

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU PRIMIPARA DENGAN KECEMASAN TENTANG TEKNIK MENYUSUI YANG BENAR

Aulia Lika Nadila¹, Yosi Maria Wijaya², Benedicta Maria Siti Rahayu³

^{1,2,3}STIKes Santo Borromeus

Jl. Parahyangan Kavling 8 Blok B No. 1 Kota Baru Parahyangan

Email Koresponden: yosiemaria@gmail.com

ABSTRAK

Ibu primipara memiliki keinginan untuk mempelajari kemampuan baru yang berhubungan dengan perawatan bayi dimana ibu juga harus mengembalikan kondisi fisik dan emosionalnya selama melahirkan. Seorang ibu dengan bayi pertamanya, akan mengalami berbagai masalah hanya karena tidak mengetahui cara-cara yang tepat ketika menyusui. Kegiatan menyusui dapat menimbulkan perubahan *mood*, cemas, serta perasaan sedih pada ibu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu primipara dengan kecemasan tentang teknik menyusui yang benar. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif kolerasi melalui pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang diambil sebanyak 85 ibu primipara dengan teknik *sampling* jenuh. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa bivariat menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan ada hubungan pengetahuan ibu primipara dengan kecemasan (*p-value* 0,000). Saran dari penelitian ini agar tenaga kesehatan di Puskesmas lebih meningkatkan penyuluhan mengenai pentingnya teknik menyusui yang benar kepada ibu yang akan menyusui.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kecemasan, Teknik Menyusui yang Benar.

PENDAHULUAN

Kehamilan dan persalinan merupakan suatu proses yang dapat menyebabkan perubahan pada tubuh secara fisiologis maupun psikologis pada wanita, sehingga diperlukan beberapa penyesuaian terhadap perubahan tersebut (Nirwana, 2011). Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2016) melaporkan angka kehamilan di Indonesia tinggi yaitu sebesar 5.192.427 per tahun. Butuh berbagai

kesiapan baik secara fisik dan psikologis untuk menjalani proses tersebut dengan baik. Menjadi ibu dan membesarkan anak merupakan pengalaman berharga yang bisa dimiliki seorang wanita. Anak merupakan sumber cinta, persahabatan, dan pengikat keluarga (Schaie & Willis, 2009).

Menurut Nicolson (2009), menjadi seorang ibu akan berpengaruh pada kehidupan seorang

wanita baik secara fisik, sosial, ekonomi, dan emosional. Setelah beberapa hari melahirkan biasanya ibu merasa sakit, perih, buah dada membengkak dan sakit pada saat buang air kecil maupun buang air besar. Secara sosial, ibu mengalami perubahan peran dan tanggung jawab. Dalam hal ekonomi, memiliki bayi berarti bertambahnya kebutuhan keluarga untuk memenuhi kebutuhan bayi seperti susu, makanan, baju, dan lain-lain.

Menurut Warren, McCarthy, Corcoran (2011) ibu primipara atau ibu dengan kehamilan pertama dihadapkan pada keharusan untuk mempelajari kemampuan baru yang berhubungan dengan perawatan bayi dimana ibu juga harus mengembalikan kondisi fisik dan emosionalnya selama melahirkan. Ibu primipara juga dihadapkan pada perubahan peran barunya sebagai ibu yang kini tidak hanya bertanggung jawab pada kehidupannya sendiri tapi juga kehidupan anaknya (Amalia, 2012). Primipara adalah ibu yang baru melahirkan pertama kalinya (Rustam, 2010). Ibu primipara biasanya mempunyai keinginan untuk melahirkan bayi yang bebas dari gangguan, sehingga hal tersebut akan memotivasi ibu untuk mencari pengetahuan tentang perawatan maternal, salah satunya yaitu tentang cara pemberian ASI yang benar (Lowdermilk, 2009).

Fakta di Indonesia menunjukan bahwa cakupan ASI eksklusif sebagai salah satu bentuk peningkatan gizi bayi cenderung menurun pada 3 tahun terakhir, yaitu sebesar 54,3% (DEPKES, 2011). Di Jawa Barat sendiri jumlah bayi yang

mendapatkan ASI eksklusif menurun hanya sekitar 24% (Handini, 2014).

Data WHO menunjukkan pada tahun 2012, pemberian ASI Eksklusif baru 37% dan baru terpenuhi 26 negara (Pramesti, 2012). Secara nasional, cakupan ASI Eksklusif di Indonesia masih rendah. Pada tahun 2015 menunjukkan bahwa baru 56,1% bayi di Indonesia mendapatkan ASI Eksklusif (Herawati, 2015).

Seorang ibu dengan bayi pertamanya, biasanya akan mengalami berbagai masalah hanya karena tidak mengetahui cara-cara yang sebenarnya sangat sederhana seperti, cara menaruh bayi pada payudara ketika menyusui dan isapan bayi yang mengakibatkan puting terasa nyeri (Herawati, 2013). Ibu dengan *post partum* juga akan mengalami periode emosional, ibu akan mengalami perubahan *mood*, cemas, pusing, serta perasaan sedih dan salah satu penyebabnya adalah kegiatan menyusui bayi (Bahiyatun, 2010).

Kecemasan muncul pada saat seseorang tidak mampu beradaptasi terhadap peristiwa atau keadaan yang menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang. Pada ibu yang melahirkan, faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan adalah adanya perasaan tidak nyaman dan kelelahan, kurangnya pengetahuan tentang kebutuhan bayi, ada atau tidaknya dukungan, harapan terhadap kelahiran bayi, pengalaman sebelumnya, temperamen ibu, karakteristik bayi, dan kejadian yang tidak diduga berkaitan dengan proses kelahiran bayi (McKinney, 2009).

Menurut Solehati (2015), kecemasan adalah pengalaman

manusia yang bersifat universal, suatu respon emosional yang tidak menyenangkan, penuh kekhawatiran, suatu rasa takut yang tidak terekspresikan dan tidak terarah karena suatu sumber ancaman atau pikiran sesuatu yang akan datang tidak jelas dan tidak teridentifikasi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada bulan Maret – April 2019, dari 9 ibu nifas, 7 orang merupakan ibu primipara. Dari hasil wawancara kepada 7 ibu primipara di Puskesmas Ngamprah, didapatkan hasil 5 dari 7 ibu primipara tidak mengetahui cara menyusui, sehingga ibu mengatakan merasakan kecemasan akibat tidak mengerti cara menyusui salah satunya teknik menyusui yang benar seperti khawatir dan sulit tidur, serta ibu merasa takut anak pertama mereka tidak mendapatkan ASI yang sesuai. 5 dari 7 ibu primipara mengatakan kurang informasi dari petugas kesehatan tentang teknik menyusui yang benar. Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung Barat tahun 2018, cakupan ASI eksklusif di Puskesmas Ngamprah masih belum memenuhi target yaitu 52%, dari target 87% dan didapatkan data dari Puskesmas Ngamprah bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif dengan jumlah 21. Wawancara juga dilakukan kepada ibu primipara di Puskesmas Saguling, dari 6 ibu primipara hanya 2 orang yang mengetahui tentang teknik dan posisi menyusui yang benar dan 4 ibu primipara lainnya mengatakan tidak mengetahui teknik dan posisi menyusui yang benar, serta 4 ibu primipara mengatakan cemas seperti gelisah serta aktivitas dan gerakan

menjadi berlebihan, dan juga merasa takut anak pertama mereka tidak mendapatkan ASI yang sesuai. Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung Barat tahun 2018, cakupan ASI eksklusif di Puskesmas Saguling masih belum memenuhi target yaitu 43,2%, dari target 72%. Tenaga kesehatan mengatakan masalah akibat teknik dan posisi yang salah, ibu berhenti menyusui karena puting lecet, nyeri dan pernah terjadi ibu primipara yang menyebabkan enggan menyusui.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Ngamprah dan Puskesmas Saguling bulan Mei-Juni 2019.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu primipara bayi usia 0-2 minggu dengan jumlah sampel yang didapatkan 85 responden. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *total sampling* atau sampel jenuh. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Uji validitas dan reliabilitas didapatkan nilai untuk kuesioner pengetahuan 0,928 dan pada kuesioner kecemasan yaitu 0,955 sehingga kuesioner dikatakan sangat reliabel.

Analisa data menggunakan distribusi frekuensi untuk data demografi, variabel pengetahuan dan kecemasan. Uji *Chi-square* digunakan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kecemasan.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden

a. Pekerjaan

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Pekerjaan (n=85)

Pekerjaan	Frekuensi	(%)
IRT	64	75,3
Wiraswasta	17	20,0
Pedagang	4	4,7
Total	82	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar (75,3%) responden, yaitu sebanyak 64 orang bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga.

b. Usia

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Usia (n=85)

Usia	Frekuensi	(%)
Dewasa Awal (20-40 tahun)	84	98,8
Dewasa Menengah (41-65 tahun) (Kozier, 2009)	1	1,2
Total	85	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (98,8%), yaitu sebanyak 84 orang termasuk dalam kategori usia dewasa awal (20-40 tahun).

c. Pendidikan

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Pendidikan (n=85)

Pendidikan	Frekuensi	(%)
SD	3	3,5
SMP	10	11,8
SMA	64	74,1
DIPLOMA	6	8,2
Perguruan Tinggi	2	2,4
Total	85	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya (74,1%), yaitu

sebanyak 64 orang merupakan lulusan SMA.

d. Usia Bayi

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Usia Bayi (n=85)

Usia Bayi	Frekuensi	(%)
0-7 hari	40	47,1
8-14 hari	45	52,9
Total	85	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya (52,9%), yaitu sebanyak 45 orang memiliki bayi yang berusia 8-14 hari.

2. Analisa Univariat

a. Pengetahuan

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Responden
Berdasarkan Pengetahuan Ibu Primipara
tentang Teknik Menyusui yang Benar
(n=85)

Kategori Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	30	35,2
Cukup	19	22,4
Kurang	36	42,4
Total	85	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya (42,4%), yaitu sebanyak 36 orang memiliki pengetahuan yang kurang mengenai teknik menyusui yang benar.

b. Kecemasan

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan
Kecemasan Ibu Primipara tentang Teknik
(n=85)

Kategori Kecemasan	Frekuensi	(%)
Cemas	48	56,5
Tidak Cemas	37	43,5
Total	85	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya (56,5%), yaitu

sebanyak 48 orang merasakan cemas mengenai teknik menyusui yang benar.

3. Analisa Bivariat

Tabel 7
Hubungan pengetahuan ibu primipara dengan kecemasan (n=85)

Pengetahuan	Kecemasan				Total		P-value
	Cemas		Tidak Cemas		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	6	17,2	24	82,8	30	100	0,000
Cukup	17	88,9	2	11,1	19	100	
Kurang	25	71,1	11	28,9	36	100	

Tabel 7 menunjukkan hasil hubungan pengetahuan dengan kecemasan ibu primipara tentang teknik menyusui yang benar di Puskesmas Ngamprah dan Puskesmas Saguling, diperoleh hasil dari 36 ibu primipara yang memiliki pengetahuan kurang, lebih dari setengahnya (71,1%) responden sebanyak 25 orang merasakan cemas. Hasil Uji *chi-square* diperoleh *p-value* 0,000 yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan ibu primipara tentang teknik menyusui yang benar.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan

Peneliti mendapatkan hasil Peneliti mendapatkan hasil penelitian bahwa kurang dari setengahnya (42,4%) responden yaitu 36 orang memiliki pengetahuan yang kurang. Pengetahuan dalam penelitian ini adalah segala sesuatu yang diketahui, dipahami, dan diaplikasikan oleh ibu primipara tentang teknik menyusui yang benar. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan pelekatan dan

posisi ibu dan bayi yang benar (Varney, 2009).

Pengetahuan diartikan sebagai hasil penginderaan manusia terhadap suatu objek melalui indra yang dimiliki seperti mata, hidung, telinga dan pengecap yang dengan sendirinya pada waktu penginderaan berfungsi sehingga menghasilkan pengetahuan.

2. Kecemasan

Kecemasan merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang, ataupun yang terganggu (Singgih, 2008). Hasil penelitian didapatkan bahwa setengahnya (56,5%) yaitu 48 responden memiliki kecemasan pada ibu primipara tentang teknik menyusui yang benar. Kecemasan ibu primipara pada kategori cemas juga terdapat kurang dari setengahnya (44,7%) responden sebanyak 38 orang pada pernyataan "saya merasa takut setelah menyusui puting mengalami lecet dan pecah-pecah". Nita (2015) menjelaskan bahwa perawatan payudara merupakan hal yang sangat penting bagi ibu nifas terutama ibu primipara. Kesulitan menyusui dapat mengakibatkan kebutuhan ASI pada bayi tidak terpenuhi. Kesulitan yang dapat menyebabkan ibu primipara menjadi cemas antara lain puting lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, mastitis dan abses pada payudara (Norazizah, 2013). Hasil penelitian lain, Eliyanti (2017) menjelaskan penyebab puting lecet antara lain, posisi dan pelekatan bayi yang tidak benar pada payudara, adanya pembengkakan sehingga pelekatan menjadi terganggu.

3. Hubungan Pengetahuan Ibu Primipara dengan Kecemasan tentang Teknik Menyusui yang Benar

Penelitian ini didapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara pengetahuan ibu primipara dengan kecemasan tentang teknik menyusui yang benar di Puskesmas Ngamprah dan Puskesmas Saguling. Hasil uji *chi-square* diperoleh *p-value* 0,000 maka *p-value* < 0,05, hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima, sehingga ada hubungan antara pengetahuan ibu primipara dengan kecemasan tentang teknik menyusui yang benar di Puskesmas Ngamprah dan Puskesmas Saguling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 ibu primipara yang memiliki pengetahuan baik, sebagian besar responden sebanyak 24 orang (82,8%) tidak cemas, dan sebagian kecil sebanyak 6 orang (17,2%) merasa cemas, dari 36 ibu primipara yang memiliki pengetahuan kurang, setengah lebih dari setengahnya 25 orang (71,7%) merasa cemas. Responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang teknik menyusui yang benar, lebih dari setengahnya responden (71,1%) merasa cemas. Hal ini dapat terjadi karena usia bayi yang kurang dari 2 minggu. Hal ini selaras dengan Yuke (2015) Ibu primipara juga akan mengalami fase *taking hold*, yaitu periode yang berlangsung antara 3-10 hari setelah melahirkan. Pada fase ini timbul rasa cemas dan khawatir akan ketidakmampuan dan rasa tanggung jawabnya dalam merawat bayi termasuk proses menyusui, pada masa ini ibu menjadi sangat sensitif sehingga mudah tersinggung dan

gampang marah. Selaras dengan penelitian Ambarwati (2014) ibu akan timbul rasa khawatir bahkan dapat berubah menjadi cemas berat disebabkan ibu terus-menerus memikirkan ketidakmampuan dan rasa tanggung jawab dalam merawat bayinya. Hal ini didukung oleh penelitian Saraswati (2014) terdapat hubungan antara usia bayi kurang dari 2 minggu dengan kecemasan ibu primipara di Puskesmas Mekar Asih.

Stuart (2009) menjelaskan bahwa kecemasan bukan hanya sakit secara emosional tetapi karena ada kesalahan dalam pengetahuan, semakin baik pengetahuan yang diketahuinya maka kecemasan akan lebih mudah untuk diatasi, begitupun sebaliknya semakin kurang pengetahuan yang dimiliki individu maka akan sulit mengatasi kecemasan tersebut. Meilaningtyas (2015) juga menjelaskan bahwa faktor pengetahuan adalah domain penting yang akan memengaruhi kecemasan seseorang.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan kurang dari setengahnya ibu primipara memiliki pengetahuan kurang tentang teknik menyusui yang benar dan lebih dari setengahnya ibu primipara merasakan cemas tentang teknik menyusui yang benar. Ada hubungan antara pengetahuan ibu primipara dengan kecemasan tentang teknik menyusui yang benar. Penelitian ini dapat menjadi rujukan meningkatkan pengetahuan ibu primipara tentang teknik menyusui yang benar sehingga dapat mengurangi kecemasan ibu dalam menyusui.

REFERENSI

- Amin, W., Agung, I. W., & Sri, E. (2014). Pengaruh Faktor Sosial Ibu terhadap Keberhasilan Menyusui pada Dua Bulan Pertama. *Journal Kedokteran Brawijaya*, 28 diakses 2 Desember 2018 pada pukul 17.00
- Anggraini, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Armita, I. (2017). Hubungan Teknik Menyusui dengan Risiko Terjadinya Mastitis pada Ibu Menyusui di Desa Kemuning Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember. Dalam <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/download/5782/4292/> diakses 27 Juni 2019 pada pukul 14.00 WIB
- Bahiyatun. (2010). *Buku Ajar Bidan Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta: EGC.
- Berman, A., & Snyder, S. J. (2012). *Kozier & Erb's Fundamental of Nursing*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Bobak, Irene. M., Lowdermilk., and Jensen. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Jakarta : EGC.
- BKKBN (ed.) (2016) *Kebijakan Teknis Program Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi* Jakarta: BKKBN.
- Budiman & Agus Riyanto. (2013). *Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Depkes RI, (2011). *Manajemen Laktasi: Buku Panduan Bagi Bidan Petugas Kesehatan di Puskesmas*, Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Desmawati. (2010). Perbedaan Waktu Pengeluaran ASI Ibu Post Sectio Caesarea dengan Post Partum Normal. Dalam <https://media.neliti.com/media/publications/39658-ID-penentu-kecepatan-pengeluaran-air-susu-ibu-setelah-sectio-caesarea.pdf>
- Dewi dan Wawan, (2011). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Dharma, K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)*. Jakarta : CV Trans Info Media.
- Durand, Mark dan Barlow, David (2009). *Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desmita, (2010) *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : Remaja Rosdaskarya
- Ellyn (2011) Pendidikan, Pekerjaan, dan Pengetahuan Ibu dengan Teknik Menyusui yang Benar di Desa Leteh Kecamatan Kabupaten Rembang. Dalam <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jurbid/article/view/1085> diakses 11 Desember 2018 pada pukul 13.00 WIB
- Elina Rharisti Rufaidah. (2009). Efektifitas Terapi Kognitif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Asma di Surakarta. *Tesis. Fakultas Psikologi-UGM*.

- Dalam http://etd.repository.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail&sub=PenelitianDetail&act=view&typ=html&buku_id=43303&obyek_id=4 diakses 11 Desember 2018 pada pukul 14.30 WIB
- Erda, Eliyanti. (2017) Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Puting Susu Lecet Di BPM Suhartini Jombang. Dalam <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/download/95/94/> diakses 13 Desember 2018 pada pukul 15.00
- Erna Kasim. (2017). Hubungan Teknik Menyusui dengan Kejadian Puting Lecet Pada Ibu Nifas Di RSIA Sitti Khadijah I Kota Makassar. Dalam <http://jurnal.stikmakassar.ac.id/index.php/JMS/article/download/78/64/> diakses 1 Juni 2019 pada pukul 14.00
- Evi, Rinata. (2017). Teknik Menyusui Yang Benar Ditinjau dari Usia Ibu, Paritas, Usia Gestasidan Berat Badan Lahir Di RSUD Sidoarjo. Dalam <http://ojs.umsida.ac.id/index.php/midwifera/article/download/348/299>
- Fazdria, Meliani Sukmadewi Harahap (2014). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan di Desa Tualang Teungoh Kecamatan Langsa Kota Kabupaten Kota Langsa Tahun 2014. Dalam <http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/JKS/5003/4437> diakses 27 febuari pada pukul 17.25 WIB
- Fitriyanti (2014). Hubungan Pemberian ASI Dengan Tumbuh Kembang Bayi Umur 6 Bulan di Puskesmas Nanggalo Kota Padang : Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas
- Frilian (2015). Perbedaan Tingkat Kecemasan Dalam Proses Menyusui antara Ibu Primipara dan Multipara di RS Pancaran Kasih Gmi Manado. Dalam *e-journal* keperawatan (e-Kp) Volume 3. Nomor 2. Oktober 2015 diakses pada 6 Desember 2018 pada pukul 15.00
- Hamilton, Persis. (2008). *Dasar-dasar Keperawatan Maternitas*. Edisi 2. Jakarta : EGC
- Hidayat, A.A.. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta:Salemba Medika
- Ike, Mardiaty. (2018). Kecemasan Pada Ibu Post Partum Primipara Dengan Gangguan Proses Laktasi. Dalam <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article> . Diakses 2 Juli 2019 pada Pukul 14.00
- Iin, Febriana. (2010). Hubungan Tingkat Kecemasan Pada Primipara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada 2-4 hari postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Lubuk Kilangan. Dalam <http://repo.unand.ac.id/197/>.pdf diakses 9 April pada pukul 14.15 WIB
- Irma, Suryani (2013). Hubungan Pengetahuan Tentang

- Persalinan Dengan Tingkat Kecemasan di Poliklinik Kebidanan dan Kandungan Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zaenal Abidin Banda Aceh, 2013. Dalam <http://library.unsyiah.ac.id> diakses 6 Januari 2019 pada pukul 19.00
- Kholil (2010). *Kesehatan Mental Jiwa*. Jakarta: CV Haji Masagung
- Kuswanti, Ina.S. Si. T, M. Kes. (2014). *Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta : PT. Pustaka Pelajar
- Laurensia, Yunita (2013). Hubungan Umur dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara pada Masa Nifas di Wilayah Puskesmas Kertak Hanyar. Dalam <https://ojs.dinamikakesehatan.unism.ac.id/index.php/dksm/article/view/167> diakses 2 Juli 2019 Pukul 16.00
- Leveno, K.J, et al.(2009). *Williams Manual of Obstetrics*. Jakarta : EGC.
- Lestari, D., Zuraida, R., & Larasati, T. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Air Susu Ibu dan Pekerjaan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Fajar Bulan. Dalam <http://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/66> diakses 8 januari 2019 pada pukul 16.00 WIB
- Lina Handayani, dkk (2014). Hubungan Pengetahuan dan Teknik Menyusui Dengan Pemberian ASI EKslusif di Wilayah Kerja Puskesmas Pengasih II Kabupaten Kulonprogo. Dalam <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/kesmasindo/article/download/79/69/> diakses pada 8 Desember 2018 pada pukul 13.20
- Lowdermilk, D.L & Perry S.E. (2009). *Maternity Nursing*. Canada: Mosby Elsevier.
- Maryunani, Anik. (2010). *Inisiasi Menyusui Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: TIM.
- Juwita, Martia (2017) Cara Menyusui yang Benar. Dalam <https://martiajuwita.wordpress.com/2017/04/> diakses 6 Januari 2019 pada pukul 17.00 WIB
- Mc. Kinney, E.S, Ashwill, J.W, Murray, S. S, James, S.R, Gorrie, T.M, Droske, S.C. (2009). *Maternity Child Nursing*. 3rd edition. United States of America: W.B. Saunders Company.
- Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2009). *Keputusan Menteri Kesehatan No. 450/Menkes/SK/IV/2012 tentang Pemberian ASI Secara Eksklusif pada Bayi di Indonesia*. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Mubarak. W. I. (2012). *Promosi kesehatan*. Jogyakarta : Graha ilmu.
- Murray, Sharon Smith & Emily Slone McKinney. (2009). *Foundations of Maternal Newborn Nursing 4th Edition*. Singapore: Saunders
- Mustamir Pedak. (2009). *Metode Menaklukkan Stres*. Jakarta: Hikmah Publishing House.
- Neneng, Herawati (2015). *Teknik Menyusui, Posisi, Perlekatan*

Dan Keefektifan Menghisap
Pada Ibu Menyusui Di RSUD
Sidoarjo. Dalam
[https://media.neliti.com/media/
publications/169879-ID-
teknik-menyusui-posisi-
perlekatan-dan-ke.pdf](https://media.neliti.com/media/publications/169879-ID-teknik-menyusui-posisi-perlekatan-dan-ke.pdf) diakses
1 Juli 2019 Pukul 13.30