal Health in Bangun Rejo Village in 2025.

**Keywords:** Disaster Resilient, Contingency Plan, Social Assistance, Vulnerable Groups, Service Excellent.

## **PENDAHULUAN**

Bencana alam adalah fenomena yang Sampai hari ini, bencana alam masih menjadi masalah dan kekhawatiran di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Bencana alam dalam kehidupan ini dapat berdampak buruk pada manusia dan lingkungannya karena tidak diketahui kapan akan terjadi. Namun, manusia masih dapat memprediksi bencana dengan mengenali gejala dan tanda-tanda awalnya (BPBD, 2023). Rencana kontinjensi bencana adalah rencana yang mencakup semua tindakan yang diambil untuk mengatasi ancaman bencana. Saat terjadi keadaan darurat bencana, rencana ini dapat diubah menjadi Rencana Operasi Darurat Bencana (RODB) setelah menjadi bagian dari Rencana Penanggulangan Kedaruratan Bencana (RPKB).

Bencana banjir adalah letupan sungai yang disebabkan oleh faktor alam akibat kerusakan sabuk bumper hulu sungai (DAS). Ini menyebabkan kematian, kerusakan lingkungan, kehilangan properti, dan dampak psikologis. Lima faktor utama bertanggung jawab atas banjir. Mereka adalah hujan, kerusakan retensi DAS, pendangkalan sungai, kesalahan perencanaan alur sungai, dan kesalahan tata wilayah dan pembangunan sarana dan prasarana. Salah satu penyebab tingginya dampak kerusakan atau kehilangan setelah bencana adalah kurangnya kesiapsiagaan masyarakat terhadap bencana. Oleh karena itu, untuk mengurangi risiko bencana, dibutuhkan rencana kontinjensi bencana, yang dapat mempengaruhi sikap dan kepedulian masyarakat untuk siap dan siaga dalam mengantisipasi bencana. Rencana kontinjensi bencana mencakup semua langkah yang

Menganalisis Risiko Bencana: Analisis risiko bencana adalah proses menggabungkan hasil studi ancaman, kerentanan, dan kemampuan untuk membuat kesimpulan tentang tingkat risiko bencana di desa atau kelurahan sasaran. Hasil analisis ini adalah penetapan peringkat risiko yang didasarkan pada penilaian elemen ancaman, kerentanan, dan kapasitas untuk setiap ancaman yang ada. Penilai dapat memprioritaskan beberapa Perencanaan Kontinjensi Desa/Kelurahan Rencana Penanggulangan Bencana Desa/Kelurahan Rencana Penanggulangan Bencana Desa/Kelurahan (RPB Des/Kel) adalah rencana strategis yang bertujuan untuk mengalokasikan sumber daya yang berasal dari berbagai pemangku kepentingan, baik pemerintah maupun non-pemerintah, yang terletak di dalam wilayah desa atau kelurahan. Menurut Peraturan Pemerintah

Karena orang-orang di daerah rawan bencana paling terpapar ancaman dan paling memahami lingkungannya, rencana penanggulangan bencana harus dibuat bersama masyarakat. Untuk memastikan bahwa semua pemangku kepentingan terlibat dalam pelaksanaan RPB, harus ada payung hukum yang kuat, seperti Peraturan Desa atau perangkat kelurahan yang setingkat. Peraturan ini adalah perjanjian politik di tingkat desa atau Rencana Kontinjensi (Renkon) adalah proses mencari dan membuat rencana berdasarkan keadaan kontinjensi atau yang belum tentu tersebut. Jika keadaan yang diperkirakan tidak terjadi, rencana tersebut mungkin tidak pernah diaktifkan. Rengon Bencana memuat rencana tindakan segera jika terjadi krisis atau bencana yang diperkirakan akan terjadi. Tujuan rencana kontinjensi adalah untuk mengidentifikasi kemungkinan kejadian bencana dan dampaknya bagi masyarakat

Rencana Kontinjensi (Renkon) adalah proses mencari dan membuat rencana berdasarkan keadaan kontinjensi atau yang belum tentu tersebut. Jika keadaan yang diperkirakan tidak terjadi, rencana tersebut mungkin tidak pernah diaktifkan. Rengon Bencana memuat rencana tindakan segera jika terjadi krisis atau bencana yang

diperkirakan akan terjadi. Tujuan rencana kontinjensi adalah untuk mengidentifikasi kemungkinan kejadian bencana dan dampaknya bagi masyarakat. Tim ini akan terdiri dari kelompok masyarakat yang aktif terlibat dalam tanggap darurat dan pemulihan pasca bencana. Pada hari-hari biasa, tim ini dapat membantu mengurangi risiko bencana. Meskipun anggota tim ini dapat berasal dari Forum PRB Desa/Kelurahan, akan lebih diprioritaskan anggota yang bersedia menjadi relawan bencana. Pedoman pelaksanaan yang akan segera dirilis akan memberikan aturan lebih lanjut tentang

Pelatihan dalam Pemetaan Ancaman, HVCA atau Penilaian Ancaman, Kerentanan dan Kapasitas PMI, metode PRA (Penilaian Pedesaan Partisipatif) atau Penilaian Pedesaan Partisipatif, dan teknik lain yang diperlukan akan diperlukan untuk meningkatkan kemampuan dalam masalah PRB. Selain itu, peningkatan kapasitas program akan dicapai melalui penyediaan peralatan dan perangkat yang terjangkau untuk sistem kesiapsiagaan bencana dan peringatan dini.

Pemantauan, Evaluasi, dan Pelaporan Program di Tingkat Desa/Kelurahan Agar program Desa/Kelurahan Tangguh Bencana dapat dilaksanakan dengan berhasil, mereka harus memiliki sistem pemantauan, evaluasi, dan pelaporan yang baik. Program harus dimulai pada tingkat kabupaten/kota dan masyarakat. Perangkat pemantauan dan evaluasi harus disesuaikan dengan kemampuan pemerintah daerah, sumber daya yang tersedia, dan Pemantauan dan evaluasi dapat dilakukan secara terpisah dan frekuensinya dapat lebih banyak daripada evaluasi. Pemantauan dapat berupa asistensi pelaksanaan program yang membantu memastikan bahwa program dijalankan sesuai dengan perencanaan. Selama program berjalan, evaluasi dapat dilakukan beberapa kali, tetapi tidak lebih dari sekali setahun, untuk menilai pencapaian sasaran dan hasil program sesuai dengan indikator. Menurut Departemen Hukum dan Hak Asasi Manusia, setiap orang yang menghadapi hambatan atau keterbatasan dalam menikmati standar kehidupan yang layak dianggap sebagai kelompok rentan. Menurut Pasal 5 Ayat (3) UU No.39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia, orang lanjut usia, anak-anak, fakir miskin, wanita hamil, dan penyandang cacat termasuk dalam kelompok rentan yang berhak atas perlakuan dan perlindungan

Kerentanan, menurut Olivier Serrat, didefinisikan sebagai perasaan tidak aman yang muncul dalam kehidupan individu, keluarga, dan komunitas ketika menghadapi perubahan yang terjadi di luar lingkungannya. Kondisi yang ditentukan oleh faktor fisik, sosial ekonomi, dan lingkungan atau proses yang meningkatkan kerentanan masyarakat terhadap dampak bahaya dapat didefinisikan sebagai kerentanan. Individu atau kelompok. Individu atau kelompok yang tinggal di daerah tertentu sering merasakan kerentanan. Faktor pendorong kerentanan utama termasuk situasi geografis yang rentan terhadap bencana, monopoli perdagangan, dan premanisme, yang tidak jarang menyebabkan kerugian pada individu atau kelompok, menyebabkan rasa tidak aman dan tidak nyaman saat beraktivitas. Hal ini dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari

Pasal 5 Ayat (3) UU No.39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia menyatakan bahwa orang lanjut usia, anak-anak, fakir miskin, wanita hamil, dan penyandang cacat adalah kelompok masyarakat yang rentan yang berhak atas perlakuan dan perlindungan yang lebih baik. Ini menunjukkan bahwa definisi yang jelas dari kelompok rentan tidak ada. Menurut Referensi Hak Asasi Manusia, kelompok rentan adalah Pengungsi (Pengungsi),

## **METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berdasarkan hasil kerjasamadari pihak terkait antara Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes Mitra Husada Medan) dengan Kelurahan Martubung. Melakukan Pendataan Masyarakat Kelompok Rentan (Ibu hamil, Ibu nifas dan Lansia )Tujuan Tahap Pelaksanaan memberikan Edukasi Kesehatan Tanya Jawab /Diskusi Terkait Self Savety pada Tanggap darurat bencana Banjir dan memberikan Bantuan sosialpemeriksaan Kesehatan sederhana Dan Pemberian Vitamin Di Kelurahan Martubung Kecamatan Medan Labuhan. . Jenis pengabdian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross sectional*, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko efek dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat dalam penelitian ini populasi adalah seluruh Ibu hamil,Nifas dan Lansia sejumlah 32 orang peserta Untuk Dilakukan Pretest.

Adapun metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan 3 tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

### **a. Tahap Persiapan**

- 1) Penyusunan Proposal dan Presentasi
- 2) Pengurusan administrasi dan perijinan (Kel.Martubung)

### **b. Tahap Pelaksanaan**

1. Penyampaian Materi Penyuluhan yang Disampaikan Kepada Peserta tentang Manajemen Bencana, saat Bencana,Dan Pasca bencana Banjir. Materi Disampaikan Sekitar 45 Menit
2. Tanya Jawab: Setelah materi disampaikan, kemudian diberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaan. Pelaksanaan diskusi dan tanya jawab dilaksanakan sekitar 15 m3nit.

### **c. Tahap Evaluasi**

1. Melakukan post test pengetahuan tentang tanggap bencana banjir
2. Melakukan Pemeriksaan Kesehatan peserta seperti Vital Sign , Keadaan Umum Dan Pemberian Vitamin. Persiapan (Koordinasi dan Survei Lokasi)Koordinasi dengan kepala desa dan bidan desa.
- 3.Survei lokasi dan identifikasi peserta (ibu hamil,Nifas dan Lansia).
- 4.Evaluasi dan Monitoring. Dilakukan pre-test dan post-test terhadap pengetahuan peserta. Observasi terhadap partisipasi, kenyamanan, dan perubahan kondisi ibu hamil.
5. Dokumentasi kegiatan dalam bentuk foto dan laporan Pelaporan dan Publikasi.Penyusunan laporan hasil pengabdian.Publikasi kegiatan di media sosial institusi dan jurnal pengabdian

## **HASIL**

Kegiatan Pemberdayaan Tangguh Bencana Melalui Rencana Kontingensi Dan Bantuan Sosial Pada Kelompok Rentan Dengan Service Excellent Di Wilayah Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2026. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah sebagai berikut:

### **1.Persiapan Pengabdian**

a. Pengurusan kerjasama dengan Kelurahan Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan.

b. Persiapan materi yang akan disampaikan pada saat pengabdian, Persiapan ruangan di Kelurahan Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan Pelaksanaan Pengabdian: Pembukaan pengabdian diawali dengan acara pembukaan dan perkenalan pelaksanaan pengabdian

- a. Penyampaian materi dengan penyuluhan yaitu memberikan informasi kepada mitra tentang pencegahan kegawatdaruratan penyakit menular dengan pemeriksaan darah pada ibu hamil.
- b. Diskusi/ Tanya Jawab
- c. Melakukan kegiatan pengabdian secara langsung kepada masyarakat Kelurahan Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan. dilakukan secara langsung oleh dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat kepada Kelurahan Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan terdapat 5 (12,5%) ibu hamil, Ibu Nifas (2) (0,5%), Anak-anak (6) (0,15%), Lansia (25) (62,5%), Disabilitas (2) (0,5%), Jumlah Semua Peserta adalah 40 Orang. dan seluruh ibu hamil, Nifas, Lansia sangat antusias melaksanakan Tangguh Bencana Melalui Rencana Kontingensi Dan Bantuan Sosial Pada Kelompok Rentan Dengan Service Excellent Di Wilayah Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan Hasil Pretest Pengetahuan Tanggap Bencana bahwa pada saat pretest semua peserta belum mengetahui tanggap bencana, Dan Pada Saat Post Test Peserta Mengalami Peningkatan Pengetahuan Menjadi Baik Dan Cukup Masing-Masing Sebanyak 15 Peserta (46,95).

Output Yang Diperoleh dari Pengabdian Ini Adalah Masyarakat Khususnya Kelompok rentan menjadi Lebih Paham Tentang Pentingnya Pengetahuan Tanggap Bencana Banjir yang Beresiko terhadap Kesehatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sesuai dengan rencana, dan memperoleh respons yang sangat baik dari para peserta yang merupakan ibu hamil, Ibu Nifas Dan Lansia, di Kelurahan Martubung Kec, Medan Labuhan Kota Medan

Pendekatan partisipatif yang digunakan dalam kegiatan ini membantu meningkatkan keterlibatan dan rasa memiliki dari peserta, sehingga program menjadi lebih berkesan dan efektif.

## **DISKUSI**

Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan melalui penyuluhan dan bakti sosial kesehatan dengan tema "Tangguh bencana melalui rencana kontingensi dan bantuan sosial pada kelompok rentan dengan layanan yang luar biasa." Dimana hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa peserta lebih memahami bagaimana menangani bencana banjir. Output yang diharapkan dapat tercapai dengan baik jika peserta kegiatan pengabdian lebih memahami cara menangani bencana. Di Desa Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan. terhadap Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan Pengabdian ini menghasilkan kesadaran masyarakat, terutama kelompok rentan, tentang pentingnya mengetahui dampak bencana banjir terhadap kesehatan.

Selain itu, Diharapkan mahasiswa lebih sering berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat untuk kelompok rentan. Dan Diharapkan institusi dan puskesmas melakukan kegiatan seperti ini secara teratur dengan sasaran kepala rumah tangga, baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda. Ini adalah waktu penting untuk

meningkatkan kesadaran tentang kewaspadaan dalam penanganan bencana.



Gambar 1. Penyuluhan tentang Penanggulangan Bencana Banjir

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah di lakukan sesuai tahap yang di rencanakan dari awal penanggulangan Bencana Banjir. Kegiatan ini di lakukan bersama masyarakat, tim Dosen dan Mahasiswa. Pada Gambar 1 dan Gambar 2 adalah kegiatan yang dilakukan pada saat Pengabdian.



Gambar 2. Pemeriksaan pada Lansia



Gambar 3. Foto Pemeriksaan pada Nifas

Pada gambar 3 adalah Kegiatan pengabdian masyarakat Tangguh Bencana Melalui Rencana Kontingensi Dan Bantuan Sosial Pada Kelompok Rentan Dengan service Excellent yang dilakukan di Desa Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan berhasil meningkatkan pengetahuan pada Masyarakat rentan mengenai tanggap bencana dan meningkatkan kemandirian Masyarakat rentan dalam pencegahan risiko bencana.

## **KESIMPULAN**

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada dalam melakukan Kegiatan pengabdian masyarakat Tangguh Bencana Melalui Rencana Kontingensi Dan Bantuan Sosial Pada Kelompok Rentan Dengan service Excellent yang dilakukan di Desa Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kemandirian ibu hamil, Lansia, Nifas Dan Kelompok Rentan dalam menghadapi Bencana banjir. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi, dan terjadi peningkatan pemahaman tentang pentingnya Pengetahuan Dan kemandirian dalam Antisipasi Terjadinya Bencana Banjir. Selain itu, peserta juga mengaku merasa lebih percaya diri dan Bertambah wawasan dan Pengetahuannya dalam Antisipasi Menghadapi Bencana Banjir. Diharapkan kepada Masyarakat. untk dapat mengenali tanda gejala kondisi yang mengarah pada kebutuhan tindakan pemeriksaan darah, Vital Sign Pada Ibu Hamil, Lansia Dan Ibu Nifas. guna deteksi dini dan penanganan awal yang lebih dini guna meningkatkan derajat kesehatan khususnya ibu hamil, Lansia dan Nifas.

## **PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Ucapan terima kasih kami sampaikan atas partisipasi berbagai pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan ini, yaitu:

1. Ketua Kesehatan Mitra Husada Medan, yang telah memberikan dana dan memfasilitasi tim pelaksana melakukan kegiatan pengabdian ini.
2. Desa Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan yang telah memberikan ijin kepada tim pelaksana untuk melaksanakan kegiatan ini dan memberi kontribusi baik bagi masyarakat setempat khususnya ibu hamil.
3. UPPM STIKes Mitra Husada Medan yang telah mendorong kami untuk menuntaskan kegiatan ini dan memonitoring kegiatan ini sehingga setiap tahapan kegiatan dapat terlaksana dan terkendali.

## **DAFTAR REFERENSI :**

- Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. (2014) *Buku Pedoman 1000 Hari Awal Kehidupan*.
- Soetjiningsih. (2013). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Arief, N. (2011). *Panduan Ibu Cerdas ASI dan Tumbuh kembang Bayi*. Yogyakarta: MedPress.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2015) *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2016*. Medan.
- Juwono, L. (2016). *Menyusui: Cara Mudah, Praktis dan Aman*. Jakarta: Arcan.
- Puskesmas Namo Rambe .(2015). *Profil Kesehatan Puskesmas Namo Rambe Tahun 2017*. Kecamatan Namo Rambe.
- Kemendes RI. (2016). *Pedoman Umum Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan*

- Keluarga*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Roesli, U. (2012). *Panduan Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Depok: Pustaka Bunda.
- Novianti, R. (2012). *Menyusui Itu Indah*. Yogyakarta: Octopus.
- Widianto, G & Rostiawati, Y.(2016). *Cara Menyusui Yang Baik*. Jakarta: Arcan.
- Hani'ah, M.(2014). *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta: DIVA Press.
- Sulistyoningsih, H. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Mulyani, S, N. (2013). *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*.Yogyakarta: Nuha Medika.
- Soetjningsih. (2012). *ASI: Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Friedman, M. (2015). *Keperawatan Keluarga: Teori dan Praktik*.Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Aziz, S. (2015). *Pendidikan Keluarga; Konsep dan Strategi*.Yogyakarta: GAVA Media.
- UPPM STIKes Mitra Husada Medan. (2017) *Renstra Penelitian STIKes Mitra Husada Medan. Pedoman Perencanaan Program Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi Dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK) RI (2013)*.
- Jaringan Nasional Pelatihan Klinik- Kesehatan Reproduksi. (2012). *Inisiasi Menyusu Dini*.