

PENGETAHUAN IBU PRIMIPARA TENTANG FAKTOR-FAKTOR YANG DAPAT MEMPENGARUHI PRODUKSI ASI

Rizka Yulianti Rahayu¹⁾, Sari Sudarmiati²⁾

- 1) Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro (email : rizka_uppz@yahoo.com)
- 2) Staff Pengajar Departemen Maternitas dan Anak Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro (email : sari_sudarmiati@yahoo.com)

Abstract

Infant mortality in Indonesia is still high. That is due to serious disease problems. One way to anticipate serious disease's attack that is increasing the body's immune baby with breast-feeding infants. Obstruction of breastmilk production in primiparous mother become one of problem in Tugurejo Hospital. The purpose of this study to assess knowledge of primiparous mothers about factors that may affect milk production. Type of this research was quantitative research, which was a descriptive survey. The method used of this research was cross sectional. Population of this research is all of primiparous mother in Room Bougenville Tugurejo Hospital Semarang. The research used total sampling with 60 respondents. The result of this study showed that knowledge of primiparous mothers was good and enough, but there were primiparous mother that had less and not good knowledge in factor nutrition, rest and sleep, oxytocin message, used of contraceptive, and breastfeeding technique. That's why, primiparous mother need to increase more information about the way can product breastmilk.

Keywords : knowledge, primiparous, breastmilk

Abstrak

Angka kematian bayi di Indonesia masih tinggi. Hal tersebut disebabkan oleh berbagai masalah penyakit serius. Salah satu cara mengantisipasi terserangnya penyakit serius bayi yaitu meningkatkan kekebalan tubuh bayi dengan pemberian ASI. Faktor ketidaklancaran pengeluaran ASI pada ibu primipara menjadi salah satu masalah di RSUD Tugurejo Semarang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan ibu primipara mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, yang bersifat *survey deskriptif*. Metode penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu primipara yang dirawat di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang pada minggu III bulan April hingga minggu I bulan Mei 2012. Pengambilan *sample* dilakukan dengan menggunakan teknik total sampling sebanyak 60 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu primipara baik dan cukup baik. Namun ada ibu primipara yang memiliki pengetahuan kurang baik dan tidak baik pada faktor nutrisi, istirahat tidur, penggunaan kontrasepsi, pijat oksitosin, dan teknik menyusui. Hal tersebut menunjukkan bahwa ibu primipara perlu untuk menambah informasi mengenai cara meningkatkan produksi ASI.

Kata kunci : pengetahuan, primipara, ASI

Pendahuluan

Angka kematian bayi di Indonesia masih tinggi. Tahun 2001 angka kematian bayi sebesar 50 per 1000 kelahiran hidup, selanjutnya tahun 2002 menurun menjadi 45 per 1000 kelahiran hidup. Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), 2002-2003 terjadi penurunan angka kematian bayi yaitu 35 per 1000 kelahiran hidup, sementara pada tahun 2007 angka tersebut mengalami penurunan menjadi 34 per 1000 kelahiran hidup. Angka ini berada jauh dari yang diproyeksikan oleh Depkes RI yaitu sebesar 26,89 per 1000 kelahiran hidup. (Depkes RI, 2009). Kemenkes RI mengungkapkan penyebab kematian bayi di Indonesia, antara lain bayi berat lahir rendah (29%), asfiksia (27%), tetanus dan infeksi (15%), masalah pemberian minum (10%), masalah hematologi (6%), diare serta pneumonia (13%) (Depkes RI, 2008).

Salah satu cara untuk mengatasi penyebab kematian bayi yaitu dengan pemberian air susu ibu sesegera mungkin setelah bayi lahir yang biasa disebut dengan Inisiasi Menyusui Dini (IMD). Bayi membutuhkan 30 cc kolostrum dalam waktu 24 jam pertama, dimana kolostrum berfungsi untuk menjaga ketahanan tubuh bayi (Nurmiati, 2008). ASI bermanfaat untuk menjaga ketahanan tubuh bayi karena mengandung zat antiinfeksi. Penelitian yang dilakukan oleh Carina Venter dan Tara Dean pada tahun 2008, menyatakan bahwa ASI mengandung zat immunomodulator serta zat gizi yang unik. Selain itu, ASI mengandung zat gizi lengkap seperti karbohidrat berupa laktosa, lemak yang banyak (asam lemak tak jenuh ganda), protein utama berupa lactalbumin yang mudah dicerna, kandungan vitamin dan mineral yang banyak. (Venter et al, 2008)

Besarnya manfaat ASI tidak diimbangi oleh peningkatan perilaku pemberian ASI sehingga bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik. Beberapa faktor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu. Keengganan ibu untuk menyusui karena rasa sakit saat menyusui, kelelahan saat menyusui, serta kekhawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui. Faktor sosial budaya, kurangnya dukungan keluarga dan lingkungan dalam proses menyusui juga sangat berpengaruh terhadap proses pemberian ASI. Kurangnya pendidikan kesehatan mengenai faktor-faktor yang dapat meningkatkan produksi ASI turut mempengaruhi pengetahuan ibu primipara yang dapat menyebabkan kurangnya volume ASI. (Budiharjo, 2003; Lubis, 2010).

Faktor-faktor penghambat pemberian ASI tersebut dapat diatasi jika ibu primipara memiliki niat yang tinggi untuk memberikan ASI pada bayinya. Ditambah dengan bekal pengetahuan tentang pemberian ASI serta faktor-faktor yang dapat meningkatkan produksi ASI meliputi frekuensi menyusui, nutrisi, pola istirahat dan tidur, psikologis, dan teknik menyusui sangat berpengaruh dalam proses produksi ASI. (Prasetyo, 2009)

Hasil wawancara yang dilakukan di RSUD Tugurejo Semarang, 4 dari 7 ibu kebingungan ketika bayi mereka menangis sedangkan ASI yang keluar belum lancar. Mereka masih tampak canggung dalam posisi menyusui. Mereka sempat bertanya mengenai cara agar ASI nya banyak. Ibu-ibu tersebut memiliki keinginan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi mereka. Informasi juga didapatkan dari perawat yang mengatakan bahwa sekitar 30% ibu primipara mengeluh bahwa produksi ASI nya kurang lancar pada hari pertama pasca melahirkan. Salah satu penyebabnya yaitu ibu kurang mengerti tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Namun, perawat selalu

memberikan motivasi agar ibu berusaha meningkatkan produksi ASI serta memberikan ASI kepada bayinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan ibu primipara mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI meliputi frekuensi menyusui, nutrisi, istirahat dan tidur, psikologis, kontrasepsi, perawatan payudara, pijato ksitosin, teknik menyusui

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian survei deskriptif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu primipara yang dirawat di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang. Teknik penentuan *sample* menggunakan *total sampling* yaitu sebanyak 60 ibu primipara yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah semua ibu primipara yang dirawat di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang, yang bersedia dan mampu untuk mengisi kuisisioner yang dibagikan. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah ibu primipara yang memiliki halangan berupa bayi menangis, ibu primipara yang sedang menyusui, dan ibu primipara yang tiba-tiba pulang atau tidak mau mengisi kuisisioner saat kuisisioner dibagikan. Penelitian dilakukan di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang pada minggu III bulan April hingga minggu I bulan Mei 2012. Alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner. Dilakukan uji validitas pada kuisisioner berupa uji *content validity* dan uji *construct validity*. Uji *content validity* dilakukan oleh 3 orang expert yang berkompeten dalam bidang keperawatan anak dan keperawatan maternitas. Uji *construct validity* dilakukan pada 30 responden lalu dihitung menggunakan rumus *pearson product moment*. Dihasilkan 27 pernyataan benar salah dengan r hitung 0.366-0.884 dan r tabel 0.361. Item yang valid diukur reliabilitasnya dengan rumus *alpha cronbach*. Reliabilitas kuisisioner dalam penelitian ini adalah 0.960. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat. Analisa univariat digunakan untuk menganalisa data yang menggambarkan pengetahuan ibu primipara tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI dalam bentuk tabel. Etika dalam penelitian yang digunakan yaitu menggunakan lembar *informed concent*, merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden dalam penelitian. *Anonimity*, responden tidak perlu memberikan nama pada kuisisioner yang diisi. *Confidentiality* yaitu semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaan oleh peneliti.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Primipara tentang Faktor-Faktor yang Dapat Mempengaruhi Produksi ASI di Ruang Bougenville Rumah Sakit Umum Daerah Tugurejo Semarang, Mei 2012 (n=60)

Pengatahuan Responden tentang	Frekuensi	Presentase (%)
(1)	(2)	(3)
Frekuensi Menyusui		
a. Baik	36	60
(1)	(2)	(3)
b. Cukup Baik	24	40
c. Kurang Baik		
d. Tidak Baik		
Total	60	100

Nutrisi		
a. Baik	43	71,67
b. Cukup Baik	9	15
c. Kurang Baik	6	10
d. Tidak Baik	2	3,33
Total	60	100
Psikologis		
a. Baik	38	63,33
b. Cukup Baik	22	36,67
c. Kurang Baik		
d. Tidak Baik		
Total	60	60
Istirahat dan Tidur		
a. Baik	50	83,33
b. Cukup Baik	7	11,67
c. Kurang Baik	3	5
d. Tidak Baik		
Total	60	100
Perawatan Payudara		
a. Baik	53	88,33
b. Cukup Baik	5	8,33
c. Kurang Baik	2	3,33
d. Tidak Baik		
Total	60	100
Pijat Oksitosin		
a. Baik	24	40
b. Cukup Baik	13	21,67
c. Kurang Baik	20	33,33
d. Tidak Baik	3	5
Total	60	100
Penggunaan Kontrasepsi		
a. Baik	25	41,67
b. Cukup Baik	32	53,33
c. Kurang Baik		
d. Tidak Baik	3	5
Total	60	100
Teknik Menyusui		
a. Baik	37	61,67
b. Cukup Baik	17	28,33
c. Kurang Baik	6	10
d. Tidak Baik		
Total	60	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu primipara pada faktor frekuensi menyusui 60% baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor nutrisi 71,67% baik, 10% kurang baik, dan 3,33% tidak baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor psikologis 63,33% baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor istirahat dan tidur 83,33% baik, 5 % kurang baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor perawatan payudara 88,33% baik, sedangkan 3,33 % kurang baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor pijat oksitosin 40% baik, 33,33 % kurang, dan 5% tidak baik. Pengetahuan ibu primipara tentang alat kontrasepsi 25% baik,5% tidak baik. Pengetahuan ibu primipara tentang teknik menyusui 61,67% baik, 10% kurang baik

Pembahasan

Pengetahuan ibu primipara tentang faktor-faktor yang dapat mempengaruhi ASI di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang, 61,67% sudah baik. Hal tersebut kemungkinan karena ibu primipara telah mendapatkan informasi dari berbagai sumber misalnya media cetak, media elektronik, dan informasi dari dokter serta bidan. Menurut Notoatmodjo, informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Selain itu, kemungkinan ibu primipara memiliki pendidikan lanjut sehingga mudah untuk menyerap informasi yang diperoleh. Notoatmodjo menyebutkan faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan, usia, pengalaman, dan informasi (Notoatmodjo,2000). Tingkat pendidikan menentukan mudah atau tidaknya seseorang untuk memahami serta menyerap pengetahuan yang diperoleh dari bangku pendidikannya. Pada umumnya, semakin tinggi pendidikannya semakin tinggi pula pengetahuan yang dimiliki.Usia juga merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Namun dalam penelitian ini tidak diketahui rentang usia ibu primipara sehingga tidak dapat menghubungkan apakah usia dapat mempengaruhi pengetahuan ibu primipara.

Terdapat 8 faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI. 60 % pengetahuan ibu primipara pada faktor frekuensi menyusui baik. Pemberian ASI sesering mungkin akan merangsang otot polos payudara untuk berkontraksi yang kemudian akan merangsang susunan saraf di sekitarnya dan meneruskan rangsangan tersebut ke otak. Otak akan memerintahkan kelenjar hipofisis posterior untuk mengeluarkan hormon pituitari lebih banyak sehingga menurunkan kadar hormon estrogen dan progesteron. Pengeluaran hormon pituitari yang lebih banyak akan mempengaruhi kuatnya kontraksi otot-otot polos payudara dan uterus. Kontraksi otot polos payudara berfungsi untuk produksi ASI sedangkan kontraksi otot polos uterus berguna untuk proses involusi (Bahiyatun, 2009). Jadi, bagi ibu yang jumlah ASI-nya masih sedikit harus tetap menyusui agar terjadi rangsangan pada puting dimana hal tersebut akan meningkatkan jumlah ASI.

Pengetahuan ibu primipara pada faktor nutrisi 71,67% baik, 10% kurang baik, dan 3,33% tidak baik. Ibu menyusui harus meningkatkan porsi makanan yang mengandung protein contohnya telur, ikan, daging, ayam, tahu, dan tempe karena fungsi protein untuk membentuk jaringan baru dan untuk memproduksi susu (Bahiyatun, 2009).Selain makanan yang mengandung protein, sayur dan buah sangat baik dikonsumsi oleh ibu menyusui. Sayur dan buah mengandung vitamin dan mineral yang dapat mempengaruhi kuantitas maupun kualitas ASI pada ibu menyusui. Konsumsi air putih 8-12 gelas per hari pada ibu menyusui pun dapat menghindari ibu menyusui dari resiko dehidrasi. (Behrman, 2000)

Pengetahuan ibu primipara pada faktor psikologis 63,33% baik.Faktor mental dan psikologis ibu menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan produksi ASI. Perasaan stres, tertekan, tidak nyaman yang dialami oleh seorang ibu dapat menghambat jumlah ASI yang keluar (Bahiyatun, 2009). Sholihah menyebutkan bahwa ibu yang mendapatkan dukungan suami atau keluarga dan memberikan ASI dalam satu jam pertama setelah lahir sebanyak 53,3% sedangkan ibu yang tidak mendapat dukungan dari suami atau keluarga dan memberikan ASI pada satu jam pertama sebanyak 44,4%. Hal ini menunjukkan bahwa keputusan seorang ibu untuk menyusui membutuhkan dukungan dari suami dan keluarga. Dukungan dapat berbentuk dukungan informasional dimana suami memberikan saran serta informasi kepada ibu

primipara. Judhiastuty Februhartanty mengungkapkan bahwa 20% suami menyatakan mereka secara langsung meminta ibu untuk segera menyusui. Selain itu, dukungan suami secara emosional dan instrumental pun juga dilakukan dengan membantu menggendong bayi, menyediakan makanan bergizi bagi ibu untuk meningkatkan produksi ASI.

Ibu yang baru saja melahirkan, akan mengalami perubahan jadwal istirahat dan tidur. Mereka memiliki tugas baru yaitu menjaga dan menyusui bayi mereka setiap 2 jam sehingga tidak jarang membuat tubuh menjadi lelah, letih. Rasa lelah dan letih tersebut harus diatasi dengan mengatur atau menjadwalkan waktu tidur karena rasa capek dan lelah menjadikan badan tidak segar dimana hal tersebut berpengaruh pada produksi ASI. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan ibu primipara pada faktor istirahat dan tidur 83,33% baik, 5% kurang baik. Menurut Douglas M. Teti, Bo-Ram Kim, ibu memiliki kekhawatiran tidak bisa memenuhi kebutuhan susu bayi di malam hari yang dapat menimbulkan stress dan depresi. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa tingkat depresi tersebut dapat menurun apabila ibu tetap berada di samping bayi saat malam hari (Teti, 2010). Namun, tidak semua ibu mengalami depresi karena khawatir tidak dapat memenuhi kebutuhan bayi di malam hari. Terdapat juga ibu yang memberikan susu kombinasi antara susu formula dan susu ASI bahkan susu formula saja ke bayinya untuk mengurangi berkurangnya waktu tidur mereka. Kendall mengungkapkan hal yang sebaliknya. Ibu yang memberikan ASI sepenuhnya kepada bayi justru memiliki waktu tidur lebih lama dibandingkan ibu yang memberikan susu kombinasi atau susu formula kepada bayinya (Kendall, 2011)

Pengetahuan ibu primipara pada faktor perawatan payudara 88,33% baik, sedangkan 3,33% kurang baik. Perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur dapat merangsang produksi ASI serta mengurangi resiko luka saat menyusui. Selain itu, perawatan payudara bertujuan untuk mengurangi resiko mastitis yang dapat menghambat proses menyusui. Hasil penelitian yang dilakukan Pri Astuti dan Yuli Setyaningrum, terdapat hubungan antara kebiasaan melakukan perawatan payudara dengan penurunan kejadian mastitis pada ibu nifas. (Astuti, 2009)

Pengetahuan ibu primipara pada faktor pijat oksitosin 40% baik, 33,33% kurang, dan 5% tidak baik. Oksitosin merupakan hormon dihasilkan oleh hipofisis superior yang berperan dalam memperlancar pengeluaran ASI. Pengeluaran hormon oksitosin dapat dirangsang agar keluar lebih banyak, salah satunya dengan cara pijat oksitosin yang dilakukan di daerah punggung belakang. Pijat punggung selain berfungsi untuk meningkatkan produksi ASI, juga berfungsi untuk memberikan rasa nyaman pada ibu menyusui *pasca* melahirkan (Behrman, 2000).

Pengetahuan ibu primipara tentang alat kontrasepsi 25% baik, 5% tidak baik. Menyusui bukan menjadi jaminan untuk tidak terjadi kehamilan. Pemilihan alat kontrasepsi pada ibu menyusui pun perlu diperhatikan. Ibu menyusui yang memutuskan untuk menggunakan alat kontrasepsi setelah melahirkan harus memperhatikan efek yang ditimbulkan dari alat kontrasepsi tersebut (Suradi, 2004). Ibu menyusui disarankan untuk memilih pil KB yang mengandung progesterin saja, bukan pil KB yang mengandung kombinasi antara estrogen dan progesteron karena estrogen dapat menurunkan jumlah ASI pada ibu menyusui. Begitu pula dengan suntik KB, jenis suntik KB yang dapat digunakan oleh ibu menyusui yaitu suntik KB 3 bulanan karena suntik KB 3 bulanan hanya

mengandung progesteron saja sehingga tidak berpengaruh pada jumlah ASI ibu menyusui (Truitt, 2007).

Pengetahuan ibu primipara tentang teknik menyusui 61,67% baik, 10% kurang baik. Ibu menyusui sebaiknya menguasai teknik menyusui yang benar. Kegagalan dalam menyusui seringkali disebabkan oleh kesalahan posisi menyusui sehingga menyebabkan puting ibu lecet lalu ibu enggan untuk menyusui yang dapat berakibat produksi ASI menurun dan bayi tidak puas menyusu. (Behrman, 2000).

Kesimpulan Dan Saran

Terdapat 8 faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI. 60 % pengetahuan ibu primipara pada faktor frekuensi menyusui baik Pengetahuan ibu primipara pada faktor nutrisi 71,67% baik, 10% kurang baik, dan 3,33% tidak baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor psikologis 63,33% baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor istirahat dan tidur 83,33% baik, 5 % kurang baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor perawatan payudara 88,33% baik, sedangkan 3,33 % kurang baik. Pengetahuan ibu primipara pada faktor pijat oksitosin 40% baik, 33,33 % kurang, dan 5% tidak baik. Pengetahuan ibu primipara tentang alat kontrasepsi 25% baik, 5% tidak baik. Pengetahuan ibu primipara tentang teknik menyusui 61,67% baik, 10% kurang baik

Pengetahuan ibu primipara tentang faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI sudah baik. Namun masih ada ibu primipara yang memiliki pengetahuan cukup baik, kurang baik, dan tidak baik sehingga harus ditingkatkan pengetahuannya. Ibu primipara yang sudah memiliki pengetahuan baik, hendaknya mempertahankan pengetahuan yang dimilikinya. Bagi ibu primipara dan keluarga hendaknya meningkatkan pengetahuan tentang faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi produksi ASI serta mencari informasi tentang faktor yang belum pernah diketahui. Bagi petugas kesehatan sebaiknya tidak hanya memberikan pendidikan kesehatan secara umum saja tetapi harus lebih spesifik dan tepat sasaran, mengenalkan kepada ibu primipara tentang faktor lain yang belum diketahui. Apabila terdapat ibu primipara yang masih mengalami kesulitan dalam produksi ASI, diharapkan bidan atau perawat tidak hanya memberikan pendidikan kesehatan tetapi juga mencontohkan tentang bagaimana cara memproduksi ASI yang benar melalui teknik menyusui, pijat oksitosin, perawatan payudara yang tepat.

Ucapan Terima Kasih

1. Ibu primipara di RSUD Tugurejo Semarang dan RSUD Kota Semarang yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini
2. RSUD Tugurejo Semarang dan RSUD Kota Semarang yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan uji validitas kuisioner.

Daftar Pustaka

- Astuti, P et al. (2009). *Hubungan Antara Praktik Perawatan Payudara Dengan Kejadian Mastitis Pada Ibu Nifas Tahun 2009 Di BPS Nunuk Desa Bandengan Kabupaten Jepara*. Diunduh dari http://isjd.pdii.lipi.go.id/admin/jurnal/2211107124_2088-4451.pdf. Diakses pada tanggal 14 Juni 2012.
- Bahiyatun. (2009). *Buku Ajar Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC.
- Behrman, K. et al. (2000). *Ilmu Kesehatan Anak*. Jakarta : EGC.

- Budiharjo, N.S.D. (2003). *Masalah-Masalah dalam Menyusui*. Jakarta: Perkumpulan perinatologi Indonesia.
- Venter, C et al. *Caring for the newborn: infant nutrition part 1*. 2008. British Journal of Midwifery. 2008 Nov 16(11): 726 – 733. Diunduh dari <http://web.ebscohost.com/ehost/>. Diakses pada tanggal 22 Desember 2011.
- Depkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2008*. (2009). Diunduh dari <http://www.depkes.go.id/> . Diakses pada tanggal 11 Oktober 2011.
- Depkes RI. (2008). *Pedoman Pelayanan Maternal Perinatal pada Rumah Sakit Umum Kelas B, C dan D*. Diakses dari <http://www.hukor.depkes.go.id/> . Diakses pada tanggal 11 Oktober 2011.
- Douglas M. T, et al. (2010). *Maternal Depression, Mothering and Child Development*. The Pennsylvania State University University of North Carolina – Chapel Hill USA.
- Judhiastuty, F. (2008). *Strategic Roles of Fathers in Optimizing Breastfeeding Practices: A Study In An Urban Setting of Jakarta*. Faculty of Medicine University of Indonesia
- Kendall, K et al. (2011). *Effect of Feeding Method on Sleep Duration, Maternal Well-being, and Postpartum Depression*. Clinical Lactation Vol.2-2
- Lubis, P. et al. (2010). *Alasan Wanita Enggan Menyusui*. Diunduh dari <http://kosmo.vivanews.com/news/read/135435>. Diakses pada tanggal 26 Januari 2012
- Notoatmojo, S. (2000). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan Edisi 1*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nurmiati, B. (2008). *Pengaruh Durasi Pemberian Asi Terhadap Ketahanan Hidup Bayi di Indonesia*. Diunduh dari <http://journal.ui.ac.id/u>. Diakses pada tanggal 12 Oktober 2011.
- Prasetyo, DS. (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Yogyakarta : Diva Press.
- Purwanti, HS. (2004). *Konsep Penerapan ASI Eksklusif*. Jakarta: EGC.
- Sholihah, I. et al. (2010). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI dalam Satu Jam Pertama Setelah Lahir di Kabupaten Garut Provinsi Jawa Barat*. Media Litbang Kesehatan Volume XX Nomor 2
- Suradi, R. et al. (2004). *Bahan Bacaan Manajemen Laktasi Edisi 5*. Jakarta : Perinasia.
- Truitt ST, et al. (2007). *Combined Hormonal Versus Nonhormonal Versus Progestinonly Contraception in Lactation*. USA : The Cochrane Collaboration and published in The Cochrane Library.