

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN CEMAS IBU DALAM PEMBERIAN ASI TERHADAP PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI DESA GUNUNG AGUNG KABUPATEN MUARA ENIM

Fitriani Agustina¹, Novalia Efrianty²

Dosen Akademi Keperawatan Al-Ma'arif Baturaja^{1,2}
Email : fitrianiagustina2802@gmail.com¹, efriantynovalia@gmail.com²

ABSTRACT

Breast milk is the first source of nutrition for babies which contains vitamins and minerals. The low coverage of breastfeeding is caused by several factors including knowledge and motivation related to the level of anxiety in the desire to breastfeed. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and mother's level of anxiety in breastfeeding. Methods This type of research uses an analytical survey method with a Cross Sectional approach. Sampling in this study used incidental sampling, the number of samples was 25 breastfeeding mothers in Gunung Agung Village, Muara Enim Regency, the study used questionnaires and interview techniques, observation. The results of the study concluded that the results of good knowledge of respondents were 21 (87.5%), and 1 (100.0%). While the smooth production of breast milk as much as 3 (12.5%) and the production of breast milk that is not smooth there is no respondent 0 (0.0%). Based on bivariate analysis of Chi-Square test results obtained by Sig. Chi Square 0.002 (<0.05). Conclusion This shows that there is a significant relationship between knowledge and breast milk production. While the results of Anxiety showed that of the 25 respondents who had mild anxiety about breast milk production as many as 17 (89.5%) and who had moderate anxiety as many as 5 (83.3%). While the smooth production of breast milk is 2 (10.5%) and the production of breast milk is not smooth is 1 (16.7%). Based on bivariate analysis of Chi-Square test results obtained by Sig. Chi Square 0.000 (<0.05). This shows that there is a significant relationship between anxiety and breast milk production. Suggestions increase mother's knowledge to reduce anxiety in order to obtain good breast milk production.

Keywords : Knowledge, Anxiety, Breast Milk Production

ABSTRAK

ASI adalah sumber nutrisi pertama untuk bayi yang mengandung vitamin dan mineral. Rendahnya cakupan pemberian ASI disebabkan oleh beberapa faktor termasuk pengetahuan dan motivasi yang terkait dengan tingkat cemas dalam keinginan untuk menyusui. Tujuan Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan tingkat cemas ibu dalam pemberian ASI. Metode Jenis penelitian ini menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *assidental sampling*, Jumlah sampel 25 responden Ibu Menyusui Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim, penelitian menggunakan kuesioner dan tehnik wawancara pendekatan, Observasi. Hasil Penelitian disimpulkan bahwa hasil pengetahuan responden yang baik sebanyak 21 (87.5%), dan yang kurang sebanyak 1 (100.0%). Sedangkan kelancaran produksi asi sebanyak 3 (12.5%) dan produksi asi yang tidak lancar tidak ada responden 0 (0.0%). Berdasarkan Analisa bivariat hasil uji Chi-Square diperoleh oleh Sig. Chi Square 0.002 (< 0.05). Kesimpulan Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan produksi asi. Sedangkan hasil dari Cemas menunjukkan bahwa dari 25 responden yang memiliki cemas ringan tentang produksi asi sebanyak 17(89.5%) dan yang memiliki cemas sedang sebanyak 5(83.3%). Sedangkan kelancaran produksi asi sebanyak 2 (10.5%) dan produksi asi yang tidak lancar tsebanyak 1 (16.7%). Berdasarkan Analisa bivariat hasil uji Chi-Square diperoleh oleh Sig. Chi Square 0.000 (< 0.05). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara Cemas dan produksi asi. Saran meningkatkan pengetahuan ibu untuk mengurangi kecemasan agar bisa memperoleh produksi asi yang baik.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kecemasan, Produksi ASI

PENDAHULUAN

ASI merupakan sumber nutrisi pertama bagi bayi dan mengandung vitamin dan mineral. Lingkup menyusui yang sempit disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain pengetahuan dan motivasi tingkat emosional ingin menyusui. Pengetahuan adalah hasil dari apa yang diketahui orang setelah mereka mengetahui sesuatu, sedangkan emosi adalah kekuatan pendorong tindakan dan rencana segera untuk dihadapi, tetapi emosi memicu tindakan karena keinginan untuk segera bereaksi. Tindakan dapat memotivasi tujuan Anda. Oleh karena itu, pengetahuan tentang menyusui saja penting bagi ibu yang mempengaruhi aspek emosional ibu menyusui (Kartika et al, 2020).

Cakupan ASI eksklusif dunia berdasarkan data dari UNICEF (*United Nations Children's Fund*) pada tahun 2012, terdapat 39% bayi di bawah usia enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di seluruh dunia (WHO, 2012) dan hanya meningkat 1% dalam rentang waktu 2012-2015, pada tahun 2015 cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 40% (WHO, 2016). Cakupan laporan Kementerian Kesehatan RI (2016) didapatkan rata-rata persentase ASI eksklusif nasional sebesar 55,7%. Berdasarkan data dari provinsi Sumatera Selatan jumlah yang didapat pada tahun 2018 berjumlah 41,56% Pada tahun 2019 berjumlah 64,39%, pada tahun 2020 berjumlah 68,06% (Data Kemkes RI).

Stres saat menyusui dapat mengganggu produksi ASI. Stres sering dialami pada bulan pertama setelah lahir sebagai adaptasi terhadap peran baru. Keadaan ini dapat menyebabkan ibu berhenti menyusui sebelum waktunya, dan selama menyusui merupakan nutrisi terbaik bagi bayinya, hal tersebut dapat mempengaruhi kelangsungan menyusui (Zuly dan Yuli, 2020).

Stres merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi menyusui. Misalnya, ketika seorang ibu mulai menyusui, ia menghadapi masalah seperti kelelahan, kekurangan ASI, nyeri puting, dan masalah tidur di malam hari. Stres dapat memengaruhi produksi ASI karena menghambat produksi ASI dan pada akhirnya menyebabkan dalam pemberian Asi (Roesli, 2012).

Breastfeeding Self-efficacy memiliki tiga sumber informasi utama: pencapaian (pengalaman menyusui sebelumnya), pengalaman manusia (melihat orang lain yang menyusui), dan kepercayaan verbal (dukungan dari orang lain). Dipengaruhi oleh sumbernya. Mencakup pernyataan empati, perhatian, dan peringatan kepada pemangku kepentingan (Mulyani, 2013; Kristiyanisari, 2013).

Jumlah ASI yang diproduksi dalam kondisi normal, biasanya jumlah ASI yang dihasilkan ibu selalu berdasarkan kebutuhan bayi, sehingga produksi ASI optimal tercapai 10 sampai 14 hari setelah lahir. Produksi ASI untuk beberapa hari pertama setelah lahir adalah sekitar 10-100 ml per hari. Produksi ASI efektif akan terus meningkat hingga 6 bulan, dengan rata-rata produksi harian 700-800 ml. Kemudian produksi ASI turun menjadi 500-700 ml setelah 6 bulan pertama (Mulyani, 2013).

Pemerintah Indonesia memberikan perhatian lebih terhadap pemberian ASI eksklusif yang tertuang dalam pasal 128 Undang-Undang No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan dan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 33 tahun 2012 tentang pemberian air susu ibu eksklusif. Pemerintah mempunyai tujuan untuk menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI eksklusif, memberikan perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya, dan meningkatkan perandan dukungan keluarga, masyarakat setempat, pemerintah daerah, dan pemerintah terhadap pemberian ASI eksklusif kepada bayi hingga berusia enam bulan.

Berdasarkan cakupan ASI eksklusif dan dan kecemasan ibu dalam menyusui, kajian tentang penelitian terdahulu mengenai pemberian ASI eksklusif yang berpengaruh terhadap pemberian ASI eksklusif adalah pengetahuan ibu dan emosional ibu mengenai produksi ASI eksklusif, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan Dan Kecemasan Ibu Dalam Pemberian Asi Terhadap Produk Asi Ibu Pada Ibu Menyusui Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim".

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2021, dilaksanakan di Desa Gunung Agung. Sampel pada penelitian ini adalah ibu menyusui periode bulan Mei-Juli 2021 dengan masalah produksi ASI yang sedikit atau kurang di Desa Gunung Agung berjumlah 25 orang. Sampel diambil dengan metode *Total Sampling*. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah pengetahuan ibu tentang ASI dan cemas ibu menyusui dan variabel dependennya adalah produksi ASI. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner dan check list. Data yang terkumpul kemudian di sajikan dalam bentuk tabel dan selanjutnya dilakukan analisis dengan SPSS *Chi Kuadrat* dengan tingkat signifikan *p-value* (α) = 0,05.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Distribusi Frekuensi Umur Tentang Produksi ASI Ibu

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Umur Responden Tentang Produksi ASI Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Umur | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-------|-------------|---------------|----------------|
| 1 | 24-29 Tahun | 10 | 38,5 |
| 2 | 30-41 Tahun | 15 | 53,7 |
| Total | | 25 | 100,0 |

Pada Tabel 1 dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki Umur 30-41 yaitu sebanyak 15 responden (53,7%).

Distribusi Frekuensi Jumlah Anak Tentang Produksi ASI Ibu

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jumlah Anak Responden Tentang Produksi ASI Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Jumlah Anak | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-------|-------------|---------------|----------------|
| 1 | 1-3 | 12 | 46,2 |
| 2 | 4-6 | 12 | 46,2 |
| 3 | 6-8 | 1 | 3,8 |
| Total | | 25 | 100,0 |

Pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki Jumlah Anak 1-3 yaitu sebanyak 12 responden (46,2%) sebanding dengan 4-6 yaitu sama memiliki 12 responden (46,2%).

Distribusi Frekuensi Pendidikan Tentang produksi ASI Ibu

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden Tentang Produksi ASI Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Pendidikan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-------|------------|---------------|----------------|
| 1 | SD | 5 | 19,2 |
| 2 | SMP | 7 | 26,9 |
| 3 | SMA | 3 | 11,5 |
| 4 | D-III | 5 | 19,2 |
| 5 | S-1 | 5 | 19,2 |
| Total | | 25 | 100,0 |

Pada Tabel 3 dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki Tingkat Pendidikan Paling Banyak SMP yaitu sebanyak 7 responden (26,9%).

Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Tentang Produksi ASI Ibu

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Responden Tentang Produksi ASI Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Dukungan Keluarga | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|-------|-------------------|---------------|----------------|
| 1 | Ada | 25 | 25 |
| Total | | 25 | 100,0 |

Pada Tabel 4 dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki Dukungan Keluarga tentang Produksi ASI yaitu sebanyak 25 responden (100,0%).

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Produksi ASI Ibu**Tabel 5** Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Tentang Produksi ASI Di Desa Gununga Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Pengetahuan | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----|-------------|---------------|----------------|
| 1 | Baik | 19 | 73,1 |
| 2 | Kurang | 6 | 23,1 |
| | Total | 25 | 100,0 |

Pada Tabel 5 dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki pengetahuan baik tentang Produksi ASI yaitu sebanyak 19 responden (73,1%).

Distribusi Frekuensi Kecemasan Tentang Produksi ASI Ibu**Tabel 6** Distribusi Frekuensi Kecemasan Responden Tentang Produksi ASI Di Desa Gununga Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Cemas | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----|--------|---------------|----------------|
| 1 | Ringan | 15 | 57,7 |
| 2 | Sedang | 10 | 38,5 |
| | Total | 25 | 100,0 |

Pada Tabel 6 dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki Cemas Ringan tentang Produksi ASI yaitu sebanyak 15 responden (57,7%).

Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu**Tabel 7** Distribusi Frekuensi Produksi ASI Di Desa Gununga Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Produksi Asi | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|----|--------------|---------------|----------------|
| 1 | Lancar | 14 | 53,8 |
| 2 | Tidak Lancar | 11 | 42,3 |
| | Total | 25 | 100,0 |

Pada Tabel 7 dapat dilihat bahwa jumlah responden yang memiliki Produksi Asi Lancar yaitu sebanyak 14 responden (53,8%).

Analisa Bivariat**Distribusi Hubungan Antara Pengetahuan dengan Produksi ASI****Tabel 8** Distibusi Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Produksi ASI Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Pengetahuan | Produksi Asi | | | | Total | | Sig. Chi Square |
|----|-------------|--------------|-------|--------------|------|-------|-------|-----------------|
| | | Lancar | | Tidak Lancar | | F | % | |
| | | F | % | F | % | | | |
| 1 | Baik | 21 | 87.5 | 3 | 12.5 | 24 | 100.0 | 0.002 |
| 2 | Kurang | 1 | 100.0 | 0 | 0.0 | 1 | 100.0 | |
| | Total | 22 | 88.0 | 3 | 12.0 | 25 | 100.0 | |

*Chi Square

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui dengan Produksi ASI didapatkan bahwa ada 21 (87.5%) ibu yang mempunyai Pengetahuan Baik. Hasil analisis Bivariat uji statistic *Chi-Square* diperoleh *Sig. Chi Square* = 0.002 (*Sig. Chi Square* < *P value*) (0,0002 < 0.05). Hasil tersebut menunjukkan ada hubungan bermakna antara Pengetahuan dan Produksi ASI.

Distribusi Hubungan Antara Kecemasan dengan Produksi ASI**Tabel 9** Distibusi Hubungan Antara Kecemasan Dengan Produksi ASI Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara Enim

| No | Kecemasan | Produksi Asi | | | | Total | | Sig. Chi Square |
|----|-----------|--------------|------|--------------|------|-------|-------|-----------------|
| | | Lancar | | Tidak Lancar | | F | % | |
| | | F | % | F | % | | | |
| 1 | Ringan | 17 | 89.5 | 2 | 10.5 | 19 | 100.0 | .000 |
| 2 | Sedang | 5 | 83.3 | 1 | 16.7 | 6 | 100.0 | |
| | Total | 22 | 88.0 | 3 | 12.0 | 25 | 100.0 | |

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan Kecemasan Ibu Menyusui dengan Produksi ASI didapatkan bahwa ada 17 (89.5%) ibu yang mempunyai Cemas Ringan. Hasil analisis Bivariat uji statistic *Chi-Square* diperoleh *Sig. Chi Square* = 0.000 (*Sig. Chi Square* < *P value*) (0,000 < 0.05).

PEMBAHASAN

ASI adalah sumber nutrisi pertama untuk bayi yang mengandung vitamin dan mineral. Rendahnya cakupan pemberian ASI disebabkan oleh beberapa faktor termasuk pengetahuan dan motivasi yang terkait dengan tingkat cemas dalam keinginan untuk menyusui (Mulyani, 2013).

Pada variabel usia terdapat dalam dua artikel, variabel usia dibagi menjadi dua kategori yaitu 24-29 tahun. Pada kategori 24-29 tahun sebanyak 10 (38,5%) responden melakukan pemberian ASI eksklusif dan kategori 30-41 tahun yaitu 15 (53,7%).

Pada variabel jumlah anak terdapat dalam tiga artikel, variabel jumlah anak dibagi menjadi tiga kategori yaitu 1-3. Pada kategori ini sebanyak 12 (46,2%). 4-6 yaitu 12 (46,2%). pada 6-8 yaitu 1 (3,8%) responden melakukan pemberian ASI eksklusif.

Pada variabel pendidikan terdapat dalam lima artikel, variabel pendidikan (Meiyana, 2010) Pada kategori pendidikan SD sebanyak 5 (19,2%). SMP 7 (26,9%) SMA 3 (11,5%) D-III 5 (19,2%) S-1 5 (19,2%) responden melakukan pemberian ASI eksklusif.

Pada variabel dukungan keluarga terdapat dalam dua artikel, variabel dukungan keluarga dibagi menjadi dua kategori yaitu Ada. Pada kategori ini sebanyak 25 (100,0%) responden melakukan pemberian ASI eksklusif.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan Pengetahuan Ibu Menyusui dengan Produksi Asi didapatkan bahwa ada 21 (87,5%) ibu yang mempunyai Pengetahuan Baik. Hasil analisis Bivariat uji statistic *Chi-Square* diperoleh $Sig. Chi Square = 0,000$ ($Sig. Chi Square < P value$) ($0,002 < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan ada hubungan bermakna antara Pengetahuan dan Produksi Asi. Hal ini sudah sesuai dengan teori Notoatmodjo S, (2012) yang menyatakan bahwa pengetahuan adalah merupakan resultan dari akibat penginderaan terhadap objek. penginderaan ini meliputi penglihatan, pendengaran, perasa, perabaan, penciuman. Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman dari berbagai macam sumber misalnya seperti media masa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan, media poster, kerabat dekat, dan sebagainya

(Notoatmodjo, 2012). Semakin banyak berbagai media yang memberikan informasi mengenai produksi asi maka semakin banyak juga pengetahuan ibu tentang produksi asi. Menurut peneliti hasil yang diperoleh sudah cukup sesuai dengan teori diatas. Semakin tinggi pengetahuan seseorang maka akan semakin luas pula relitas cara berfikir dan ruang lingkup jangkauan berfikir seseorang. Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan Cemas Ibu Menyusui dengan Produksi Asi didapatkan bahwa ada 17 (89,5%) ibu yang mempunyai Cemas Ringan. Hasil analisis Bivariat uji statistic *Chi-Square* diperoleh $Sig. Chi Square = 0,000$ ($Sig. Chi Square < P value$) ($0,000 < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan ada hubungan bermakna antara Cemas dan Produksi Asi. Hal ini sesuai dengan teori (Yuliarti, 2010).

Kelancaran pengeluaran Asi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya faktor psikologis yaitu kecemasan. Kecemasan seorang ibu pada umumnya ibu mengalami kelelahan dan perubahan mood seperti kecemasan, cemas terhadap dirinya dan cemas memikirkan bayinya. Kecemasan tersebut yang dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran Asi pada ibu (Yuliarti, 2010; Zuly dan Yuli, 2020).

Menurut peneliti hasil yang diperoleh sudah cukup sesuai dengan teori diatas. Semakin Rendah tingkat kecemasan seseorang maka akan semakin lancar produksi asi yang diperoleh oleh ibu.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi umur mulai dari 24-29 Tahun ada 10 (38,5%), 30-41 15 (53,7%). Untuk jumlah anak 1-3 ada 12 (46,2%), 4-6 ada 12 (46,2%), 6-8 ada 1 (3,8%). Sedangkan untuk Pendidikan mulai dari SD 5 (19,2%), SMP 7 (26,9%), SMA 3 (11,5%), D-III 5 (19,2%), S-1 5 (11,5%).
2. Dari hasil Uji *Chi-Square* diketahui bahwa ada hubungan yang bermakna antara Pengetahuan Ibu Menyusui Dengan

- Produksi ASI ibu dengan nilai *Sig. Chi Square* = 0.002.
3. Dari hasil Uji *Chi-Square* diketahui bahwa ada hubungan yang bermakna antara Kecemasan Ibu Menyusui Dengan Produksi ASI ibu dengan nilai *Sig. Chi Square* = 0.000.
 4. Dari kedua kesimpulan di atas dapat dilihat bahwa pengetahuan dan cemas ibu ada yang hubungan yang bermakna dengan produksi ASI.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka dapat diberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Ibu
Ibu diharapkan tidak terlalu banyak aktivitas terlalu berat yang membuat ibu kelelahan agar tidak mempengaruhi kelancaran produksi asi pada ibu. Diharapkan ibu banyak mengkonsumsi makanan yang bermanfaat bagi ibu menyusui seperti sayur-sayuran, buah-buahan dan lain-lain.
2. Bagi Suami Dan Keluarga
Suami dan Keluarga diharapkan selalu memberi dukungan dan keyakinan kepada ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayi melalui beberapa bantuan, seperti pemberian informasi pentingnya ASI eksklusif, menyarankan secara langsung, membantu pekerjaan ibu supaya tidak kelelahan dan stres agar ASI tetap lancar.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya yang akan melaksanakan penelitian dengan topik yang sama diharapkan dapat melakukan dan mengembangkan penelitian dengan metode lain selain *cross sectional* sehingga tidak rawan terjadinya *bias recall*, seperti *cohort study*.

DAFTAR PUSTAKA

Kartika, D. L., Rahajeng, P., & Tresia, U. 2020. Hubungan Pengetahuan Dan Tingkat Emosional Ibu Dalam Pemberian Asi: Jurnal Kebidanan indonesia. 11(2), 61-69.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Kesehatan Dalam Rangka Sustainable Development Goals (SDGs)*.
<http://sustainabledevelopment.un.org/topics/sustainabledevelopmentgoals>
- Kementrian Tenaga Kerja Dan Transmigrasi RI. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia, Nomor 33 Tahun 2012. Tentang Pemberian Air Susu Ibu *Eksklusif* . 2016. Retrieved November 18, 2016, from <http://www.scribd.com>
- Kristiyanisari W. 2017. ASI, Menyusui & Sadari. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mulyani, N. S. 2013. Asi Dan Pedomanan Ibu Menyusui. Nuha Medika. Jakarta
- Notoatmodjo S. 2012. Promosi Kesehatan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Roesli U. 2012. Mengenal ASI Eksklusif . Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Yuliarti, N. 2010. Keajaiban ASI-Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan, Dan Kelincahan Si kecil. *Andi Offset*.
- Zulkar, M., Grace, K., & Sefti, R. 2019. Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi*, 7(1), 1-8.
- Zuly, D. U., & Yuli, S. 2020. Tingkat Stres Ibu Menyusui Dan Pemberian Asi Pada Bulan Pertama. *Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan Iptek*, 16, 15-28. <http://ejurnal-litbang.partikab.go.id>
- Zuly, D. U., & Yuli, S. 2020. Tingkat Stres Ibu Menyusui Dan Pemberian Asi Pada Bulan Pertama. *Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan Iptek*, 16, 15-28.2020. <http://ejurnal-litbang.partikab.go.id>