
EFEKTIVITAS *HYPNOBREASTFEEDING* DENGAN KECUKUPAN ASI PADA BAYI

Nurbayani¹, Lindriani², Fadli³

^{1,3}*Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Mega Buana Palopo*

²*Program Studi Ners Universitas Mega Buana Palopo*

linriani@gmail.com

**corresponding author*

Abstrak

Faktor yang menghambat terjadinya pengeluaran ASI salah satunya adalah faktor psikologis munculnya stressor pada ibu menyusui yang meningkat, apabila pemberian ASI eksklusif tidak ditingkatkan akan berdampak terhadap proses tumbuh kembang anak dan kualitas sumber daya manusia. Salah satu solusi yang dapat membantu mengatasi hambatan dalam pemberian ASI eksklusif adalah teknik Hypnobreastfeeding. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh hypnobreastfeeding dengan kecukupan asi pada bayi. Metode penelitian ini menggunakan desain quasy eksperimen dengan pendekatan pre and post test design. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di RSUD Provinsi Sulawesi Barat sebanyak 30 orang. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan accidental sampling. Hasil uji Mc Nemar menunjukkan dengan nilai $p=0,000$ sehingga terdapat pengaruh hypnobreastfeeding dengan kecukupan ASI pada bayi.

Kata Kunci : kecukupan ASI; bayi; *hypnobreastfeeding*

Abstract

One of the factors that inhibits the release of breast milk is the psychological factor of the emergence of stressors in breastfeeding mothers which increases, if exclusive breastfeeding is not increased it will have an impact on the child's growth and development process and the quality of human resources. One solution that can help overcome obstacles in providing exclusive breastfeeding is the Hypnobreastfeeding technique. The purpose of this study was to determine the effect of hypnobreastfeeding on the adequacy of breast milk in infants. This research method uses a quasi-experimental design with a pre and post test design approach. The sample used in this study were breastfeeding mothers at the West Sulawesi Provincial Hospital as many as 30 people. The sampling method in this study used accidental sampling. The results of the Mc Nemar test showed a p value = 0.000 so that there was an effect of hypnobreastfeeding on the adequacy of breast milk in infants.

Keywords: *breast milk adequacy; baby; hypnobreastfeeding*

PENDAHULUAN

Salah satu faktor yang mempengaruhi kegagalan dalam proses menyusui dapat disebabkan karena tidak keluarnya ASI. Kelancaran ASI sangat dipengaruhi oleh faktor psikologi. Gangguan psikologi pada ibu menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI, karena akan menghambat let down reflect. Jika ibu mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang,



cemas, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI. Ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas. (Hastuti, 2020)

Air Susu Ibu (ASI) adalah nutrisi terpenting sebagai sumber energi untuk bayi dari usia 0 sampai dengan 23 bulan. ASI mencukupi seluruh kebutuhannya nutrisi bayi, bahkan kandungan nutrisinya dapat mencapai satu setengah dari energi yang dibutuhkan bayi. Demikian juga pada kondisi sakit banyak zat aktif yang memperkuat imunitas bayi sehingga dapat mengurangi resiko kematian bayi dan anak, akan tetapi pemberian ASI belum cukup optimal dilakukan oleh para ibu. (Kristiyanti, 2021)

WHO dan UNICEF merekomendasikan pemberian air susu ibu secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan. World Health Organization (WHO) menetapkan target pemberian ASI pada bayi sekurang – kurangnya 50% pada tahun 2025. Capaian ASI di dunia saat ini sebesar 36% (Caroline, 2021). Di Indonesia (2019) cakupan ASI eksklusif masih 52,3%, dibawah target nasional. Namun, data WHO yang diterbitkan tahun 2018 menunjukkan bahwa angka pemberian ASI eksklusif usia 0-6 bulan hanya sekitar 40 %. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan proporsi pola pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0–5 bulan sebesar 37,3%, ASI parsial 9,3%, ASI predominan 3,3%, dan di Maluku proporsi pola pemberian ASI lebih tinggi, namun tetap saja angka tersebut masih rendah karena target nasional untuk cakupan ASI eksklusif adalah 80% . (Kemenkes RI 2018).

Studi dari The Global Breastfeeding Collective, pada 2017 menunjukkan bahwa satu negara akan mengalami kerugian ekonomi sekitar \$300 milyar pertahun akibat rendahnya cakupan ASI Eksklusif yang berdampak pada meningkatnya risiko kematian ibu dan balita serta pembiayaan kesehatan akibat tingginya kejadian diare dan infeksi lainnya. Pemerintah terus berkomitmen memberikan pembinaan dan dorongan kepada para ibu agar berhasil dalam inisiasi menyusui dini (IMD), memberikan ASI eksklusif (hanya ASI saja sampai usia 6 bulan), dan meneruskan pemberian ASI sampai berumur 2 tahun atau lebih didampingi makanan pendamping yang tepat. Selain itu, Kemenkes juga menyuarakan agar anak senantiasa mendapat pola pengasuhan yang tepat untuk tumbuh kembang yang optimal. (Kemdikbud, 2019)

Menyusui merupakan investasi terbaik untuk kelangsungan hidup serta meningkatkan kesehatan, perkembangan sosial, ekonomi individu dan bangsa. Walaupun angka inisiasi menyusui secara global relatif tinggi, tapi hanya 40% dari semua Bayi dibawah umur 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif dan 45% yang mendapatkan ASI sampai usia 24 bulan. Praktik menyusui secara optimal menurut rekomendasi ASI, dapat mencegah lebih dari 823.000 kematian Anak dan 20.000 kematian Ibu setiap tahun. Tetapi, tidak menyusui dikaitkan dengan tingkat kecerdasan yang lebih rendah dan mengakibatkan kerugian ekonomi sekitar \$302 miliar pertahunnya. (Kemenkes RI, 2019)

Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan proporsi pola pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0–5 bulan sebesar 37,3%, ASI parsial 9,3%, ASI predominan 3,3%, dan di Maluku proporsi pola pemberian ASI lebih tinggi, namun tetap saja angka tersebut masih rendah karena target nasional untuk cakupan ASI eksklusif adalah 80% . (Kemenkes RI 2018).

Data di Provinsi Sulawesi Barat pada tahun 2015 menunjukkan sebanyak 54 % bayi di Provinsi Sulawesi Barat diberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertamanya, yang berarti jauh di atas angka rata-rata

nasional. Beberapa tahun kemudian, pemberian asi eksklusif mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2020 sekitar 71,54, pada tahun 2021 sekitar 74,75 dan pada tahun 2022 sekitar 74,67 yang memperoleh Asi eksklusif (Susenas, BPS, 2023)

Saat ini di dunia terdapat 3,5 juta kematian anak dibawah usia lima tahun yang disebabkan karena terjadinya masalah gizi. Dampak lain yang akan timbul adalah terganggunya pertumbuhan dan perkembangan mental, kecerdasan anak serta menyebabkan anak mudah terkena penyakit infeksi. Berdasarkan hasil data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2018, data gizi buruk dan gizi kurang pada bayi di Indonesia sebesar 17,7%, sedangkan target Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJMN) 2019 menyebutkan bahwa perbaikan status gizi masyarakat merupakan salah satu prioritas dengan menurunkan prevalensi gizi kurang menjadi 17% (Kemenkes RI, 2019).

Menurut Sartika (2020) berbagai strategi dapat dilakukan untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif. Strategi tersebut dapat diterapkan di berbagai level termasuk komunitas seperti menyediakan konseling untuk infant and young child feeding (IYCF) yang dapat berupa aktivitas yang melibatkan masyarakat seperti konselor awam dan dukungan sebaya, atau berupa konselor sebaya. Pemberian ASI eksklusif belum dimanfaatkan secara optimal, karena dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain terbatasnya pengetahuan, sikap, kurangnya informasi dan nasehat menyusui, dan makin banyaknya ibu-ibu yang bekerja. (Hidayah, 2018).

Penyebab masih rendahnya pemberian ASI adalah faktor predisposisi, kurangnya pengetahuan ibu, petugas kesehatan yang belum paham tentang pentingnya memberikan penyuluhan tentang pemberian ASI eksklusif serta banyaknya promosi tentang susu formula dan dukungan dari masyarakat yang masih kurang. Salah satu faktor yang menghambat terjadinya pengeluaran ASI salah satunya adalah faktor psikologis munculnya stressor pada ibu menyusui yang meningkat, apabila pemberian ASI eksklusif tidak ditingkatkan akan berdampak terhadap proses tumbuh kembang anak dan kualitas sumber daya manusia. Berbagai cara dilakukan oleh ibu agar proses menyusui dapat berjalan dengan lancar serta dan mencukupi dalam pemberian nutrisi bayi (Ruslinawati, 2020)

Alasan yang paling umum ibu memilih mengakhiri menyusui adalah bahwa susu “kering”. Dan susah keluar akan tetapi, menurut beberapa penelitian, alasan – alasan yang tepat terkait dengan ini adalah stres, kecemasan, dan bekerja diluar rumah yang menyebabkan ASI sulit keluar sehingga ibu enggan menyusui dan memilih pengganti ASI untuk bayinya. Ibu menyusui yang cemas dan stres dapat menghambat pengeluaran ASI, karena pengeluaran ASI akan berlangsung baik dan lancar pada ibu yang merasa rileks dan nyaman (Carolin, 2021).

Salah satu solusi yang dapat membantu mengatasi hambatan dalam pemberian ASI eksklusif adalah teknik Hypnobreastfeeding . Dengan teknik ini dapat meningkatkan produksi ASI sehingga bayi mendapatkan cukup ASI. Dasar teknik Hypnobreastfeeding adalah relaksasi yang dicapai bila jiwa raga berada dalam kondisi tenang. Adapun timbulnya suasana relaksasi dapat didukung oleh ruangan/suasana tenang, menggunakan musik untuk relaksasi, ditambah aroma therapy, panduan relaksasi otot, napas dan pikiran (Armini, 2016).

Selain itu menurut penelitian Carolin & Kholilah (2019) menemukan adanya hubungan yang bermakna antara tenaga kesehatan terlatih dengan peranan tenaga kesehatan

dalam mendukung pemberian ASI Eksklusif. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin. Produksi kedua hormon ini sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu dan Hypnobreastfeeding ini mampu memberikan ketenangan pada ibu nifas. Semakin ibu tenang, percaya diri dalam memberikan ASI, dan yakin akan memberikan yang terbaik untuk bayinya maka hormon prolaktin dan oksitosin semakin banyak diproduksi (Diyani & Asmuji, 2017).

Sejalan dengan Penelitian Carolin (2021) menunjukkan ada peningkatan signifikan kecukupan ASI dengan p-value 0,000, berarti ada pengaruh pemberian teknik Hypno breastfeeding terhadap kecukupan ASI. Ada pengaruh pemberian teknik Hypno breastfeeding terhadap kecukupan ASI. Diharapkan teknik Hypnobreastfeeding ini dapat menjadi solusi bagi ibu menyusui yang mengalami masalah pengeluaran ASI.

Begitupun hasil penelitian Ruslinawati (2020) menunjukkan Analisis data menggunakan uji paired simple t-test dan independent t-test terdapat pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap pengeluaran ASI dengan p-value 0,000. Pemberian Hypnobreastfeeding dapat meningkatkan pengeluaran ASI karena merangsang pengeluaran hormon prolaktin dan oksitoksin. Hendaknya diukur tingkat kecemasan sebelum melakukan pengeluaran ASI pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

Data di RSUD Provinsi Sulawesi Barat menunjukkan pada tahun 2021 cakupan pemberian Asi 540 dan Asi Eksklusif sekitar 71,3% dengan ibu pekerja 250 orang, tahun 2022 cakupan pemberian Asi 480 dan Asi Eksklusif sekitar 76% dengan ibu pekerja 160 orang. Hasil survey awal di RSUD Provinsi Sulawesi Barat dengan melakukan wawancara pada ibu menyusui menunjukkan dominan ibu mengeluh ASI nya kurang sehingga untuk memenuhi kebutuhan bayi maka diberikan susu formula. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas hypnobreastfeeding dengan kecukupan asi pada bayi.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *quasy eksperimen* dengan pendekatan pre dan post test yaitu sekelompok subjek diberikan perlakuan (X) kemudian dilakukan pengamatan (Y), selanjutnya diberikan perlakuan kembali untuk mengukur variabel yang akan diamati. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di RSUD Provinsi Sulawesi Barat sebanyak 30 sampel. Adapun analisis data yang digunakan adalah uji *Mc.Nemar*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Kecukupan ASI pada Bayi sebelum Hypnobreastfeeding (n=30).

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	21	70
Cukup	9	30

Tabel 1 menunjukkan kecukupan ASI sebelum hypnobreastfeeding dominan kurang sebanyak 21 orang (70%) dan kategori cukup sebanyak 9 orang (30%)

Tabel 2. Distribusi Kecukupan ASI pada Bayi sesudah Hypnobreastfeeding (n=30).

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	7	23,3
Cukup	23	76,7

Tabel 2 menunjukkan kecukupan ASI setelah hypnobreastfeeding mengalami peningkatan sebanyak 23 orang (76,7%) dan kategori kurang sebanyak 7 orang (23.3%)

Tabel 3. Efektivitas Hypnobreastfeeding dengan Kecukupan ASI Pada Bayi (n=30)

Sebelum Hypnobreastfeeding	Setelah Hypnobreastfeeding						p-value
	Kurang		Cukup		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	7	100	14	60,9	21	70	0,000
Cukup	0	0	9	39,1	9	30	
Total	7	23,3	23	76,7	30	100	

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan hypnobreastfeeding sebanyak 21 (70%) responden Asinya tidak tercukupi sedangkan setelah dilakukan hypnobreastfeeding sebanyak 23 (76,7%) responden Asinya tercukupi dari total 30 responden. Hasil uji Mc Nemar menunjukkan dengan nilai Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$, maka berdasarkan pengambilan keputusan tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang artinya terdapat Efektivitas Hypnobreastfeeding dengan Kecukupan ASI Pada Bayi.

Penelitian yang dilakukan oleh Suryatim (2018) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap produksi ASI. Review tujuh penelitian menunjukkan hypno-reastfeeding mampu meningkatkan produksi ASI. Penelitian terkait lainnya yang dilakukan oleh Rahmawati (2017), pemberian Hypnobreastfeeding yang dilakukan sendiri oleh ibu menyusui setiap hari, minimal 2x sehari sebelum menyusui dengan cara mendengarkan CD Hypnobreastfeeding mampu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui bekerja dengan rata-rata produksi ASI sebelum perlakuan 210 ml/ hari dan setelah perlakuan menjadi 255 ml/hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Dini (2017) dengan desain dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan pretest-posttest control group design, bahwa pemberian pijat oksitosin dan Hypnobreastfeeding selama 20-30 menit, dua kali sehari, pagi dan sore hari selama 4 hari signifikan meningkatkan produksi ASI, yaitu sebesar 79,19 ml/2 kali pompa/hari, pemberian Hypnobreastfeeding saja (60,51 ml/2 kali).

Dari beberapa hasil penelitian menunjukkan Hypnobreastfeeding mampu meningkatkan produksi ASI sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusmiyati (2014) menemukan bahwa Hypnobreastfeeding menurunkan tingkat kecemasan pada ibu menyusui. Yaitu dengan skor pre eksperimen 8,44 menjadi 1,41 pada saat post eksperimen, oleh karena itu

Hypnobreastfeeding mampu membuat ibu relaks, tenang fisik, pikiran dan nyaman selama masa menyusui sehingga dapat memberikan positif feedback mechanism berupa respon peningkatan pelepasan oksitosin dan prolaktin oleh pituitary.

Hypnobreastfeeding adalah upaya alami menggunakan energi bawah sadar agar proses menyusui berjalan dengan aman dan lancar, dengan cara memasukkan kalimatkalimat afirmasi atau sugesti positif disaat ibu dalam keadaan sangat rileks atau sangat berkonsentrasi pada suatu hal/keadaan hipnosis sehingga Ibu dapat menghasilkan ASI yang mencukupi untuk kebutuhan tumbuh kembang bayi (Lubis, 2018).

Menurut Suprida (2021) hypnobreastfeeding memiliki beberapa manfaat, yang pertama adalah untuk mengurangi kecemasan dan stress yang dirasakan pada ibu baru (baby blues). Dengan hypnobreastfeeding ibu diharapkan dapat lebih fokus pada hal-hal positif, sehingga nantinya produksi ASI dapat optimal. Kedua, hypnobreastfeeding diharapkan dapat meningkatkan percaya diri sebagai ibu baru, sehingga nantinya ibu dapat merasa lebih nyaman dalam menjalankan perannya sebagai ibu. Ketiga, hypnobreastfeeding dapat mengurangi kerewelan pada bayi. Jika ibu tenang, otomatis bayi akan tenang dan lebih jarang menangis. Keempat, hypnobreastfeeding dapat membantu ibu agar bisa berhasil pada masa menyusui.

Kenyataannya yang terjadi di lapangan masih banyak terdapat ibu yang mengalami hambatan/kendala dalam menyusui bayinya, padahal kegiatan menyusui ini merupakan suatu kondisi alamiah atau natural yang akan dilewati oleh setiap ibu. Mempersiapkan ibu hamil yang akan menyusui dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui (Suprida, 2021)

SIMPULAN

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian ini adalah terdapat efektivitas hypnobreastfeeding dengan kecukupan ASI pada bayi. Diharapkan tenaga kesehatan hendaknya meningkatkan penerapan hynobreastfeeding pada ibu menyusui sehingga kebutuhan bayi dapat terpenuhi karena hynobreastfeeding efektif meningkatkan produksi Asi. Selain hynobreastfeeding ada beberapa factor yang mempengaruhi kecukupan Asi pada bayi yaitu salah satunya adalah frekuensi menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Anuhgera, D. E., Kuncoro, T., Sumarni, S., Mardiyono, M., & Suwondo, A. (2017). Effect of Combination of Hypnobreastfeeding and Acupressure onAnxiety and Wound Pain in Post-Caesarean Mothers. *Belitung Nursing Journal*, 3(5), 525–532. <https://doi.org/10.33546/bnj.191>
- Armini, N. W. (2016). Hypnobreastfeeding Awali Suksesnya ASI Eksklusif. *Jurnal Skala Husada*, 1,21–29.[http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=808447&val=13183&title=Hypnobreastfeeding , Starting Exclusive Breastfeeding To BeSuccess](http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=808447&val=13183&title=Hypnobreastfeeding%2C%20Starting%20Exclusive%20Breastfeeding%20To%20BeSuccess)
- Badan Pusat Statistik. (2016). Potret awal tujuan pembangunan berkelanjutan (Sustainable development goals) di Indonesia. Badan Pusat Statistik.
- Caroline BT. (2021). Teknik Hypno-Breastfeeding Untuk Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal SMART Kebidanan*, 2021, 8 (1), 64-68 SJKB 2021DOI: <http://dx.doi.org/10.34310/sjkb.v8i1.428>

-
- Carolin, B. T., & Kholilah. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Peranan Tenaga Kesehatan Terhadap Dukungan Pemberian ASI Eksklusif Di Rumah Sakit M Jakarta Selatan. *Jakhhkj*, 5(1), 9–21.
- Dini PR, Suwondo A, Hardjanti TR, Hadisaputro S, Mardiyono, Widyawati MN. 2017. The Effect of Hypnobreastfeeding and Oxytocin Massage on Breastmilk Production in Postpartum. *JMSCR*, 05(10), 28600-28604.
- Diyan, I., & Asmuji. (2017). In Postpartum ' S Mother Work And Do Not Work In Summersari Jember Puskesmas Area. *Jurnal Penelitian IPTEKS*, 2(2),148–153.
- Hastuti P. 2019. Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Ibu Menyusui Di Rumah Sehat Bundaathahira Bantul. *Jurnal Ilmiah Kebidanan* Vol. 9,No. 1 <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK>
- Heryani, R. 2017. *Asuhan Kebidannann Ibu Nifas dan Menyusui*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Hidayah L. 2018. Hubungan Pengetahuan Ibu Bekerja Tentang ASI Perah Dengan Sikap Terhadap ASI Perah. *Jurnal Ilmiah Bidan*, Vol.Iii, No.1, 2018
- Jamil SN dkk. 2017. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Neonatus, Bayi, Balita Dan Anak Pra Sekolah*. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta
- Kemdikbud. 2019. berikan-ASI-untuk-tumbuh-kembang-optimal <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2019/08/>
- Kemenkes RI. 2019. pekan-ASI-sedunia-tahun-2019. <https://promkes.kemkes.go.id/>
- Listyaningrum, Tri Utami. Vidayanti, Venny. 2016, Tingkat Pengetahuan Dan MotivASI Ibu Berhubungan Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Bekerja, *JNKI*, Vol. 4, No. 2, Tahun 2016, 55-62
- Lusiana LE, dkk. 2018. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Neonatus, Bayi Dan Balita*. Edisi Pertama. Sidoarjo: Indomedia Pustaka
- Kusmiyati, Y., & Wahyuningsih, heni P. (2014).Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Kecemasan dan Waktu Pengeluaran Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum Primipara di Yogyakarta.
- Khadijah S, dkk. 2020. Pendidikan kesehatan persiapan menyusui Pada wanita usia subur. *Avicenna : Journal of Health Research*, Vol 3 No 2. Oktober 2020 (9 - 16). Available online at <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/avicenna>
- Kristiyanti R, dkk. 2021. Revitalisasi Kader ASI Dalam Program Pranatal Untuk Keberhasilan Menyusui. *Jurnal LINK*, 17 (1), 2021, 1 – 6. DOI: 10.31983/link.v17i1.5728
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Mufdlilah. 2017. *BUKU Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui Pada Program ASI Eksklusif*. Yogyakarta; Peduli ASI Eksklusif
- Mustika DN, dkk. 2019. Identifikasi Total Bakteri dan Keasaman Air Susu Ibu Perah (ASIP) yang disimpan di Cooler Bag. *Jurnal Gizi Volume 8 Nomor 1 Tahun 2019*
- . Putri R. 2019. Skripsi Pengaruh edukASI tentang inisiasi menyusui dini dan Bounding attachment terhadap kesiapan ibu untuk Proses menyusui di bps bunda bukittinggi Tahun 2019. Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes
- Purnamasari I. 2019. Skripsi. Pengaruh hypno-breastfeeding terhadap kelancaran ASI pada Ibu post partum (nifas) di Wilayah Puskesmas Ibrahim Adjie Bandung. Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.
- Rahayu EP, dkk. 2019. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Volume ASI Perah Ibu Menyusui Selama Bekerja Di Lingkungan Universitas NU Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Journal of Health Sciences)*, Vol. 12, No. 2, Agustus 2019, Hal. 5 4-61
- Rahmawati, A., & Prayogi, B. (2017). Hypnobreastfeeding untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Menyusui yang Bekerja. *Seminar NASional Dan Gelar Produk*, 48–53
-

-
- Rinata E, dkk. 2016. Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap - Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Sidoarjo. Temu Ilmiah Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat. Rakernas Aipkema 2016
- Ruslinawati dkk. (2020). Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Peningkatan Pengeluaran ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas 09 November Banjarmasin. *Journal.umbjm.ac.id/index.php/caring-nursing*. Vol. 4 No. 2 (Oktober 2020)
- Sari MN. (2020). Skripsi. Pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap kecemasan menyusui pada ibu postpartum primipara di BPM Kota Palembang Tahun 2020. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Palembang Jurusan Kebidanan Program Studi Diploma Empat Kebidanan Tahun 2020
- Sartika D. 2020. Konseling Sebaya Bagi Ibu Untuk Meningkatkan Praktik Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* Volume 11 Nomor 4, Oktober 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf11405>
- Sinta LE, dkk. 2019. Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Neonatus, Bayi dan Balita. Edisi Pertama. Sidoarjo: Indomedia Pustaka
- Wayuningsih HP. 2018. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Edisi 2018. Kementerian Kesehatan RI. PPSDMK