

KAJIAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN AMALAN BERKENAAN PENYUSUAN SUSU IBU SECARA EKSKLUSIF DI KALANGAN IBU-IBU HAMIL YANG MENDAPATKAN PEMERIKSAAN ANTE-NATAL DI KLINIK KESIHATAN SEREMBAN

Hapsah Mohd Dusa. * Omar Mihat. * . Mariam Abd. Manaf*

ABSTRAK

Kajian telah dijalankan bertujuan untuk meningkatkan tahap pengetahuan, sikap dan amalan terhadap amalan penyusuan susu ibu secara eksklusif di kalangan 40 orang ibu-ibu hamil anak kedua dan ke atas yang mendapatkan pemeriksaan ante-natal di Klinik Kesihatan Seremban. Ia merupakan kajian perbandingan yang mana pengetahuan, sikap dan amalan penyusuan secara eksklusif anak terdahulu dengan anak yang bakal lahir akan dibandingkan. Responden terdiri daripada ibu-ibu yang dijangka bersalin pada 1 hingga 31 Mac 2001. Responden terdiri dari pelbagai bangsa, agama, taraf pendidikan, jenis pekerjaan dan peringkat umur yang terdiri daripada 63% Melayu, 20% Cina dan 17% India yang berumur antara 19 hingga 44 tahun. Satu set borang soal selidik untuk pra-ujian dan pos-ujian telah dirangka. Hasil kajian menunjukkan bahawa pengetahuan dan sikap responden secara keseluruhannya adalah baik dan memuaskan sama ada sebelum intervensi pendidikan kesihatan dan meningkat selepas intervensi pendidikan kesihatan diadakan. Semasa intervensi pendidikan kesihatan, pendekatan individu, kumpulan dan massa telah digunapakai melalui kaedah ceramah, pameran, tayangan video, demonstrasi, edar risalah dan kaunseling. Walau bagaimanapun, kajian menunjukkan amalan penyusuan ibu secara eksklusif amat rendah terutamanya di kalangan ibu-ibu yang bekerja. Walaupun pada awalnya seramai 93% ibu-ibu berhasrat untuk menyusukan bayi mereka melebihi 4 bulan, tetapi akhirnya hanya 53% sahaja yang berbuat demikian. Walau bagaimanapun berlaku peningkatan sebanyak 13% iaitu daripada 40% sebelum intervensi kepada 53% selepas intervensi. Oleh itu, terdapat hubungan yang signifikan antara status pekerjaan dengan penyusuan ibu secara eksklusif. Oleh yang demikian, intervensi pendidikan kesihatan yang akan datang hendaklah lebih memfokuskan kepada kaedah kaunseling individu terutamanya kepada ibu-ibu yang bekerja.

PENGENALAN

Susu ibu merupakan sumber semulajadi yang paling berharga dan boleh diperolehi di serata dunia. Susu ibu merupakan makanan yang paling baik untuk bayi. Ia mengandungi semua nutrien yang diperlukan dalam kuantiti yang betul. Susu ibu sahaja sudah cukup untuk memenuhi keperluan bayi semasa empat hingga enam bulan yang pertama dalam hidupnya, sekiranya susu ibu diberi secara eksklusif. Pengenalan kepada penyusuan susu ibu mula diketengahkan ke peringkat antara bangsa pada tahun 1939 oleh Dr. Cecily Williams yang telah membentangkan satu usul bertajuk "Milk and Murder" di Kelab Rotary Singapura. Manakala pada tahun 1990, satu deklarasi diputuskan di *World Summit of Children* di New York sebagai pelan tindakan yang merangkumi "...penggalakan semua ibu supaya menyusukan bayi-bayi mereka secara eksklusif selama empat hingga enam bulan dan meneruskan penyusuan mereka beserta pemberian makanan tambahan sehingga bayi berumur 2 tahun atau lebih" (Maghales, 1993). Seterusnya program "*Baby-friendly Hospital Initiative*" (BFHI) atau Hospital Rakan Bayi telah dilancarkan oleh WHO di Ankara, Turki pada bulan

Jun 1991 dengan tujuan menyokong sepenuhnya dan mempromosi penyusuan susu ibu. Ekoran daripada itu, pada tahun 1991, WHO telah menetapkan tarikh 1 hingga 7 Ogos setiap tahun sebagai Minggu Penyusuan Susu Ibu.

Rasional Pemilihan Masalah

Menurut Kajian Morbiditi 1996, dianggarkan kira-kira 88.6% ibu-ibu menyusukan bayi mereka tetapi hanya 29% sahaja yang menyusukan bayi mereka secara eksklusif. Manakala hanya 11.7% bayi diberikan susu ibu sehingga berumur 2 tahun (*continued breast feeding*). Pemilihan kajian dibuat memandangkan prevalens amalan penyusuan susu ibu secara eksklusif di Seremban adalah rendah. Prevalens amalan penyusuan susu ibu Di Negeri Sembilan dan Malaysia adalah seperti dalam jadual di bawah.

Apa yang ingin ditekankan ialah mengenali sebab-sebab mengapa susuan secara eksklusif di Negeri Sembilan begitu rendah dan cara-cara untuk meningkatkan amalan tersebut melalui pendekatan dan kedah intervensi pendidikan kesihatan yang terpilih

* Pejabat Daerah Kesihatan Seremban

Prevalens Amalan Penyusuan Susu Ibu Di N. Sembilan dan Malaysia

Jenis Penyusuan Susu Ibu	N. Sembilan	Malaysia
Pernah Diberi Susu Ibu	82.2%	88.6%
Penyusuan Eksklusif	15.7%	29%
Predominan	9.6%	10%
Penyusuan Separa/Komplementari	53.7%	46.9%
Penyusuan Susu Ibu Sehingga 2 Tahun	17.8%	11.7%
Penyusuan 1 Jam Selepas Kelahiran	27.8%	41.4%
Purata Tempoh Penyusuan Susu Ibu	29.67 Minggu	28.01 Minggu

Sumber : Kajian Mobiditi 1996

Objektif Umum

Meningkatkan taraf kesihatan bayi dan kanak-kanak di kawasan operasi Klinik Kesihatan Seremban melalui program pendidikan kesihatan hasil daripada amalan penyusuan susu ibu.

Objektif Projek

Meningkatkan amalan penyusuan susu ibu secara eksklusif di kalangan ibu-ibu hamil anak kedua dan lebih (anak terdahulu pernah diberi susu ibu), yang datang ke Klinik Kesihatan Seremban daripada 40% kepada 60% melalui intervensi pendidikan kesihatan yang akan diberikan.

Objektif Tingkah Laku

Peratusan ibu yang mengamalkan penyusuan eksklusif kepada bayi-bayi mereka akan ditingkatkan daripada 40% sebelum intervensi kepada 60% selepas intervensi pendidikan kesihatan dan peratusan ibu yang mengetahui cara mengatasi bengkak payu dara dapat ditingkatkan daripada 87% sebelum intervensi kepada 95% selepas intervensi pendidikan kesihatan dilaksanakan.

Strategi dan Kaedah

Strategi yang sesuai digunakan dalam kajian ini bagi mencapai objektif kajian ialah komunikasi dan latihan. Strategi komunikasi digunakan untuk menyedarkan kumpulan sasar tentang kepentingan dan faedah penyusuan susu ibu kepada mereka serta meningkatkan kefahaman mereka tentang penyusuan susu ibu. Manakala strategi latihan ialah memberi kemahiran kepada ibu-ibu bagaimana cara memerah susu pada payu dara dengan berkesan agar payu dara

tidak bengkak dan susu dapat mengalir dengan baik. Antara kaedah yang dijalankan ialah kaedah komunikasi seperti ceramah, pameran, tayangan video, kaunseling dan edaran risalah. Manakala kaedah organisasi ialah nasihat individu atau kaunseling digunakan dan menjawab soalan kuiz selepas ceramah disampaikan.

METODOLOGI

Tempat Kajian

Kajian dijalankan di Klinik Kesihatan Ibu dan Anak, Klinik Kesihatan Seremban, di bawah pentadbiran Pejabat Kesihatan Daerah Seremban yang terletak di KM 3, Jalan Rasah, Seremban.

Definisi Penyusuan Ibu Secara Eksklusif

Bayi yang diberi susu ibu sahaja sehingga berumur 4 bulan (120 hari) dan tidak diberi makanan dan minuman lain kecuali ubat-ubatan, vitamin dan susu ibu yang diperah.

Rekabentuk Kajian

Kajian ini dibuat menggunakan rekabentuk kajian eksperimen iaitu jenis rekabentuk kajian yang hanya menggunakan satu kumpulan responden iaitu sekumpulan ibu-ibu hamil anak kedua ke atas yang dijangka bersalin pada 1 hingga 31 Mac 2001. Kajian ini melibatkan pengukuran pengetahuan, sikap dan amalan terhadap sekumpulan ibu-ibu hamil anak kedua pada sebelum dan selepas projek intervensi pendidikan kesihatan dilaksanakan kepada mereka. Ini bermakna perubahan tingkah laku responden ditentukan melalui perbandingan antara amalan responden sebelum dan selepas projek dilaksanakan.

Kaedah Persempelan Kajian dan Responden

Persempelan yang digunakan dalam kajian ini ialah persempelan populasi (*population sampling*). Seramai 40 orang ibu-ibu hamil telah dipilih sebagai responden. Responden dalam kajian ini ialah ibu-ibu hamil anak kedua atau lebih (multi gravida, dengan syarat anak pertama masih hidup). Satu set borang soal selidik telah dibentuk bagi pra-ujian dan pos-ujian terbahagi kepada beberapa bahagian iaitu biodata, uji tentang pengetahuan, sikap dan amalan.

Analisis Statistik

Data pra-ujian dan pos-ujian yang telah dikumpul akan dianalisis dengan menggunakan perisian EPI Info Versi 6. Hasil kajian akan dibandingkan untuk menilai keberkesanan intervensi pendidikan kesihatan yang telah dijalankan.

HASIL KAJIAN

Latar Belakang Responden

Hasil kajian menunjukkan keturunan Melayu adalah seramai 25 orang (62%), Cina 8 orang (20%) dan India 7 orang (17%). Majoriti umur ibu-ibu hamil yang dipilih sebagai responden mereka yang berumur dalam lingkungan 21 hingga 30 tahun iaitu seramai 21 orang (53). Dari segi taraf pendidikan pula, majoriti ialah mereka yang mendapat pendidikan menengah iaitu

daripada tingkatan 1 hingga tingkatan 6 terdiri daripada 33 orang (82%). 22 orang (55%) terdiri daripada mereka yang bekerja. Manakala 18 orang (45%) terdiri daripada mereka yang tidak bekerja iaitu suri rumah sepenuh masa.

Majoriti responden berpendapatan dalam lingkungan RM1,000.00 hingga RM2,000.00 iaitu seramai 26 orang (65%). Majoriti responden mempunyai anak seramai seorang iaitu 18 orang ibu (45%). Dari segi umur anak bongsu pula ialah majoriti ibu-ibu mempunyai anak bongsu yang berumur 2 tahun iaitu seramai 15 orang (38%). Analisis juga menunjukkan semua responden (100%) pernah mendapat pendidikan kesihatan mengenai penyusuan ibu. Semua ibu (100%) menyatakan kesediaan mereka menyusukan bayi dengan susu ibu dengan tempoh antara 1 hingga 24 bulan dan mereka mendapat galakan atau sokongan sosial sama ada dari suami, ibu, mertua, adik beradik, rakan dan anggota kesihatan ke arah penyusuan susu ibu.

Pengetahuan Tentang Penyusuan Susu Ibu

Hasil daripada analisis data pra-ujian dan pos-ujian, didapati responden mempunyai tahap pengetahuan yang baik mengenai penyusuan susu ibu. Ini mungkin disebabkan mereka telah mempunyai pengalaman dalam penyusuan ibu kepada anak yang terdahulu.

Pengetahuan Responden Mengenai Penyusuan Susu Ibu

Perkara	Pra-ujian (%)	Pos-ujian (%)
Faedah susu ibu kepada bayi	92	98
Faedah susu ibu kepada ibu	88	98
Cara atasi bengkak payu dara	87	97
Penyusuan ibu yang berkesan	90	96
Tempoh patut beri susu ibu selepas bersalin	75	100
Tempoh penyusuan ibu yang sesuai	70	98
Masa sesuai beri bayi makanan tambahan	78	98

Tahap Perubahan Sikap Responden

Tahap Sikap	Pra-ujian (%)	Pos-ujian (%)
Positif	86	98
Neutral	8	0.3
Negatif	6	1.7

Tahap Sikap Tentang Penyusuan Susu Ibu

Secara keseluruhan tahap sikap responden mengenai amalan penyusuan susu ibu juga telah berubah daripada kurang mengambil berat kepada lebih peka dan positif. Tahap perubahan sikap responden di antara sebelum dan selepas intervensi adalah seperti dalam jadual berikut.

Tahap Amalan Tentang Penyusuan Susu Ibu

Analisis data pra-ujian terhadap amalan penyusuan susu ibu menunjukkan semua ibu yang ditemuramah pernah memberi susu ibu kepada bayi-bayi mereka yang terdahulu (*ever breast fed*) iaitu 100%. Manakala mereka yang mengamalkan penyusuan susu ibu secara eksklusif hanyalah 16 orang (40%), selebihnya iaitu seramai 24 orang (60%) memberi anak susu ibu secara predomina atau komplementari. Antara alasan popular yang diberikan ialah keluar bekerja, susu tidak cukup, susu ibu telah kering, tidak tahu cara pemerah susu dengan betul dan keletihan.

Analisis data pos-ujian terhadap amalan penyusuan menunjukkan penyusuan susu ibu secara eksklusif meningkat kepada 21 orang (53%) berbanding dengan 16 orang (47%) sebelum intervensi. Bakinya iaitu seramai 19 orang (47%) mengamalkan penyusuan susu ibu secara predomina atau komplementari. Didapati juga, daripada 16 orang yang memberi susu secara eksklusif, didapati 12 orang (75%) daripadanya terdiri daripada ibu-ibu yang tidak bekerja. Hanya 4 orang sahaja (25%) sahaja yang bekerja. Daripada 21 orang yang memberi susu secara eksklusif, didapati 13 orang (62%) daripadanya terdiri daripada ibu-ibu yang tidak bekerja. Hanya 8 orang (38%) sahaja terdiri daripada ibu-ibu yang bekerja. Kajian awal menunjukkan 93% responden berhasrat untuk menyusukan bayi mereka melebihi 4 bulan (eksklusif), tetapi akhirnya hanya 53% sahaja yang berbuat demikian.

PERBINCANGAN

Secara umumnya, setelah intervensi pendidikan kesihatan diberi kepada ibu-ibu, analisis data pra-ujian menunjukkan berlaku peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap positif ibu-ibu terhadap penyusuan susu ibu. Walau bagaimanapun, dari segi amalan, berlaku peningkatan sebanyak 13% iaitu daripada 40% kepada 53% terhadap amalan penyusuan susu ibu secara eksklusif di kalangan ibu-ibu yang sama daripada sebelum dan selepas intervensi pendidikan dijalankan. Hasil daripada intervensi pendidikan kesihatan di dapati terdapat peningkatan dari segi pengetahuan responden mengenai penyusuan susu ibu

daripada 87% kepada 97%. Peningkatan sama ada dari segi tempoh amalan penyusuan, kebaikan susu ibu kepada bayi, kebaikan susu ibu kepada ibu, cara atasi bengkak payu dara dan teknik penyusuan susu ibu yang berkesan.

Objektif projek iaitu meningkatkan amalan penyusuan susu ibu secara eksklusif di kalangan ibu-ibu hamil anak ke dua dan ke atas yang mendapatkan pemeriksaan ante-natal di Klinik Kesihatan Seremban daripada 40% kepada 60% menjelang akhir bulan Mac 2001 melalui program pendidikan kesihatan telah berjaya dengan memuaskan. Peratusan sebenar telah naik daripada 40% kepada 53%, iaitu kurang 7%. Dengan peningkatan ini sekali gus adalah diharapkan objektif umum kajian iaitu meningkatkan taraf kesihatan bayi dan kanak-kanak di kawasan operasi Klinik Kesihatan Seremban melalui program pendidikan kesihatan akan dapat dicapai. Manakala objektif tingkah laku iaitu untuk meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan amalan penyusuan susu ibu secara eksklusif dan cara mengatasi bengkak payu dara dapat dicapai sehingga 90% menjelang akhir bulan Mac 2001. Analisis data menunjukkan selepas intervensi pendidikan kesihatan peratusan telah meningkat kepada 97%.

Memandangkan kawasan kajian terletak di bandar Seremban yang merupakan ibu negeri bagi Negeri Sembilan, maka ramai wanita/ibu-ibu yang bekerja atas beberapa sebab seperti desakan ekonomi, peningkatan kos sara hidup di bandar, wujudnya pusat-pusat asuhan kanak-kanak, wujudnya peluang yang banyak, banyak pilihan kerjaya dan kerja-kerja di rumah yang semakin senang dengan adanya peralatan rumah yang semakin canggih (Norma Mansur, 1989). Dalam kajian ini telah menunjukkan terdapatnya kaitan antara status pekerjaan seseorang dengan jenis penyusuan susu ibu kepada bayi-bayi mereka.

Faktor utama yang menyebabkan ibu-ibu tidak meneruskan penyusuan eksklusif ialah bekerja, kekeringan susu, tiada susu, tidak tahu cara-cara pemerah susu dengan baik dan tidak ada kemudahan pusat jagaan kanak-kanak di tempat kerja bagi meneruskan penyusuan eksklusif bagi ibu-ibu yang bekerja. Walau bagaimanapun, angka ini tidak tepat dan boleh berubah kerana semasa pengkaji melakukan pos-ujian, ibu-ibu yang bekerja baru dalam tempoh lebih kurang 2 bulan selepas bersalin. Mungkin selepas satu atau dua minggu kembali bertugas, penyusuan susu ibu secara eksklusif tidak dapat dijalankan atas beberapa sebab. Faktor masa yang singkat, iaitu 2 bulan selepas bersalin tidak boleh dijadikan satu kayu pengukur untuk mengandaikan ibu-ibu akan terus mengamalkan penyusuan eksklusif

seterusnya. Walau bagaimanapun, ia merupakan satu titik tolak ke arah penyusuan eksklusif. Setelah mereka dapati amalan ini baik untuk mereka, mereka akan terus mengamalkannya (Bandura, 1977). Dalam prinsip pendidikan kesihatan menyatakan lebih mudah mengubahsuaikan tingkah laku yang sedia ada berbanding dengan pengamalan sesuatu tingkah laku yang baru.

Faktor budaya juga menyumbang ke arah penyusuan susu ibu seperti kemajuan teknologi dalam bidang pengawetan dan perumusan susu formula yang dikatakan hampir menyerupai susu ibu; perubahan dalam cara mendidik anak; perubahan pandangan kaum wanita mengenai peranan mereka dalam rumah tangga dan penonjolan payu dara wanita sebagai objek seksual. Wujudnya halangan-halangan persekitaran sosial di sekeliling ke arah penyusuan susu ibu secara eksklusif seperti iklan meluas susu formula di media cetak dan elektronik, susu formula yang mudah diperolehi dengan pelbagai jenama dan harga, peralatan penyusuan bayi seperti botol dan puting yang mudah diperolehi, pergi mana-mana masih ramai yang memberi susu formula, masyarakat sekitar yang memberi galakan dan sokongan dan sebagainya menghalang motivasi ibu-ibu muda. Tekanan mental dan sosial ini boleh membatalkan hasrat mereka ke arah penyusuan susu ibu.

.. Saiz sampel yang terhad juga membatasi hasil kajian secara keseluruhannya. Sampel terhad kepada ibu-ibu hamil anak kedua dan ke atas di mana anak pertama pernah diberi susu ibu, yang dijangka bersalin pada 1 Mac hingga 31 Mac 2001. Masalah komunikasi dengan responden yang terdiri daripada pelbagai bangsa dan agama serta responden pulang ke kampung halaman untuk bersalin dan berpantang juga membatasi hasil kajian secara keseluruhan. Walau bagaimanapun, memandangkan usaha/kempen ke arah penyusuan susu ibu secara eksklusif dan Hospital Rakan Bayi baru diperkenalkan di Malaysia iaitu sejak tahun 1993 (Suriati, 1998), maka sememangnya ia memakan masa yang lama untuk melihat keberkesannya. Walaupun tidak begitu meningkat dengan ketara, tetapi peningkatannya semakin nampak diperolehi.

CADANGAN

- i) Tempoh masa kajian sebaiknya dapat dipanjangkan kepada 7 bulan bagi memastikan ibu-ibu yang diambil sebagai responden dapat ditemuramah kembali selepas 4 bulan mereka bersalin. Ini bagi memastikan penyusuan ibu secara eksklusif benar-benar dapat dilihat.
- ii) Meningkatkan latihan dan kemahiran kepada anggota kesihatan bidang pendidikan

kesihatan seperti ceramah, demonstrasi dan kaunseling

- iii) Tidak memperkenalkan pil pencegah hamil terlalu awal kepada ibu-ibu. Pil pencegah hamil boleh menyumbang kepada kekeringan susu badan. (Shaikh Alaudeen, 1996).
- iv) Dapatkan sokongan kerajaan dan majikan dengan membuka pusat asuhan bayi dan kanak-kanak di setiap jabatan.
- v) Ejen perubahan dalam pendidikan kesihatan mestilah mereka yang boleh diterima oleh kumpulan sasar dan mempunyai persamaan dari segi kepercayaan, budaya dan nilai.
- vi) Memperkenalkan kurikulum penyusuan susu ibu di sekolah-sekolah
- vii) Penglibatan hospital/klinik swasta amat diperlukan dalam menyokong dasar kerajaan.

KESIMPULAN

Secara umumnya, setelah intervensi pendidikan kesihatan diberi kepada ibu-ibu, analisis data pra-ujian menunjukkan berlaku peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap ibu-ibu terhadap penyusuan susu ibu. Walau bagaimanapun, berlaku peningkatan sebanyak 13% terhadap amalan penyusuan susu ibu secara eksklusif di kalangan ibu-ibu yang sama daripada sebelum dan selepas intervensi pendidikan dijalankan. Oleh itu, objektif projek, objektif tingkah laku telah tercapai dengan memuaskan. Dari sini dapat disimpulkan bahawa usaha meningkatkan pengetahuan amatlah mudah, iaitu dengan menjalankan pelbagai aktiviti pendidikan kesihatan seperti ceramah, pameran, tayangan video dan sebagainya, tetapi untuk mengubah sikap dan amalan bukanlah sesuatu yang mudah (Leon Berger, 1960).

Kesimpulannya faktor utama ke arah kejayaan penyusuan susu ibu kepada diri sendiri banyak bergantung kepada keazaman individu berkenaan. Perbanyakkan pembacaan, dan bersedia dari segi mental, sosial dan fizikal sebelum memasuki alam rumah tangga dan menjadi seorang ibu. Selain daripada peranan anggota kesihatan, dapatkan maklumat positif dan sokongan sosial dari suami, keluarga, rakan dan majikan (L.W. Green, 1986). Apa yang penting ialah penyusuan susu ibu merupakan tanggungjawab bersama suami dan isteri.

RUJUKAN

- Green, L. W. 1978. *Determining the impact & effectiveness of Health Education as it Relates to Federal Policy*. Health Education Monograph: 6 (1) 28-66.

Green L.W. 1986. *Measurement and Evaluation in Health Education and Health Promotion*. Mayfield Publishing Company, California: 134-139.

Kementerian Kesihatan Malaysia dan UNICEFF . 1998. *Penyusuan Susu Ibu: Yang Terbaik Buat Si Manja dan Anda*. Siri ke 3.

Kementerian Kesihatan Malaysia, Institut Kesihatan Umum. 1999. *Modul Latihan Bagi Anggota Kesihatan – Kaunseling Untuk Penyusuan Susu Ibu*.

Ministry of Health. 1998. National Health and Morbidity Survey 1996.

Persatuan Pemakanan Malaysia, 2001. Susu Ibu Terbaik Untuk Bayi. *Mingguan Malaysia*, 4 Februari:27.

Saadeh, R.J. 1993. *Breast-feeding. The technical Basic and Recommendations for Action*. Geneva: WHO.

Shaikh Alaudeen. 1996. *Penyusuan Ibu, Aspek Pemakanan, Perkembangan dan Kesihatan Bayi*. KL: Dewan Bahasa dan Pustaka: 78-102.

Suriati Ghazali. 1998. *Menyusukan Bayi: Mengatasi Halangan Mental dan Sosial*. K.L: Utusan Publications & Distributions Sdn. Bhd.

UNICEFF & WHO. 1993. *Breastfeeding Management and Promotion in a Baby-Friendly Hospital: an 18 – hour course for maternity staff*. 2: 6-8.