

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN IBU DENGAN
PEMBERIAN ASI PADA MASA NIFAS
DI PUSKESMAS UMBULHARJO I
YOGYAKARTA TAHUN 2016**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
Wiwin Sulastri
201510104422**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA
2016**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN IBU DENGAN
PEMBERIAN ASI PADA MASA NIFAS
DI PUSKESMAS UMBULHARJO I
YOGYAKARTA TAHUN 2016**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Sains
Terapan pada Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta



**Disusun oleh:
Wiwin Sulastri
201510104422**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH' YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN IBU DENGAN
PEMBERIAN ASI PADA MASA NIFAS
DI PUSKESMAS UMBULHARJO I
YOGYAKARTA TAHUN 2016**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh:
Wiwin Sulastris
201510104422

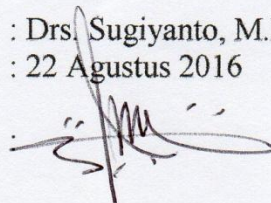


Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui
Untuk Mengikuti Ujian Skripsi
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma DIV
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh :

Pembimbing : Drs. Sugiyanto, M.Kes
Tanggal : 22 Agustus 2016

TandaTangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Sugiyanto', is written over the line for the supervisor's name.

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN IBU DENGAN PEMBERIAN ASI PADA MASA NIFAS DI PUSKESMAS UMBULHARJO I YOGYAKARTA TAHUN 2016¹

Wiwin Sulastr², Sugiyanto³

INTISARI

Faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI adalah pengeluaran ASI. masalah pengeluaran ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh berkurangnya rangsangan hormon oksitosin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan ibu dengan pemberian asi pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Observasional Analitik* dengan rancangan *Cross Sectional*, metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Accidental Sampling* dan pada analisa univariat yang digunakan adalah *Chi Square*. Banyak responden yang didapatkan sebanyak 21 responden. Data dikumpulkan secara langsung dari responden dengan menggunakan kuesioner kecemasan HRS-A dan kuesioner pemberian ASI yang telah diuji validitas dengan korelasi produk moment dan reliabilitas dengan nilai koefisien alpha 0,937. Uji hipotesis untuk mengetahui korelasi antar variabel tersebut digunakan analisa *chi square*. Dari hasil analisis data diperoleh nilai *chi square* (X^2) adalah 0,004 dengan nilai p value kurang dari 0,05 ($0,004 < 0,05$), maka dapat disimpulkan ada hubungan antara kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta. Dengan nilai koefisien contingensi 0,587 yang bermakna sedang.

Kata Kunci : Kecemasan, Pemberian ASI, Masa Nifas

ABSTRACT

Mothers' factor that becomes a problem in breast feeding is breast milk production. No breast milk production in the first day after partum process happens due to less oxitocyn enzyme stimulation. The study aimed to investigate the correlation between anxiety rate of mothers and breast feeding in postpartum period in Umbulharjo I Primary Health Center Yogyakarta. The study used observational analytic design with cross sectional approach. Sample taking method employed accidental sampling, and Chi Square was used in unvariat analysis. The respondents of the study were 21 mothers. The data were collected directly from the respondents by using questionnaire of anxiety HRS-A and questionnaire of breast feeding which had got validity test with product moment correlation and reliability with alpha coefficient value 0.937. the test of the hypothesis to explore the correlation between variables used chi square analysis. The result of the study obtained chi square (X^2) 0.004 with p value less than 0.05 ($0.004 < 0.05$), so it can be concluded that there was correlation between mothers' anxiety and breast feeding in postpartum period in Umbulharjo I Primary Health Center Yogyakarta with contingency coefficient value 0.587 as medium rate.

Keywords : Anxiety, Breast Feeding, Postpartum Period

PENDAHULUAN

ASI merupakan masalah utama bagi bayi, yang sangat dibutuhkan olehnya. Tidak ada makanan lain yang mampu menyaingi kandungan gizi seperti protein, lemak, gula, dan kalsium dengan kadar yang tepat. Dalam ASI juga terdapat zat-zat yang disebut antibody (Prasetyono, 2009).

Pengeluaran ASI merupakan suatu proses pelepasan hormon oksitosin untuk mengalirkan air susu yang sudah diproduksi melalui saluran dalam payudara. Pada sebagian ibu pengeluaran ASI bisa terjadi dari masa kehamilan dan sebagian terjadi setelah persalinan. Permasalahan pengeluaran ASI dini ini memberikan dampak buruk untuk kehidupan bayi. Padahal justru nilai gizi ASI tertinggi ada di hari-hari pertama kehidupan bayi, yakni kolostrum. Penggunaan susu formula merupakan alternatif yang dianggap paling tepat untuk mengganti ASI. (Prasetyono, 2009). Begitu pentingnya memberikan ASI kepada bayi tercermin pada rekomendasi Badan Kesehatan Dunia/*World Health Organization* (WHO) yang menghimbau agar setiap ibu memberikan ASI eksklusif sampai bayinya berusia enam bulan (WHO, 2010).

Faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI adalah pengeluaran ASI. masalah pengeluaran ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh berkurangnya rangsangan hormon oksitosin. Faktor psikologi merupakan hal yang perlu diperhatikan seperti kecemasan. Setelah melahirkan, ibu mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang mengakibatkan perubahan psikisnya. Kondisi ini dapat mempengaruhi proses laktasi. Fakta menunjukkan bahwa cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis. Persiapan ibu secara psikologis sebelum menyusui merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan menyusui. Cemas, stres, rasa kuatir yang berlebihan, ketidakbahagiaan pada ibu sangat berperan dalam mensukseskan pemberian ASI eksklusif (Purwanti, 2012).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Observasional Analitik* dengan rancangan *Cross Sectional*.

Observasional analitik adalah desain penelitian dimana peneliti hanya mengamati fenomena atau obyek penelitian tanpa memberikan perlakuan tertentu dan peneliti mencoba menarik kesimpulan atau melihat pengaruh dari fenomena atau obyek yang diteliti (Notoatmodjo, 2012).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas di puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta pada tanggal 13 Juli 2016 – 03 Agustus 2016 berjumlah 21 ibu nifas. Sedangkan Sampel adalah sebagian dari keseluruhan obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.

Pada penelitian ini alat dan metode pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Untuk analisis data menggunakan Uji Statistik non parametrik dengan rumus *Chi-Square* dengan menggunakan SPSS 16.0.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta pada tanggal 13 Juni 2016 – 03 Agustus 2016. Puskesmas Umbulharjo I merupakan salah satu dari 18 Puskesmas yang ada di Kota Yogyakarta. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta (2014) pada tahun 2014 Puskesmas Umbul Harjo I adalah puskesmas yang terendah kedua cakupan ASI eksklusifnya adalah dengan jumlah 309 bayi hanya 107 (43,69%) bayi yang diberikan ASI eksklusif. Pada bulan Januari tahun

2016 terdapat 43 ibu nifas. Dan jumlah cakupan ASI eksklusif tahun 2015 adalah 35,89%. Pada bulan Januari tahun 2016 cakupan ASI eksklusifnya hanya 23,81%.

2. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 21 responden diketahui karakteristik responden berdasarkan pendidikan, pekerjaan, paritas, dan umur adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu dengan Pemberian ASI pada Masa Nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta

Karakteristik	n	%
Pendidikan		
1. SMP	3	14,28
2. SMA	11	52,36
3. D3	2	9,52
4. S1	5	23,8
Pekerjaan		
1. IRT	8	38,08
2. Wiraswasta	6	28,56
3. Swasta	6	28,56
4. PNS	1	4,76
Paritas		
1. Primipara	8	38,08
2. Multipara	13	61,88
Umur		
1. 20-30	18	85,68
2. >30	3	14,28
Total	21	100

Sumber : Data Primer, 2016

Dari table diatas diketahui dari 21 responden di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta memiliki karakteristik sebagian besar pendidikan SMA sejumlah 11 responden (52,36%). Karakteristik pekerjaan responden sebagian besar ibu rumah tangga sejumlah 8 responden (38,08%). Karakteristik paritas responden sebagian besar multipara sejumlah 13 responden (61,88%). Karakteristik umur responden sebagian besar berumur 20-30 tahun sejumlah 18 responden (85,68%).

3. Analisis Univariat

a. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Pada Ibu Nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta

Kecemasan	N	%
Tidak Cemas	12	57,1
Kecemasan Ringan	7	33,3
Kecemasan Sedang	2	9,5
Total	21	100

Sumber : Data Primer, 2016

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 21 responden penelitian sebagian besar kategori tidak cemas sejumlah 12 responden (57,1%).

b. Distribusi Frekuensi Pemberian ASI

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pemberian ASI Pada Ibu Nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta

Pemberian ASI	N	%
ASI dengan makanan tambahan	8	38,1

ASI tanpa makanan tambahan	13	61,9
Total	21	100

Sumber : Data Primer, 2016

Tabel 4.3 menunjukkan dari 21 responden di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta dapat diketahui sebagian besar ibu memberikan ASI tanpa makanan tambahan sejumlah 13 responden (61,9%).

4. Analisis Bivariat

Analisis Bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent*. Variabel *independent* dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan dan variabel *dependent* adalah pemberian ASI. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square* dengan tingkat pemaknaan $p < 0,05$, yang digunakan untuk menguji hipotesis. Sedangkan untuk melihat hubungan antara tingkat kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta digunakan rumus *Coefficient Contingency*.

Tabel 4.4 Hubungan Tingkat kecemasan Ibu dengan Pemberian ASI pada Masa Nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta

Tingkat Kecemasan	Pemberian ASI				X ²	p value	Coefficient Contingency
	ASI dengan makanan tambahan		ASI tanpa makanan tambahan				
	n	%	n	%			
Tidak Cemas	1	4,76	11	52,39	11,055	0,004	0,587
Ringan	5	23,8	2	9,52			
Sedang	2	9,52	0	0			
Total	8	38,08	13	61,91			

Sumber : Data Primer Diolah, 2016

Hasil analisis Bivariat menunjukkan hasil uji *Chi-Square* table (X²) antara tidak cemas, ringan, sedang, berat, dan panic terhadap pemberian ASI sebesar 11,055 dengan nilai probabilitas (*p-value*) sebesar 0,004 ($p < 5\%$) atau *p-value* lebih kecil dari 0,05 ($0,004 < 0,05$) yang berarti secara statistik bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta, karena nilai Nilai *Contingency Coefficient* yaitu sebesar 0,587 yang mana di interpretasikan bahwa hubungan tingkat kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas adalah sedang.

Pembahasan

1. Tingkat Kecemasan Ibu Nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta tahun 2016

Dari hasil analisis univariat diketahui bahwa sebagian besar kecemasan ibu pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta adalah dalam kategori tidak cemas sejumlah 12 responden (57,1%), kecemasan ringan sejumlah 7 responden (33,3%), kecemasan sedang sejumlah 2 responden (9,5%) dari total sejumlah 21 responden.

Kecemasan adalah gangguan alam prasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan tidak jelas sebabnya. Gejala yang dikeluhkan didominasi oleh faktor psikis, tetapi dapat pula oleh faktor fisik. Seseorang akan mengalami gangguan cemas manakala yang bersangkutan tidak mampu mengatasi stressor psikososial (Hawari, 2011).

Kecemasan pada ibu nifas dapat disebabkan oleh dukungan social, pendidikan ibu, usia ibu, dan paritas ibu. Dukungan sosial berkaitan dengan

adanya dukungan suami dan keluarga yang senantiasa mendampingi responden selama proses persalinan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa rendahnya atau ketidakpastian dukungan suami dan keluarga akan meningkatkan depresi, kecemasan, dan stress pada ibu nifas (Mansur, 2009). Dimana dukungan suami yang dimaksud adalah perhatian dan hubungan emosional yang intim dan dukungan keluarga berupa komunikasi dan hubungan emosional yang baik dan hangat dengan orang tua yang mana dapat menurunkan tingkat kecemasan pada responden.

Karakteristik pendidikan responden pada penelitian ini sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 11 responden (52,36%), dan responden berpendidikan Perguruan Tinggi (S1) sebanyak 5 responden (23,8%). Semakin tinggi pendidikan seseorang maka pengetahuan yang dimilikinya semakin tinggi berhubungan dengan kemampuan memahami informasi yang diterima (Notoatmodjo, 2010). Persiapan yang baik selama kehamilan dan menjelang proses persalinan, cara menyusui, dan menjaga kesehatan selama kehamilan, hal ini berhubungan dengan pendidikan responden. Oleh sebab itu, ibu berpendidikan SMP sebanyak 3 responden (14,28%) memiliki kemungkinan mengalami kecemasan jika dibandingkan dengan responden yang berpendidikan SMA, D3 dan perguruan tinggi (S1) karena sedikitnya informasi yang diserap terhadap informasi yang diperoleh selama *antenatalcare*.

Faktor usia responden juga mempengaruhi kesiapan responden pada saat melahirkan dan menjadi ibu. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian dimana sebagian besar responden berusia 20-30 tahun yaitu sebanyak 18 responden (85,68%). Pada usia yang tergolong produktif kehamilan direncanakan dan diinginkan oleh pasangan muda atau baru menikah. Pada usia ini, seseorang lebih antusias untuk menerima informasi mengenai kehamilan. Kehamilan yang diinginkan atau direncanakan memungkinkan terjadinya stress dan kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan kehamilan yang tidak direncanakan (Elvira, 2010).

Sedangkan tingkat kecemasan pada ibu nifas dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang telah disebutkan di atas ditambah dengan paritas. Paritas berhubungan dengan pengalaman ibu dalam kehamilan dan merawat bayi. Pernyataan tersebut didukung oleh teori menyebutkan bahwa sebagian ibu nifas primipara dengan sedikit pengalaman secara nyata dapat meningkatkan stress dan kecemasan (Zanardo, 2009). Hal ini disebabkan karena pada ibu primipara belum memiliki pengalaman dalam persalinan dan merawat bayi.

2. Pemberian ASI pada Masa Nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta tahun 2016

Hasil analisis univariat diketahui sebagian besar ibu nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta memberikan ASI tanpa tambahan makanan sebanyak 13 responden (61,9%), dan sebanyak 8 responden (38,9%) memberikan ASI dengan tambahan makanan. Dan kondisi demikian dapat dimungkinkan berhubungan dengan karakteristik responden yang meliputi paritas, pendidikan dan pekerjaan. Sebagian responden dalam penelitian ini adalah multipara sebanyak 13 responden (61,9%), dan sebanyak 8 responden (38,9%) adalah primipara, namun yang banyak memberikan ASI dengan makanan tambahan ini adalah primipara. Hal ini dikarenakan pada ibu primipara belum ada pengalaman dalam merawat bayi. Tingkat pendidikan responden dalam penelitian ini berbeda-beda dan sebagian besar responden dalam penelitian ini berpendidikan SMA yaitu 11 responden (52,36%), namun yang banyak memberikan ASI dengan

makanan tambahan ini adalah responden dengan tingkat pendidikan SMP dan SMA. Sebagaimana yang telah dikemukakan sebelumnya, bahwa pendidikan dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang yang mendasari sikap dan perilaku seseorang terutama dalam memelihara kesehatan. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi cenderung mempunyai pola pikir yang lebih berkembang dan tingkat pendidikan memiliki efek positif terhadap kesadaran dalam menjaga kesehatan dan dapat langsung bersumber pada perilaku kesehatan. Kondisi demikian menjadi faktor positif dalam menumbuhkan perilaku positif ibu dalam Pemberian ASI (Purwanti, 2012)

3. Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu dengan Pemberian ASI pada Masa Nifas di Puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta tahun 2016.

Hasil analisis bivariat (table 4.4) didapatkan nilai *Chi-Square* pada analisis tingkat kecemasan ibu nifas adalah 11,055 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa kecemasan ibu mempunyai hubungan dengan pemberian ASI ($p=0,004$). Hal ini memiliki ada hubungan antara tingkat kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas karena nilai $p\text{ value}<0,05$.

Pemberian ASI dengan makanan tambahan dapat disebabkan oleh faktor psikologi ibu. Hasil penelitian didapatkan 9 responden (42,84%) mengalami kecemasan dan 7 responden (33,32%) diantaranya diberikan ASI dengan makanan tambahan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Zanardo et. al menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang terjadi pada ibu selama dan setelah proses persalinan merupakan resiko terjadinya keterlambatan *onset* laktasi dan akhirnya akan mengganggu proses pemberian ASI. Hal ini berkaitan dengan adaptasi ibu nifas yang dibagi ke dalam 3 kelompok (*taking in, taking hold, dan letting go*) namun akan menjadi patologis jika terjadi berlebihan.

Tingkat kecemasan pada ibu nifas akan disertai peningkatan sekresi Adrenokortikotropik Hormon (ACTH) oleh kelenjar hipofisis anterior yang diikuti dengan peningkatan sekresi hormone adrenokortikal berupa kortisol dalam waktu beberapa menit. Kortisol mempunyai efek umpan balik negatif langsung terhadap hipotalamus untuk menurunkan CRF dan kelenjar hipofisis anterior untuk menurunkan pembentukan ACTH. Kedua umpan balik ini membantu mengatur konsentrasi kortisol dalam plasma. Sehingga bila kortisol meningkat, umpan balik ini secara otomatis akan mengurangi jumlah ACTH sehingga kembali lagi ke nilai normalnya (Guyton, 2007). Sekresi kortisol yang tinggi dapat menghambat transportasi hormone oksitosin dalam sekresinya, sehingga dapat menghambat pengeluaran produk ASI (kolostrum, ASI transisi, ASI matur). Berdasarkan penelitian Hruschka (2007) *onset* laktasi yang terlambat akan mengakibatkan kegagalan pemberian ASI secara Eksklusif pada bayi.

Dalam proses menyusui terdapat dua proses penting yaitu proses pembentukan air susu (*the milk production reflex*) dan proses pengeluaran air susu (*let down reflex*) yang keduanya dipengaruhi oleh hormone yang diatur oleh hipotalamus (Badriah, 2011). Sebagaimana pengaturan hormone yang lain, hipotalamus akan bekerja sesuai dengan perintah otak dan bekerja sesuai emosi ibu (Aprilia, 2011). Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi produksi ASI. Jika ibu mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dan tegang, produksi ASI akan berpengaruh secara signifikan (Riksani, 2012).

Bila terdapat kecemasan dan stres pada ibu menyusui maka terjadi suatu blokade dari refleksi pengeluaran hormone oksitosin/ refleksi *let down*. Apabila refleksi *let down* tidak sempurna, maka bayi yang haus jadi tidak puas.

Ketidakpuasan bayinya merupakan tambahan kecemasan bagi ibunya, sehingga ibu memberikan tambahan susu formula (Badriah, 2011). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana kecemasan dapat mempengaruhi produksi ASI yang menyebabkan volume ASI berkurang dan menyebabkan bayi tidak puas dalam menyusui maka bayi dapat haus jadi tidak puas jika hanya diberikan ASI.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian pada bab sebelumnya dapat disimpulkan bahwa:

1. Kecemasan pada ibu nifas sebagian besar dalam kategori tidak cemas yaitu sebanyak 12 responden (57,1%), kategori kecemasan ringan sebanyak 7 responden (33,3%), dan kategori kecemasan sedang sebanyak 2 responden (9,5%).
2. Pemberian ASI pada masa nifas sebagian besar yaitu memberikan ASI tanpa makanan pendamping sebanyak 13 responden (61,9%), sedangkan ibu nifas yang memberikan ASI dengan makanan pendamping sebanyak 8 responden (38,1%).
3. Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan bahwa sebesar 11,055 dan didapatkan nilai *p value* 0,004 menunjukkan nilai *p* lebih kecil dari 0,004 ($0,004 < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas. Keerata hubungan kecemasan ibu dengan pemberian ASI adalah sedang (0,587).

Saran

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan seorang ibu dapat mempersiapkan dirinya dalam menghadapi proses kehamilan, persalinan, nifas serta menyusui. Sehingga dapat melakukan antisipasi jika terjadi masalah-masalah selama dalam proses tersebut terutama masa nifas, menyusui sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan pada ibu.

2. Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan di Puskesmas Umbulharjo I)

Perlu adanya peningkatan upaya pemberian pendidikan kesehatan bagi ibu sejak awal kehamilan sampai dengan 40 hari setelah persalinan berhubungan dengan keberhasilan menyusui dan cara menyusui dengan benar, sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan pada ibu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah referensi dan kepustakaan dalam memberikan informasi dan pengetahuan tentang pemberian ASI khususnya bagi mahasiswa kebidanan Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Serta dapat menggali lagi faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI yang akan berguna dikemudian hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Y. (2011). *Hipnostetri. Rileks Nyaman dan Aman saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Badriah, D. L. (2011). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung: PT Refika Aditama.

- Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (2014). *Profil Kesehatan Daerah Istimewah Yogyakarta tahun 2014*. Yogyakarta: Dinkes Daerah Istimewa Yogyakarta.
- Elvira, S. (2010). *Depresi Pasca Persalinan*. Jakarta: Balai Penerbit Fkui
- Guyton. A. And Hall J.E. (2007) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: Egc
- Hawari, R P dan Whitbourne Sk (2011). *Managemen Strees, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fkui
- Hruschka, Et All. (2007). *Delayed Onset Laktasion And Risk Of Ending Full Breast-Feeding Early In Rural Guatemala*. The Journal Of Nutrition, 133:2592-2599
- Mansur, H (2009) *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prasetyono, D. S. (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif Pengenalan, Praktik, dan Kemanfaatan-Kemanfaata*. Yogyakarta: DIVA press.
- Purwanti, (2012). *Konsep Penerapan Asi Eksklusif*. Bandung: Cendekia
- Riksani, R. (2012). *Keajaiban ASI (Air Susu Ibu)*. Jakarta Timur: Dunia Sehat
- WHO (2010). *Infant And Young Child Feeding*: ISBN
- Zanardo, Et All. (2009). *Impact Of Anxiety In The Puerperium On Breastfeeding Outcomes: Role Of Parity*. Journal Of Pediatric Gastroenterologi And Nutrition, 49:631-634

