P-ISSN : 2685-7960
e-ISSN : 2685-7979

JURNAL MEDICAL

Article

HUBUNGAN KECEMASAN IBU DENGAN PRODUKSI ASI PADA MASA NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUBOH

Badriyah Fatimah Hasyim [1], Wahida Yuliana [2], Tutik Ekasari [3]

[1-3] Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

SUBMISSION TRACK

Recieved: September 20, 2026
Final Revision: Oktober 05, 2026
Available Online: Oktober 13, 2026

KEYWORDS

Maternal Anxiety, Breast Milk Production, Postpartum Mothers.

CORRESPONDENCE

E-mail : akufatimah13@gmail.com

A B S T R A C T

Optimal breast milk production during the postpartum period is essential to meet an infant's nutritional needs and to support the success of exclusive breastfeeding. One of the psychological factors believed to influence breast milk production is maternal anxiety, as emotional distress may inhibit the release of oxytocin, a hormone that plays a crucial role in breast milk ejection. The purpose of this study was to analyze the correlation between maternal anxiety and breast milk production during the postpartum period in the working area of Suboh CommunityHealthCenter. This study employed a correlational research design with a cross-sectional approach. The population and sample consisted of all postpartum mothers in the working area of Suboh Community Health Center during April–May 2026, totaling 36 respondents selected using the total sampling technique. The instruments used in this study were the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire and a breast milk production observation checklist. The results of Fisher's Exact statistical test showed a p-value of 0.000 with α = 0.05. Since the significance value was less than α, H_0 was rejected and H_1 was accepted, indicating a significant correlation between maternal anxiety and breast milk production during the postpartum period in the working area of Suboh Community Health Center. Therefore, postpartum mothers are expected to manage their anxiety effectively, while healthcare providers should offer psychological support and education to promote optimal breast milk production.

I. INTRODUCTION

Masa nifas merupakan periode transisi penting bagi ibu setelah persalinan, yang ditandai dengan pemulihan fisik, penyesuaian peran sebagai ibu, serta dimulainya proses menyusui. Produksi ASI yang optimal pada masa nifas sangat menentukan keberhasilan pemberian ASI, khususnya ASI eksklusif. Namun, tidak semua ibu nifas mampu memproduksi ASI secara optimal. Salah satu faktor yang sering dihadapi ibu pada masa nifas adalah masalah psikologis, terutama kecemasan, yang dapat memengaruhi kondisi fisik dan hormonal ibu serta berdampak pada proses laktasi (Batubara, 2025)

Attribution-NonCommercial 4.0 International. Some rights reserved

Secara global, hanya 48% bayi berusia 0–5 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif. Selain itu, kurang dari setengah bayi baru lahir, yaitu 46%, disusui dalam satu jam setelah kelahiran. Angka ini masih belum memenuhi target yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO) untuk tahun 2025, yaitu minimal 50% bayi mendapatkan ASI eksklusif. Di Asia Selatan, prevalensi pemberian ASI eksklusif mencapai 60%, sementara di Amerika Utara hanya sekitar 26% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif yang tepat sangat penting untuk mencegah anak mengalami kekurangan gizi, gizi buruk, dan stunting (pertumbuhan terhambat) (WHO, 2023) dalam (Harlina dkk., 2025).

Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, pada tahun 2023 cakupan bayi berusia 6 bulan yang menerima ASI eksklusif mencapai 63,9%. Hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa proporsi pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pada bayi berusia 6–23 bulan di Indonesia mencapai 55,5%. Sementara itu, untuk bayi usia 0–5 bulan, proporsi ASI eksklusif tercatat sebesar 68,6% (Kemenkes RI, 2023). Di jawa timur pada tahun 2023 bayi yang mendapatkan ASI eksklusif 40,05% sedangkan proporsi data pemberian ASI parsial yaitu sebanyak 12,01% dan proporsi data pemberian ASI predominan sebanyak 1,45%, dikabupaten situbondo tahun 2023 cakupan ASI ekslusif sebanyak 63%, di puskesmas Suboh tahun 2024 sebanyak 78%. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 9 Januari 2026 di puskesmas suboh, diketahui bahwa dari 11 ibu nifas terdapat 7 ibu nifas dengan keluhan asi tidak lancar dan 4 ibu nifas produksi asi lancar. Ibu nifas dengan keluhan asi tidak lancar mengatakan bahwa cemas dalam mengurus bayinya.

Setelah melahirkan, seorang ibu memasuki peran baru yang penting, yaitu memberikan ASI kepada bayi yang baru dilahirkannya. Proses menyusui ini memerlukan persiapan yang matang, baik secara fisik maupun emosional, agar dapat berlangsung dengan lancar. Pada saat menyusui, terdapat dua proses utama yang terjadi, yaitu pengeluaran ASI dan produksi ASI itu sendiri. Produksi ASI dimulai ketika hormon prolaktin merangsang alveoli, yaitu tempat di mana ASI diproduksi, untuk menarik protein, gula, dan lemak dari darah ibu. Seluruh komponen ini kemudian digunakan oleh tubuh untuk menghasilkan ASI. Jaringan yang mengelilingi alveoli berperan dalam memerah kelenjar dan mendorong ASI keluar dari payudara ibu. Namun, salah satu tantangan yang sering dihadapi oleh ibu selama menyusui adalah kurangnya produksi ASI (Sry Wahyuni dkk., 2025).

Dampak dari aliran ASI yang tidak lancar sering kali membuat ibu merasa khawatir bahwa bayinya tidak mendapatkan nutrisi yang cukup. Kondisi ini dapat menyebabkan bayi rentan terhadap berbagai penyakit infeksi, seperti infeksi saluran pernapasan dan infeksi telinga, serta meningkatkan risiko melemahnya sistem imun yang berdampak pada peningkatan morbiditas dan mortalitas bayi. Selain itu, rendahnya produksi ASI juga dapat menyebabkan tidak terjadinya peningkatan berat badan bayi secara optimal. Ketika produksi ASI terganggu, frekuensi menyusui bayi akan berkurang sehingga intensitas isapan bayi menjadi semakin rendah. Keadaan ini pada akhirnya dapat semakin menurunkan produksi ASI dan menyebabkan payudara ibu membengkak serta meningkatkan risiko terjadinya infeksi (Ilma Ika Magdalena, 2025).

Keadaan psikologis ibu setelah melahirkan berpengaruh signifikan terhadap produksi ASI. Faktor psikologis, seperti kecemasan, merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan pada ibu menyusui. Pada masa nifas, banyak ibu mengalami kecemasan akibat perubahan fisik dan fisiologis, serta tuntutan peran baru sebagai seorang ibu. Stres, perasaan sedih,

kurangnya rasa percaya diri, dan kecemasan yang berkepanjangan dapat menurunkan jumlah produksi ASI. Hormon oksitosin dan prolaktin, serta refleks pengeluaran ASI, sangat memengaruhi jumlah ASI yang dihasilkan. Ketika seorang ibu mengalami gangguan emosional, stimulasi hormon prolaktin untuk memproduksi ASI dapat terganggu (Fitriani dkk., 2025).

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada masa nifas tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga perlu memperhatikan kondisi psikologis ibu, khususnya kecemasan. Identifikasi dan pengelolaan kecemasan sejak dini melalui dukungan keluarga, edukasi kesehatan, serta pendampingan oleh tenaga kesehatan dapat membantu ibu merasa lebih tenang dan percaya diri dalam menyusui (Ilma Ika Magdalena, 2025).

Berdasarkan uraian data tersebut membuat peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang "hubungan kecemasan ibu dengan produksi ASI pada masa Nifas di wilayah puskesmas Suboh"

II. METHODS

Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi dan sampel penelitian mencakup seluruh ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh pada bulan April–Mei 2026 sebanyak 36 responden menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dan lembar observasi produksi ASI. Hasil penelitian di uji menggunkan statistik uji *Fisher's Exact*.

III. RESULT

Hasil penelitian berdasarkan uji statistik Fisher's Exact menunjukkan nilai p value 0,000 dengan α = 0,05. Karena nilai signifikansi < α, maka H0 ditolak dan H1 diterima, yang berarti terdapat hubungan kecemasan ibu dengan produksi ASI pada masa nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh.

Tabel 1 Frekuensi Karakteristik kecemasan ibu pada masa nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	*Prosentase (%)*
Tidak ada kecemasan	9	25
Kecemasan ringan	5	13,9
Kecemasan sedang	20	55,6
Kecemasan berat	2	5,6
Jumlah	36	100

Dari hasil tabel 1 dapat di interpretasikan bahwa sebagian besar memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 20 responden (55,6%).

Tabel 2 Karakteristik produksi ASI pada masa nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh

Produksi ASI	Frekuensi	*Prosentase (%)*
Lancar	9	25
Tidak Lancar	27	75
Jumlah	36	100

Dari hasil tabel 2 dapat di interpretasikan bahwa sebagian besar produksi ASI tidak lancar yaitu sebanyak 27 responden (75%).

Tabel 3 Analisis Hubungan Penggunaan Media Sosial Tiktok Dengan Sikap Remaja Putri Pada Pernikahan Dini Di SMK Nurul Imamul Hasan

Tingkan Kecemasan	Produksi ASI				Total	
	Lancar		Tidak Lancar			
	f	%	f	%	f	%
Tidak ada kecemasan	9	25%	0	0%	9	25%
Kecemasan ringan	0	0%	5	13,9%	5	13,9%
Kecemasan sedang	0	0%	20	55,6%	20	55,6%
Kecemasan berat	0	0%	2	5,6%	2	5,6%
Jumlah	9	25%	27	75%	36	100%
P value= 0,000 α = 0,05						

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang dengan produksi ASI tidak lancar yaitu sebanyak 20 responden (55,6%) dan sebagian kecil responden mengalami kecemasan berat dengan produksi ASI tidak lancar yaitu sebanyak 2 responden (5,6%). Berdasarkan

uji statistic fisher exact, diketahui bahwa nilai P Value 0,000 dengan α 0,05. Karena nilai signifikansi < α maka H0 ditolak dan H1 diterima yang berarti bahwa ada hubungan kecemasan ibu dengan produksi ASI pada masa nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh.

IV. Discussion

1. Identifikasi Kecemasan Ibu Pada Masa Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Suboh

Hasil penelitian mendapatkan bahwa responden sebagian besar mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 20 responden (55,6%).

Kecemasan pada ibu masa nifas merupakan salah satu masalah psikologis yang sering terjadi akibat perubahan fisik, hormonal, dan peran baru sebagai ibu setelah melahirkan. Pada periode ini, ibu mengalami penyesuaian terhadap kondisi tubuh yang masih dalam proses pemulihan, perubahan pola tidur, serta tanggung jawab dalam merawat bayi yang dapat memicu perasaan khawatir, tegang, dan tidak tenang. Kecemasan juga dapat dipengaruhi oleh kurangnya dukungan sosial, pengalaman persalinan yang tidak menyenangkan, serta ketidaksiapan psikologis dalam menjalani peran sebagai ibu. Kondisi ini membuat ibu nifas lebih rentan mengalami gangguan emosional yang dapat berdampak pada kesehatan fisik maupun psikologisnya (Ramayani, 2025).

Selain itu, kecemasan pada ibu nifas juga berdampak pada kualitas hidup, termasuk gangguan tidur, penurunan energi, dan berkurangnya kemampuan dalam merawat bayi secara optimal. Kecemasan yang tidak ditangani dengan baik dapat meningkatkan risiko terjadinya postpartum blues bahkan depresi postpartum. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara tingkat kecemasan dengan kondisi psikologis ibu nifas, di mana semakin tinggi kecemasan maka semakin besar kemungkinan ibu mengalami gangguan dalam adaptasi masa nifas. Oleh karena itu, deteksi dini dan dukungan psikososial sangat penting untuk membantu ibu nifas menjalani masa pemulihan dengan lebih baik dan stabil secara emosional (Yuliana dkk., 2024).

Menurut peneliti, ibu pada masa nifas sebagian besar mengalami kecemasan dalam kategori sedang. Kondisi ini dipengaruhi oleh perubahan fisik dan hormonal setelah persalinan yang dapat memengaruhi kestabilan emosi ibu. Selain itu, tanggung jawab baru dalam merawat bayi, kurangnya waktu istirahat, serta kelelahan juga menjadi faktor yang memperberat kecemasan pada masa nifas. Ibu nifas juga sering merasa khawatir terhadap kondisi kesehatan bayi maupun kemampuan dirinya dalam merawat bayi dengan baik. Kurangnya dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar dapat semakin meningkatkan tingkat kecemasan yang dialami. Oleh karena itu, diperlukan dukungan emosional, edukasi, serta pendampingan dari tenaga kesehatan agar kecemasan pada ibu nifas dapat berkurang dan kondisi psikologis ibu menjadi lebih stabil.

2. Identifikasi Produksi Asi Pada Masa Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Suboh

Hasil penelitian mendapatkan bahwa responden sebagian besar mengalami ASI tidak lancar yaitu sebanyak 27 responden (75%).

Produksi ASI pada ibu masa nifas merupakan proses fisiologis yang dipengaruhi oleh kerja hormon prolaktin dan oksitosin. Namun, kondisi psikologis seperti kecemasan dapat mengganggu keseimbangan hormon tersebut sehingga berdampak pada penurunan produksi ASI. Saat ibu mengalami kecemasan, tubuh akan meningkatkan hormon stres seperti kortisol yang dapat menghambat kerja oksitosin, yaitu hormon yang berperan dalam pengeluaran ASI (let-down reflex). Akibatnya, proses pengeluaran ASI menjadi tidak lancar meskipun produksi ASI sebenarnya tetap berlangsung di kelenjar payudara. Selain itu, kecemasan juga dapat membuat ibu kurang fokus dalam menyusui, mudah lelah, dan kurang percaya diri sehingga frekuensi menyusui berkurang yang pada akhirnya turut menurunkan produksi ASI (Agustina dkk., 2024).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ibu nifas dengan produksi ASI. Semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami ibu, maka semakin

besar kemungkinan terjadi penurunan kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada ibu, tetapi juga pada bayi yang dapat mengalami keterlambatan pemenuhan kebutuhan nutrisi. Oleh karena itu, penting bagi ibu nifas untuk mendapatkan dukungan emosional dari keluarga, terutama suami, serta edukasi mengenai manajemen stres agar produksi ASI tetap optimal selama masa menyusui (Puspitasari dkk., 2023).

Menurut peneliti, ibu pada masa nifas sebagian besar mengalami ASI tidak lancar karena adanya kecemasan yang dialami setelah persalinan. Kondisi cemas dapat memengaruhi kerja hormon oksitosin yang berperan dalam proses pengeluaran ASI, sehingga refleks let down menjadi terhambat. Selain itu, ibu yang mengalami kecemasan cenderung lebih sulit untuk rileks dan kurang fokus dalam proses menyusui. Kelelahan fisik, kurangnya istirahat, serta kekhawatiran terhadap kemampuan merawat bayi juga dapat memperburuk kondisi kecemasan tersebut. Kurangnya dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar turut berkontribusi terhadap tidak lancarnya produksi dan pengeluaran ASI. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengurangi kecemasan ibu nifas melalui dukungan emosional, edukasi menyusui, serta teknik relaksasi agar produksi ASI dapat berjalan lebih optimal.

3. Analisis Hubungan Kecemasan Ibu Dengan Produksi Asi Pada Masa Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Suboh

Berdasarkan uji statistik chi square, diketahui bahwa nilai P Value 0,000 dengan α 0,05. Karena nilai signifikansi < α maka H0 ditolak dan H1 diterima yang berarti bahwa ada hubungan kecemasan ibu dengan produksi asi pada masa nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh.

Penelitian oleh Batubara (2025) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan ibu postpartum dengan produksi ASI dengan hasil p value = 0,001 (p < 0,05), yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Ibu dengan kecemasan tinggi lebih banyak mengalami produksi ASI yang tidak lancar dibandingkan ibu dengan kecemasan rendah. Selain itu, penelitian oleh Pebrianthy & Saragih (2023) juga menemukan hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan pengeluaran ASI pada ibu post partum dengan p value = 0,001 (p < 0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecemasan ibu, maka semakin besar kemungkinan terjadinya hambatan dalam pengeluaran ASI. Penelitian lain oleh Nurhasanah et al. (2023) juga memperkuat hasil tersebut dengan nilai p value = 0,010 (p < 0,05), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kecemasan ibu nifas dengan produksi ASI

Menurut peneliti, terdapat hubungan antara kecemasan ibu dengan produksi ASI pada masa nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh. Tingkat kecemasan yang dialami ibu dapat memengaruhi keseimbangan hormon yang berperan dalam proses laktasi, terutama hormon oksitosin dan prolaktin. Ketika ibu mengalami kecemasan, pelepasan hormon oksitosin dapat terhambat sehingga refleks pengeluaran ASI menjadi tidak optimal. Selain itu, kondisi psikologis yang tidak stabil juga dapat membuat ibu kurang rileks saat menyusui, sehingga produksi ASI terasa berkurang atau tidak lancar. Faktor lain seperti kurangnya dukungan keluarga, kelelahan, serta kurangnya pengetahuan tentang manajemen laktasi turut memperkuat hubungan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengurangi kecemasan ibu nifas melalui dukungan emosional, edukasi menyusui, dan teknik relaksasi agar produksi ASI dapat berlangsung secara optimal.

V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian hubungan kecemasan ibu dengan produksi asi pada masa nifas di wilayah kerja Puskesmas Suboh. maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 20 responden (55,6%).
2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami ASI tidak lancar yaitu sebanyak 27 responden (75%).
3. Ada hubungan kecemasan ibu dengan produksi asi pada masa nifas di wilayah

kerja Puskesmas Suboh. nilai P Value 0,000 dengan α <0,05

REFERENCES

Aji, D., Supriyatiningsih, & Kurniawati, P. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu dengan Ejeksi ASI dalam 24 Jam Pertama Masa Nifas. Prosiding ICoSIHSN 2020, 33, 8–11.

Afriana, Aryani, R., Husna, N., Ferinawati, & Rahman, P. (2023). Hubungan Kecemasan Ibu Post Partum terhadap Pengeluaran ASI di PMB Hj. Ruhdi Maulida Bener Meriah. Journal of Healthcare Technology and Medicine, 9(2).

Batubara, N. S. (2025). Hubungan tingkat kecemasan ibu postpartum dengan produksi ASI di wilayah kerja Puskesmas Pintu Langit Kota Padangsidimpuan tahun 2025. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal), 10(2). https://doi.org/10.51933/health.v10i2.2452

Busman, A. (2024). Hubungan tingkat kecemasan, aktivitas fisik, pola makan sayur dan buah terhadap produksi ASI ibu menyusui di RSUD Kabupaten Majene tahun 2024. Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan, 8(1). https://doi.org/10.56467/jptk.v8i1.349

Fitriani, E. T., Rohmawati, I., & Murniati, A. (2025). Hubungan kecemasan dengan produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Ibu dan Anak Amanda Tulungagung. Care Journal, 2(1). https://doi.org/10.35584/carejournal.v2i1.131

Hasiba, Dalle, S., Saide, R., Syahrir, H., & Sudin. (2023). Hubungan Antara Kecemasan Pasien Postpartum Primipara dengan Produksi ASI. Jurnal Madising na Maupe, 2(1).

Hairah, S., Puspitasari, Y., & Ambarika, R. (2024). Strategi coping dan dukungan sosial pada ibu nifas yang mengalami kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI. Jurnal Pendidikan dan Teknologi Kesehatan, 8(2). https://doi.org/10.56467/jptk.v8i2.473

Harlina, H., Siregar, D. N., Ayu Ningsih, W., Silaban, E. N., & Siagian, R. Y. (2025). Hubungan tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1–7 hari di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara. Jurnal Kesehatan Mercusuar, 8(1). https://doi.org/10.36984/jkm.v8i1.581

Ilma Ika Magdalena. (2025). Hubungan tingkat kecemasan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Wates Kabupaten Kediri. Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan (Jurnal Pikes), 6(1). https://doi.org/10.56710/pikes.v6i1.91

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman nasional ASI eksklusif. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman ASI eksklusif dan pemberian nutrisi pada masa nifas. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI

Notoatmodjo, S. (2019). Promosi kesehatan: Teori dan aplikasi (ed. revisi). Jakarta: Rineka Cipta.

Nurhasanah, N., Nugrahini, E. Y., Kasiati, K., & Islamiah, A. (2023). Hubungan tingkat kecemasan dengan produksi ASI pada ibu nifas di TPMB Yuni Hermanto Bangkalan. Journal of Midwifery Science and Women's Health, 4(1), 1–7. https://doi.org/10.36082/jmswh.v4i1.1104

Purnamawati, W. W., Fatmawati, A., & Imansari, B. (2022). Analisis Hubungan Kecemasan terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum: Literature Review. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 7(2). DOI: https://doi.org/10.30651/jkm.v7i2.9382

Sutriyesi, Pratiwi, W. R., & Asnuddin. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu dengan Produksi ASI Post Partum Hari I–VII di Masa Pandemi COVID-19. Jurnal Bidan Komunitas, 5(3). DOI: https://doi.org/10.33085/jbk.v5i3.5370

Soetjiningsih, S. (2021). Psikologi ibu dan laktasi. Yogyakarta: Penerbit Medika.

Sry Wahyuni, S., Kalsum, U., Fitriani, L., & Sahira, S. (2025). Hubungan kecemasan ibu menyusui dengan produksi ASI pada masa pandemi COVID-19. Jurnal Berita Kesehatan, 17(1). https://doi.org/10.58294/jbk.v17i1.162

Suparyanto, A. (2021). Manajemen laktasi: Teori dan praktik. Bandung: Pustaka Kesehatan Indonesia.

Yuliana, W., Muhammad, H., & Isnaeni, Y. (2016). Efektivitas Pijat Punggung Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Produksi ASI Ibu pasca Salin. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, 29(37). https://doi.org/10.58294/jbk.v17i1.162

Wahyuni, S., Kalsum, U., Fitriani, L., & Sahira. (2024). Hubungan Kecemasan Ibu Menyusui dengan Produksi ASI pada Masa Pandemi COVID-19. Jurnal Berita Kesehatan, 17(1).