

PENGARUH KECEMASAN TERHADAP PENGELOUARAN ASI PADA IBU POST PARTUM

Faulia Mauluddina¹, Putri Ayu Ning Kasih²

Prodi DIII Kebidanan STIKES Mitra Adiguna
Jl. Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang
Email : faulia.mauluddina@gmaill.com

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi karena selain memberikan semua unsur gizi yang dibutuhkan, ASI mengandung komponen yang sangat spesifik, dan telah disiapkan untuk memenuhi kebutuhan dan perkembangan bayi. Faktor kecemasan, padahal jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran ASI, sebaliknya jika ibu merasa cemas akan menghambat kelancaran pengeluaran ASI. Diketahui Pengaruh Kecemasan Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021. Desain penelitian yang digunakan desain cross sectional dengan pendekatan analitik observasional. Sampel dari penelitian ini sebagian ibu post partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021 yang berjumlah 36 orang. Hasil penelitian diketahui Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkat Kecemasan kategori Tidak ada kecemasan sebanyak 24 responden (66,7%), kategori Kecemasan ringan sebanyak 10 responden (27,8%), dan kategori Kecemasan sedang sebanyak 2 responden (5,6%). Distribusi frekuensi pengeluaran ASI terdapat sebanyak 18 responden (50,0%) jika ASI keluar dan 18 responden (50,0%) jika ASI sama sekali tidak keluar. Hasil analisis bivariate ada pengaruh antara kedua variabel pengeluaran ASI dengan variabel independen kecemasan dengan hasil p value 0,011. Dapat ditarik kesimpulan Ada pengaruh kecemasan terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021 dengan nilai p value $\leq 0,011$ (p value = 0,05). Diharapkan petugas kesehatan terutama yang berada di Klinik Citra dapat menyarankan atau mengajarkan kepada ibu post partum untuk mengurangi kecemasan terhadap pengeluaran ASI.

Kata Kunci : Pengeluaran ASI, Kecemasan

ABSTRACT

Mother's Milk (ASI) is the best food for babies because in addition to providing all the nutritional elements needed, breast milk contains very specific components, and has been prepared to meet the needs and development of babies. Anxiety factor, meanwhile if the mother's mood feels comfortable and happy it will affect the smoothness of breastfeeding, on the contrary if the mother feels anxious it will inhibit the smooth flow of breast milk. The Effect of Anxiety on Breastfeeding in Post Partum Mothers at Citra Clinic Palembang in 2021. The research design used was a cross sectional design with an observational analytic approach. The sample from this study was some post partum mothers at the Citra Palembang Clinic in 2021, a total of 36 people. The results showed that the frequency distribution of respondents was based on the level of anxiety in the category of no anxiety as many as 24 respondents (66.7%), in the mild anxiety category by 10 respondents (27.8%), and in the moderate anxiety category by 2 respondents (5.6%). There were 18 respondents (50.0%) if the milk came out and 18 respondents (50.0%) if the milk didn't come out at all. The results of the bivariate analysis showed that there was an influence between the two variables of breastfeeding with the independent variable of anxiety with a p value of 0.011. It can be concluded that there is an effect of anxiety on breastfeeding in postpartum mothers at the Citra Palembang Clinic in 2021 with a p value of 0.011 (p value = 0.05). It is hoped that health workers, especially those at the Citra Clinic, can suggest or teach post partum mothers to reduce anxiety about breastfeeding.

Keywords: *Expulsion of ASI, Anxiety*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi karena selain memberikan semua unsur gizi yang dibutuhkan, ASI mengandung komponen yang sangat spesifik, dan telah disiapkan untuk memenuhi kebutuhan dan perkembangan bayi. ASI mengandung antibodi (zat kekebalan tubuh) yang merupakan perlindungan alami bagi bayi baru lahir. ASI mengandung antibodi dalam jumlah besar yang berasal dari tubuh ibu, sehingga bayi memiliki kekebalan dan terhindar dari penyakit di awal kehidupannya. Bayi menjadi cerdas karena ASI mengandung nutrisi yang mendukung pesat otak bayi yang sedang terjadi diperiode emas ini (Afriyani et al., 2018).

Menyusui merupakan cara yang optimal dalam memberikan nutrisi dan mengasuh bayi, dengan penambahan makanan pendamping setelah 6 bulan, kebutuhan nutrisi, imunologi, dan psikososial dan terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya. Nutrisi ibu menyusui adalah makanan sehat selain obat yang mengandung protein, lemak, mineral, air dan karbohidrat yang dibutuhkan oleh ibu menyusui dalam jumlah tertentu selama menyusui. Masa postpartum merupakan masa pemulihan karena merupakan faktor penunjang yang utama produksi ASI sehingga apabila gizi tidak terpenuhi akan menghambat produksi ASI dan dapat mempengaruhi komposisi serta asupan nutrisi untuk bayi baru lahir. Salah satu faktor yang mempengaruhi kegagalan dalam proses menyusui dapat disebabkan karena tidak keluarnya ASI.

World Health Organization (WHO) dan *United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF)* merekomendasikan sebaiknya anak hanya diberi ASI selama paling sedikit 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai

anak berumur 2 tahun. Menurut data WHO (2016), cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. Pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 54,0% telah mencapai target (Kemenkes RI, 2016). Badan kesehatan *World Health Organization (WHO)* dan *United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF)* merekomendasikan: inisiasi menyusu dini dalam waktu 1 jam dari bayi lahir. ASI eksklusif diberikan selama 6 bulan pertama kehidupan dan pengenalan nutrisi yang memadai dan aman komplementer (padat) makanan pada 6 bulan bersama dengan terus menyusui sampai 2 tahun atau lebih.

Namun, banyak bayi dan anak-anak tidak menerima makanan yang optimal, dimana hanya sekitar 36% dari bayi usia 0 sampai 6 bulan di seluruh dunia yang diberikan ASI eksklusif selama periode tahun 2007 sampai dengan tahun 2014 WHO, 2016 dalam Iswari (2018). Menurut (Kemenkes RI, 2018) menyatakan bahwa persentase pemberian ASI ekslusif pada bayi 0-6 bulan di Indonesia pada tahun 2018 yaitu 58,3%, pada tahun 2017 yaitu sebesar 48,6%, pada tahun 2016 mencapai 54,3%, sedikit meningkat dari tahun sebelumnya, namun hal ini masih di bawah target pencapaian pemberian ASI ekslusif secara nasional yaitu 80% (Yanti, 2020).

Menurut Dinas Kesehatan Kota Palembang, 2018 cangkupan pemberian ASI untuk Kota Palembang Tahun 2018 sebesar 76,5%. Cangkupan ini masih dibawah target pencapaian pemberian ASI Indonesia yaitu 80%. Cakupan tertinggi untuk pemberian ASI di Puskesmas Multiwahana.

Diketahui cakupan ASI Ekslusif di Klinik Citra Palembang pada tahun 2018 terdapat cangkupan ASI yaitu 586 orang . Pada 2019 terdapat cangkupan ASI yaitu 530 orang. Pada tahun 2020 terdapat

cangkupan ASI yaitu 651 orang (Klinik Citra).

Kelancaran ASI sangat dipengaruhi oleh faktor psikologi. Gangguan psikologi pada ibu menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI, karena akan menghambat let down reflect. Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi kelancaran ASI. 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. Perubahan psikologis pada ibu post partum umumnya terjadi pada 3 hari post partum. Dua hari post partum ibu cenderung bersifat negatif terhadap perawatan bayinya dan sangat tergantung lain karena energi difokuskan untuk dirinya sendiri (Rahayu et al., 2016)

Fenomena yang terjadi, seringkali disebabkan oleh faktor kecemasan, padahal jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran ASI, sebaliknya jika ibu merasa cemas akan menghambat kelancaran pengeluaran ASI. Berdasarkan data di atas dan pengamatan sampai saat ini, maka penulis ingin membuktikan tentang “Pengaruh Kecemasan Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021” sebagai judul penelitian ini.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah desain *cross sectional* dengan pendekatan analitik observasional yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecemasan terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021.

Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 26 November 2021- 5 Desember 2021

Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Citra Palembang Tahun 2021 yang beralamat di Jl.H Sanusi No 2905, Suka Bangun, Kec. Sukarami, Kota Palembang, Sumatera Selatan

Data dan Metode Penelitian Data

Penelitian menggunakan data primer yaitu data atau sumber informasi berasal langsung dari kecemasan dan pengeluaran ASI dari Ibu Post Partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021

Populasi dan Sampel

Populasi

Populasi penelitian ini keseluruhan ibu *post partum* di Klinik Citra Palembang Tahun 2021

Sampel

Sampel dari penelitian ini sebagian ibu post partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021 yang berjumlah 36 orang

Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*

Teknik Analisis

Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi responden serta untuk mendeskripsikan variabel Kecemasan dan Pengeluaran ASI yang disajikan dalam bentuk tabel.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap variabel kecemasan dengan pengeluaran ASI untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dari kedua variabel kecemasan dan variabel pengeluaran ASI dengan menggunakan analisis uji chi-square dengan taraf signifikasih (a) 0,05 dan membandingkan dengan nilai probalitas (p value)

HASIL PENELITIAN DAN

PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase dari variabel dependen yaitu pengeluaran ASI dan variabel independen yaitu kecemasan. Data disajikan dalam bentuk tabel dan teks.

1. Pengeluaran ASI

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Pengeluaran ASI di Klinik Citra Palembang Tahun 2021

No	Pengeluaran ASI	F	%
1	Ya	18	50,0
2	Tidak	18	50,0
	Jumlah	36	100

Pada tabel 1 diatas diketahui bahwa dari 36 responden terdapat sebanyak 18 responden (50,0%) jika ASI keluar dan 18 responden (50,0%) jika ASI sama sekali tidak keluar.

2. Tingkat Kecemasan

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkat Kecemasan di Klinik Citra Palembang Tahun 2021

No.	Tingkat Kecemasan	F	%
1.	Tidak ada kecemasan	24	66,7
2.	Kecemasan Ringan	10	27,8
3.	Kecemasan sedang	2	5,6
	Jumlah	36	100

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa dari 36 responden bahwa tingkat kecemasan kategori Tidak ada kecemasan sebanyak 24 responden (66,7%), kategori Kecemasan ringan sebanyak 10 responden

(27,8%), dan kategori Kecemasan sedang sebanyak 2 responden (5,6%).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan data analisis data yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Pada penelitian ini analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara variabel dependen pengeluaran ASI dengan variabel independen kecemasan. Analisis bivariat ini dilakukan untuk menggunakan komputerisasi dengan uji statistik *chi-square*, dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ *Confidence Interval* 95 %. Dengan ketentuan jika $p\ value \leq 0,05$ berarti ada hubungan bermakna dan jika $p\ value > 0,05$ berarti tidak ada hubungan antara variabel dependen dengan independen.

1. Pengaruh Kecemasan Dengan Pengeluaran ASI

Pada penelitian ini dilakukan uji statistik bivariat yaitu untuk mengetahui pengaruh antara variabel dependen pengeluaran ASI dengan variabel independen kecemasan. Hasil uji statistik dapat dilihat dengan menggunakan tabel silang atau *cross tab* pada tabel 3.

Tabel 3
Pengeluaran ASI Dengan Tingkat Kecemasan di Klinik Citra Palembang tahun 2021

Pengeluaran ASI	Kecemasan						<i>p</i> value
	Tidak ada kecemasan		Kecemasan ringan		Kecemasan sedang		
	n	%	N	%	n	%	
Ya	16	88,9	1	5,6	1	5,6	
Tidak	8	44,4	9	50,0	1	5,6	0,011
Jumlah	24	66,7	10	27,8	2	56,6	

Dari tabel 3 diatas, diketahui dari 18 responden yang mengalami pengeluaran ASI dengan tidak ada kecemasan, yang menjawab Ya terdapat 16 responden (66,7% kecemasan ringan yang menjawab Ya terdapat 1 responden (5,6%), sedangkan

kecemasan sedang yang menjawab “Ya” 1 responden (5,6%)

Dari hasil uji statistik diperoleh *p value* 0,011 ($p < \alpha$ (0,05) , artinya ada pengaruh antara kedua variabel pengeluaran ASI dengan variabel independen kecemasan.

Dengan demikian hipotesis awal yang menyatakan ada pengaruh antara kedua variabel pengeluaran ASI dengan variabel independen kecemasan terbukti secara statistik.

Keterbatasan penelitian dan Pembahasan

Keterbatasan penelitian

Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan, penelitian ini merupakan penelitian cross sectional yaitu data yang dikumpulkan hanya sesaat atau data yang diperoleh adalah data saat ini juga. Selain itu, keterbatasan waktu juga menjadi salah satu ketidak lengkapnya data pasien yang diteliti sehingga proses pengambilan data, informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sebenarnya, hal ini terjadi karena kadang perbedaan pemahaman yang berbeda tiap responden, juga faktor lain seperti faktor kejujuran dalam pengisian pendapat responden dalam kuesionernya

Pembahasan

1. Analisis Univariat

Kecemasan terhadap Pengeluaran ASI

Dari hasil penelitian ini analisis univariat menunjukkan bahwa dari 36 responden terdapat sebanyak 18 responden (50,0%) jika ASI keluar dan 18 responden (50,0%) jika ASI sama sekali tidak keluar.

Pengeluaran ASI yang tidak lancar ini menyebabkan bayi tidak mendapatkan zat-zat gizi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya (Fairus et al., 2021).

Pengaruh Antara Kedua Variabel Pengeluaran ASI Dengan Variabel Independen Kecemasan

Hasil penelitian ini didapatkan analisis bivariat diketahui dari 18 responden yang mengalami pengeluaran ASI dengan tidak ada kecemasan, yang menjawab Ya terdapat 16 responden (66,7%), yang menjawab tidak terdapat 8 responden (33,3%), kecemasan ringan yang menjawab Ya terdapat 1 responden (5,6%), yang menjawab Tidak 9 responden (50,0%), sedangkan kecemasan sedang yang menjawab “Ya” 1 responden (5,6%), yang menjawab “Tidak” 1 responden (5,6%).

Dari hasil uji statistik diperoleh *p value* 0,011 ($p < \alpha$ (0,05) , artinya ada pengaruh antara kedua variabel pengeluaran ASI dengan variabel independen kecemasan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Hastuti (2020) yang berjudul pengaruh kecemasan pandemi covid-19 terhadap pengeluaran Asi ibu menyusui di rumah sehat bundathahira bantul . Hasil penelitian ini diperoleh bahwa kecemasan pandemi Covid- 19 pada 30 ibu menyusui di wilayah Rumah Sehat Bunda Athahira sebagian besar mengalami cemas Covid-19 berjumlah 16 orang (53,3%) dan tidak cemas Covid-19 berjumlah 14 orang (46,7%). Dimana berdasarkan item pertanyaan kuesioner kecemasan, diketahui ibu post partum sebagian besar cemas Covid-19 tentang berita penderita Covid-19 semakin bertambah dan penularan Covid-19, khawatir petugas yang membantu melahirkan tidak menggunakan APD (masker, fice shield dan sarung tangan), takut keluar rumah dan tidak sanggup membeli makanan bergizi selama Covid-19.

Hasil penelitian ini didukung oleh pendapat Korompis (2019) yang berjudul hubungan kecemasan dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum selama dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado. Hasil penelitian ini menunjukkan

bahwa dari 68 responden didapati sebagian responden mengalami kecemasan ringan berjumlah 24 responden (35,3%). Rasa cemas dapat menimbulkan berbagai masalah, termasuk salah satunya depresi post partum pada ibu, dimana keadaan psikosis ibu terganggu. Adapun depresi post partum merupakan suatu keadaan psikosis mendadak. Psikosis adalah suatu kondisi gangguan jiwa yang ditandai dengan adanya ketidakmampuan membedakan realita dan khayalan

Berdasarkan hasil penelitian peneliti menyimpulkan bahwa kecemasan yang terjadi pada ibu post partum terjadi karena Ibu yang mengalami cemas dan stress akan mengganggu laktasi sehingga mempengaruhi produksi ASI dan menghambat pengeluaran ASI. Ibu dalam keadaan tertekan, sedih, kurang percaya diri, dan berbagai bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI. Keberhasilan proses menyusui sangat tergantung pada adanya rasa percaya diri ibu bahwa ia mampu menyusui atau memproduksi ASI yang cukup untuk bayinya. Semua hal itu dapat dihindari dengan cara ibu cukup istirahat dan menghindari rasa khawatir berlebihan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan yang dikemukakan, maka dapat ditarik kesimpulan Ada pengaruh kecemasan terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum di Klinik Citra Palembang Tahun 2021 dengan nilai p value $\leq 0,011$ (p value = 0,05)

Saran

Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi petugas kesehatan terutama yang berada di Klinik Citra Palembang untuk dapat menyarankan atau

mengajarkan kepada ibu post partum untuk mengurangi kecemasan terhadap pengeluaran ASI.

Bagi STIKES Mitra Adiguna Palembang

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk menambah referensi dan bahan untuk kajian lebih lanjut dalam mengembangkan ilmu kesehatan terutama pada kecemasan terhadap pengeluaran ASI pada ibu post partum.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi peneliti selanjutnya untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh kecemasan terhadap pengeluaran asi pada ibu post partum dan dilakukan penelitian lebih lanjut dengan metode penelitian yang berbeda, variabel yang berbeda, perlakuan yang lebih sering, kombinasi kompres, jumlah populasi dan sampel yang lebih banyak sehingga akan diperoleh.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, N. (2019). Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Penurunan Gejala Pramenstrual Syndrome Pada Remaja Putri Di Smrn 1 Bangkalan. *JURNAL ILMIAH OBSGIN: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN: 1979-3340 e-ISSN: 2685-7987, 11(2), 13–23.* <https://doi.org/10.36089/job.v11i2.82>
- Dinas Kesehatan Kota Palembang. (2018). Profil Kesehatan Tahun 2018 (Data 2017). *Dinas Kesehatan Palembang, 72, 10–13.*
- Eksklusif, A. S. I., Wilayah, D. I., Puskesmas, K., & Kota, T. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Tumiting Kota Manado. *Kesmas, 8(7), 298–304.*

- F.B, M. (2018). *buku pintar ASI dan Menyusui*.
- Fairus, M., Parwanti, L., Endang, P., Pujiarti, D., Annisa, W., Poltekkes, D., Prodi, T., Terapan, S., Metro, K., Poltekkes, M., Prodi, T., Terapan, S., Metro, K., & Kunci, K. (2021). Pendampingan Akupresur Untuk Memperlancar Pengeluaran Air Susu Ibu. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian 2021, "Penelitian Dan Pengabdian Inovatif Pada Masa Pandemi Covid-19,"* 3, 758–761.
- Hariadi, N., Nohantiya, P., Harry, M., Setiawan, W., & Yudho, F. H. P. (2020). *Kajian Keolahragaan Pada Masa Pandemi Covid-19*.
- Hastuti, Pri. (2020). Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Menyusui Di Rumah Sehat Bundaathahira Bantul. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), 82–89. <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIK>
- Hastuti, Puji, & Wijayanti, I. T. (2017). Analisis Deskriptif Faktor yang Mempengaruhi Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Magelang*, 6, 223–232. <http://journal.ummg.ac.id/index.php/urecol/article/view/1028>
- Hayat, A. (2017). Kecemasan dan Metode Pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 12(1), 52–63. <https://doi.org/10.18592/khazanah.v1i1.301>
- Intani, T. M., Syafrita, Y., & Chundrayetti, E. (2019). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dan Stimulasi Psikososial dengan Perkembangan Bayi Berumur 6-12 Bulan. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1S), 7. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i1s.920>
- Islamiyah, I., & Wasil Sardjan, U. R. (2021). Depresi Postpartum Berhubungan dengan Motivasi Pemberian Asi Eksklusif Satu Bulan Pertama pada Bayi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 663–670. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.1934>
- Iswari, I. (2018). Gambaran pengetahuan suami dari ibu menyusui (0-6 bulan) tentang asi eksklusif di wilayah kerja puskesmas dermayu kabupaten selumatahun 2017. *Journal Of Midwifery*, 6(1), 10–16. <https://doi.org/10.37676/jm.v6i1.505>
- Komariah, N. (2018). Hubungan Antara Usia Ibu Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum Di BPM Teti Herawati Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Palembang)*, 12(2), 103–107.
- Korompis, G. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Kostania.G, E. a. (2017). Adaptasi Kebiasaan Baru dalam Kebidanan di era Pandemi Covid-19. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 2, Issue 1). https://ejournal.unisba.ac.id/index.php/kajian_akuntansi/article/view/2615 %0Ahttp://scholar.unand.ac.id/60566/
- Mawardika, T., Aniroh, U., & Lestari, P. (2020). Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Post Partum. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 277–286.
- Rofifah, D. (2020). pengetahuan ibu menyusui tentang manajemen laktasi di masa pandemi covid-19 di Puskesmas Jayengan Kecamatan Serengan Kota Surakarta. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.

Sri, W. (2019). *Asuhan Keperawatan Post Partum.*

Tambaru, R., Hilda, & Imelda, F. (2020). Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Ibu Post Partum di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak. *Jurnal Kesehatan*, 4(2), 123. http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/1045/2/Revisi_skripsi_Rusmawati_18_agt_281%29.pdf

Urgència, I. T. D. (2017). *Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida Trimester Ketiga DI Puskesmas Kecamatan Tamalanrea Makasar.* 1–23.

Yanti, N. (2020). *Pijat Oketani Menggunakan Jasmine Oil Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Hari 1-3.* <https://repository.stikeswiramedika.ac.id/56/2/LITERATURE RIVIEW.pdf>

Yuliani, D. R., & Aini, F. N. (2020). Kecemasan Ibu Hamil Dan Ibu Nifas Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Baturraden. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 11–14. <https://doi.org/10.31983/jsk.v2i2.648>