

Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Pola Pemberian Air Susu Ibu Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja Di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang

Tamrin¹, M.A Taqvim²

¹Dosen Program Studi SI Ilmu Keperawatan STIKES Widya Husada Semarang

²Mahasiswa Program Studi SI Ilmu Keperawatan STIKES Widya Husada Semarang

E-mail:ns.tamrin86@gmail.com

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang terbaik bagi bayi, komposisi ASI paling sesuai dengan kondisi fisiologis bayi. Data pada Profil Kesehatan Indonesia tahun 2012 menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih rendah, yaitu 48,6%. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan pola ASI pada ibu menyusui yang bekerja di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang. Jenis penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* sebanyak 47 orang. Pengambilan data dengan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Kendall Tau*. Tingkat kepercayaan diri menunjukkan bahwa 20 orang (42,6%) sangat percaya diri, 16 orang (34%) percaya diri, 9 orang (19,1%) percaya diri rendah, dan 2 orang (4,3%) sangat tidak percaya diri. Pola pemberian ASI pada ibu menyusui yang bekerja menunjukkan bahwa 12 orang (25,5%) mempunyai pola pemberia ASI eksklusif, 10 orang (21,3%) mempunyai pola pemberian ASI predominan, dan 25 orang (53,2%) mempunyai pola pemberian ASI parsial. Hasil uji *Kendall Tau* menunjukkan *p value* sebesar 0,001 atau lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$), H_0 ditolak dan H_a diterima, nilai $r = 0,445$. Berarti Ada Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Pola Pemberian Air Susu Ibu Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja Di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Pola Pemberian ASI, Ibu Menyusui Yang Bekerja

Abstract

Mother's milk is the best food for babies, the milk composition in accordance with the physiological condition of the baby. Data on Indonesia Health Profile 2012 showed that exclusive breastfeeding in Indonesia is still low at 48.6%. This study was to determine the relationship of confidence with the pattern of breast milk in nursing mothers who work at the West Mangkang Village in Work Area of Mangkang Community Health Center in Semarang. Type of non-experimental quantitative research with cross-sectional approach. Sampling technique using total sampling as many as 47 people. Data collection was by questionnaire and analyzed using Kendall Tau test. Confidence levels showed that 20 (42.6%) are very confident, 16 people (34%) confident, 9 (19.1%) low self-confidence, and 2 (4.3%) was not believed themselves. Patterns of breastfeeding in nursing mothers who work showed that 12 (25.5%) had a pattern of exclusive breastfeeding, 10 people (21.3%) had a pattern of predominant breastfeeding, and 25 people (53.2%) had a pattern of giving partial breastfeeding. Results of Kendall Tau test showed *p value* of 0.001 or less than 0.05 ($0.001 < 0.05$), H_0 is rejected and H_a is accepted, the value of $r = 0.445$. There is a relationship Confidence With Giving Patterns Mother's Milk On Breastfeeding Mothers Who Work In West Mangkang Village In Work Area Of Mangkang Community Health Center In Semarang.

Keywords: Self-Confidence, Pattern Breastfeeding, Breastfeeding Mothers Who Work

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang terbaik bagi bayi, terutama di awal kehidupannya karena komposisi ASI paling sesuai dengan kondisi fisiologis bayi pada masa awal kehidupannya. Pemberian ASI harus dilakukan segera setelah bayi lahir dalam waktu 1 jam pertama, kemudian 2-3 jam sampai bayi merasa puas dan minimal 5 menit pada masing-masing payudara pada hari pertama setelah melahirkan selanjutnya 20 menit pada masing-masing payudara cukup untuk bayi (Proverawati, 2010). Usia 0-6 bulan, bayi cukup mendapatkan asupan makanan dari ASI tanpa ditambah makanan atau minuman lain karena ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan untuk memenuhi seluruh kebutuhan gizi bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya, yang biasa dikenal dengan istilah ASI eksklusif.

ASI eksklusif adalah bayi yang diberi ASI saja selama 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan nasi tim (Wulandari, 2011). Kemudian ASI parsial, bayi mendapatkan ASI dan sebagian lagi susu formula/buatan, sereal atau makanan lain. Seorang ibu tentu ingin langsung lancar dalam menyusui bayinya karena banyak keuntungan jika dilakukan pemberian ASI eksklusif namun sangat sedikit ibu yang melakukannya. Manfaat pemberian ASI salah satunya adalah bayi lebih sehat dan mempunyai kekebalan terhadap penyakit (Sulistyoningsih, 2011).

Proses laktasi terjadi pada payudara, perkembangan embriologi mammae berasal dari Ectoderm Ridge, berkembang menjadi 15-25 lobus yang terdiri dari alveoli. Laktasi selama kehamilan tidak terjadi karena reseptor prolaktin diduduki oleh estrogen yang berasal dari plasenta. Setelah persalinan terjadi penurunan kadar estrogen yang bermakna, sehingga aktifitas prolaktin yang juga sedang meningkat dapat mempengaruhi kelenjar mammae untuk menghasilkan air susu, dipicu oleh

meningkatnya produksi prolaktin dan oksitosin sebagai respons terhadap stimulasi hisapan mulut bayi (sucking). Peningkatan prolaktin menyebabkan peningkatan produksi air susu, sementara oksitosin menyebabkan kontraksi mammae yang membantu pengeluaran air susu. Produksi ASI dirangsang melalui let down reflex yaitu rangsang puting, hipofisis, prolaktin dan kelenjar susu (Sulistyoningsih, 2011).

Kegagalan dalam ibu menyusui sering terjadi, salah satunya ibu merasa tidak percaya diri dalam menyusui bayinya. Sedikit saja ibu merasa ragu atau kurang percaya diri, dapat menyebabkan kerja hormon oksitosin melambat. Akibatnya ASI yang keluar menjadi sedikit (Amalia, 2010). Berbagai komentar yang kurang/tidak ramah tentang ASI eksklusif yang dilontarkan oleh berbagai pihak (entah itu keluarga, teman sekantor, ataupun tetangga), bisa membuat ibu menjadi kurang atau bahkan tidak percaya diri, yang akhirnya malah jadi demotivated untuk memberikan ASI eksklusif. Padahal percaya diri adalah salah satu kiat yang paling jitu untuk dapat menyusui dengan sukses (Ibu dan Anak, 2014).

Menurut Encyclopedia of Children's Health, ibu bekerja adalah seorang ibu yang bekerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan di samping membesarkan dan mengurus anak di rumah. Lerner (2001), ibu bekerja adalah ibu yang memiliki anak dari umur 0-18 tahun dan menjadi tenaga kerja. Ibu bekerja harus meninggalkan bayinya seharian penuh sehingga ini menjadi alasan ibu menggantikannya dengan susu formula. Seorang ibu yang bekerja sebenarnya masih dapat memberikan ASI eksklusif dengan dukungan pengetahuan yang cukup dan benar dari ibu, perlengkapan pemerah ASI, serta dukungan lingkungan keluarga dan juga lingkungan tempat kerja (Universitas Sumatera Utara, 2011). Menurut Direktur Bina Gizi Kementerian Kesehatan RI, Dedy Izwardi, rendahnya cakupan ASI dipengaruhi fasilitas yang ada di lingkungan kerja para ibu. Seperti yang

diketahui saat ini kebanyakan ibu berstatus sebagai pekerja. Kondisi lingkungan kerja tidak mendukung ibu untuk memerah ASI maupun membawa bayinya. Akibatnya tidak semua ibu bisa menyusui anaknya (Kompas, 2013)

Di Indonesia cakupan pemberian ASI eksklusif berfluktuasi dan menunjukkan kecenderungan menurun selama 3 tahun terakhir terlihat pada bayi 0-6 bulan turun dari 60,2% tahun 2007 menjadi 56,2% pada tahun 2008. Cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi sampai 6 bulan turun dari 28,6% pada tahun 2007 menjadi 24,3% pada tahun 2008. Kondisi lain yang memprihatinkan adalah 13% bayi di bawah usia dua bulan telah diberi susu formula dan satu dari tiga bayi usia 2-3 bulan telah diberi makanan tambahan (Prasetyawati, 2012).

Data pada Profil Kesehatan Indonesia tahun 2012 juga menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih rendah, yaitu 48,6%. Persentase pemberian ASI eksklusif tertinggi terdapat di Nusa Tenggara Barat sebesar 69,84%, diikuti oleh Gorontalo sebesar 67,01%, dan Bali sebesar 66,94%. Sedangkan persentase pemberian ASI eksklusif terendah terdapat di Provinsi Papua Barat sebesar 20,57%, diikuti oleh Sulawesi Tengah 30,41% dan Sumatera Utara sebesar 32,22%. Data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan RI 2012, Provinsi Jawa Tengah cakupan pemberian ASI eksklusif hanya 34,38%. Di Semarang juga menunjukan angka yang tidak lebih besar, yaitu pada tahun 2011 pemberian ASI eksklusif sebesar 1.656 (24,2%) dari 6.833 bayi usia 0-6 bulan yang ada (Dinas Kesehatan Kota Semarang, 2011).

Menurut studi pendahuluan oleh peneliti di Kelurahan Mangkang Kulon, dari hasil wawancara 6 ibu yang bekerja di perusahaan dan instansi pemerintahan, diperoleh data 4 ibu memberikan ASI Parsial karena merasa kurang percaya diri bisa memenuhi kebutuhan ASI bayinya ketika bekerja, dan 2 ibu memberikan ASI penuh selama 6 bulan karena dia merasa memiliki keyakinan walaupun bekerja mampu memberikan ASI penuh pada

bayinya dengan menyusui sebelum bekerja dan menyimpan ASI di lemari pendingin selama bekerja. Fenomena yang ada di masyarakat saat ini, hal yang mempengaruhi pemberian ASI tidak penuh salah satunya ibu bekerja. Tren yang berkembang saat ini ASI hanya diberikan kurang dari 6 bulan.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Pola Pemberian Air Susu Ibu Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja Di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang”.

Tujuannya untuk Mengetahui Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Pola Pemberian Air Susu Ibu Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja Di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu bekerja yang mempunyai bayi berumur 6-24 bulan di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang sebanyak 47 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil secara total sampling atau sampel jenuh dengan jumlah 47 orang. Proses pengolahan data pada penelitian ini adalah menggunakan program komputer SPSS versi 21, dan analisis data menggunakan uji *Kendall Tau*.

HASIL PENELITIAN

Penelitian telah dilakukan terhadap 47 orang ibu bekerja yang memiliki bayi usia 6-24 bulan. Data karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur ibu, pendidikan, pekerjaan, dan umur bayi. Sebaran responden menurut karakteristiknya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

1. Distribusi frekuensi berdasarkan umur ibu

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Ibu di Kelurahan

Mangkang Kulon Wilayah Kerja
PuskesmasMangkang Kota Semarang
Bulan Agustus 2014(n = 47)

Umur	Frekuensi	Persentase
21 tahun – 30 tahun	33	70,2
31 tahun – 40 tahun	14	29,8
Total	47	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 47 responden yang berumur 21 tahun – 30 tahun sebanyak 33 orang (70,2%), dan berumur 31 tahun – 40 tahun sebanyak 14 orang (29,8%).

- Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan responden

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang Bulan Agustus 2014 (n = 47)

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	0	0
SMP	3	6,4
SMA	31	66
Perguruan Tinggi	13	27,7
Total	47	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 47 responden yang berpendidikan SMP sebanyak 3 orang (6,4%), SMA sebanyak 31 orang (66%), perguruan tinggi sebanyak 13 orang (27,7%), dan tidak ada yang berpendidikan SD.

- Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja PuskesmasMangkang Kota Semarang Bulan Agustus 2014 (n = 47)

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
PNS	8	17
Pegawai Swasta	39	83
Total	47	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 47 responden yang bekerja sebagai PNS sebanyak 8 orang (17%) dan yang bekerja sebagai pegawai swasta sebanyak 39 orang (83%).

- Distribusi frekuensi berdasarkan umur anak

Tabel 4.4

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Anak di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang Bulan Agustus 2014 (n = 47)

Umur Anak	Frekuensi	Persentase
6 – 12 bulan	12	25,5
13 – 19 bulan	20	42,6
20 – 24 bulan	15	31,9
Total	47	100

Tabel 4.4 dapat diketahui bahwa dari 47 responden yang mempunyai anak umur 6 – 12 bulan sebanyak 12 orang (25,5%), yang mempunyai anak umur 13 – 19 bulan sebanyak 20 orang (42,6%), dan yang mempunyai anak umur 20 – 24 bulan sebanyak 15 orang (31,9%).

- Hubungan Kepercayaan Diri dengan Pola Pemberian Air Susu Ibu pada Ibu Menyusui yang Bekerja di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang

Tabel 4.7

Hubungan Kepercayaan Diri dengan Pola Pemberian Air Susu Ibu pada Ibu Menyusui yang Bekerja di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang Bulan Agustus 2014 (n = 47)

Kepercayaan Diri	Pola Pemberian ASI						Total	
	ASI Eksklusif		ASI Predominan		ASI Parsial		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Sangat percaya diri	10	50	4	20	6	30	20	100
Percaya diri	2	12.5	4	25	10	62.5	16	100
Percaya diri rendah	0	0	2	22.2	7	77.8	9	100
Sangat tidak percaya diri	0	0	0	0	2	100	2	100
Total	12		10		25		47	

p value kendall tau = 0.001
r = 0,445

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa ibu yang sangat percaya diri dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 10 orang (50%), ibu yang sangat percaya diri dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 4 orang (20%), ibu yang sangat percaya diri dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 6 orang (30%), ibu yang percaya diri dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 2 orang (12.5%), ibu yang percaya diri dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 4 orang (25%), ibu yang percaya diri dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 10 orang, ibu yang percaya diri rendah dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 0 orang (0%), ibu yang percaya diri rendah dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 2 orang (22.2%), ibu yang percaya diri rendah dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 7 orang (77.8%), ibu yang sangat tidak percaya diri dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 0 orang (0%), ibu yang sangat tidak percaya diri dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 0 orang (0%), ibu yang sangat tidak percaya diri dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 2 orang (100%).

Berdasarkan hasil uji Kendall Tau yang dilakukan mengenai hubungan kepercayaan diri dengan pola pemberian air susu ibu pada ibu menyusui yang bekerja di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang didapatkan *p value* sebesar 0,001 atau kurang dari 0,05 ($0,001 < 0,05$), H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan kepercayaan diri dengan pola pemberian air susu ibu pada ibu menyusui yang bekerja di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang kota Semarang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang didapatkan dari 47 responden menunjukkan bahwa ibu yang sangat percaya diri dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 10 orang (50%), ibu yang sangat percaya diri dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 4 orang (20%), ibu yang sangat percaya diri dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 6 orang (30%), ibu yang percaya diri dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 2 orang (12.5%), ibu yang percaya diri dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 4 orang (25%), ibu yang percaya diri dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 10 orang, ibu yang percaya diri rendah dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 0 orang (0%), ibu yang percaya diri rendah dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 2 orang (22.2%), ibu yang percaya diri rendah dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 7 orang (77.8%), ibu yang sangat tidak percaya diri dengan pola pemberian ASI eksklusif sebanyak 0 orang (0%), ibu yang sangat tidak percaya diri dengan pola pemberian ASI predominan sebanyak 0 orang (0%), ibu yang sangat tidak percaya diri dengan pola pemberian ASI parsial sebanyak 2 orang (100%).

Berdasarkan hasil uji *Kendall Tau* didapatkan *p value* sebesar 0,001 atau lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan kepercayaan diri dengan pola pemberian air susu ibu pada ibu menyusui yang bekerja di Kelurahan Mangkang Kulon Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang.

Menurut Rini (2010), kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu konsep diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup. Kemudian faktor eksternal yaitu

pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan pengalaman hidup (Anchok, 2000).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ketika tingkat kepercayaan diri seseorang sangat percaya diri maka orang tersebut akan memberikan pola pemberian ASI eksklusif saat dirinya juga bekerja. Dilihat dari hasil penelitian terdapat 10 responden yang saat percaya diri dengan pola pemberian ASI eksklusif. Dimana ASI eksklusif sesuai dengan kondisi fisiologis bayi sampai usia 6 bulan pertama, sehingga diharapkan ibu-ibu yang menyusui tetapi juga disibukkan dengan aktifitas kerjanya masih bisa mengusahakan tetap memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Cara yang tepat yaitu menyusui bayinya sebelum berangkat kerja, ASI yang berlebihan dapat diperas atau dipompa kemudian disimpan di lemari pendingin untuk diberikan pada bayi saat ibu bekerja. Setelah ibu di rumah, perbanyak menyusui termasuk malam hari. Disarankan juga ibu banyak beristirahat, minum cukup, makan gizi cukup, untuk menambah produksi ASI (Sulistyoningsih, 2011). Sebanyak 6 responden yang sangat percaya diri akan tetapi memilih memberikan ASI parsial. Dikarenakan masih minimnya pengalaman ibu dan kurang informasi tentang bagaimana mengatur kegiatan antara bekerja sekaligus menyusui bayinya. Usia ibu yang masih dalam tahap perkembangan dewasa awal juga menjadi alasannya.

Kemudian masih ada beberapa responden yang percaya diri sebesar 62,5% tetapi memiliki pola pemberian ASI yang lebih condong ke pola ASI parsial, hal ini dikarenakan ada beberapa hal yang mempengaruhi kepercayaan diri ibu saat pemberian ASI kepada bayinya, beberapa ibu beralasan pengetahuan manajemen laktasinya yang kurang, kurangnya dukungan suami, kurangnya sumber informasi yang biasanya dikarenakan sang ibu kurang aktif dalam kegiatan posyandu karena aktivitas kerja yang padat. Kemudian kondisi psikologis ibu juga bisa menyebabkan pola pemberian ASI ibu lebih condong ke ASI parsial, semakin tinggi tingkat stress ibu, semakin berkurang pula produksi ASI-nya (Amalia,

2010). Jika kondisi kesehatan ibu menurun karena stress, maka hormon *oksitosin* yang memproduksi ASI juga ikut berkurang. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, dkk (2011), adanya hubungan kondisi permasalahan kesehatan ibu selama menyusui dengan pemberian ASI ibu yang mempunyai bayi usia 6-12 bulan di Kelurahan Kemayoran Kecamatan Krembangan Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul H., Aziz. (2003). *Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Amalia. (2010). *Orang Tua Bekerja pun Bisa Sukses Memberi ASI Eksklusif*. Sumber: <http://www.wishingbaby.com/orang-tua-bekerja-pun-bisa-sukses-memberi-asi-eksklusif/>, (1 Mei 2014)
- Arikunto, Suharsini. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Basri, Seta. (2012). *Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian dengan SPSS*. Sumber: <http://setabasri01.blogspot.com/2012/04/uji-validitas-dan-reliabilitas-item.html>, (9 Juni 2014)
- Dinas Kesehatan Kota Semarang. (2013). *Profil Kesehatan Kota Semarang 2010, 2011 dan 2012*. Semarang
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2013). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2011 dan 2012*. Semarang
- Febrianto, Bayu dkk. (2014). *Skripsi: Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Kemampuan Hubungan Interpersonal Pada Anggota UB (Universitas Brawijaya)*. Universitas Brawijaya
- Hermawanto, Hery. (2010). *Menyiapkan Karya Tulis Ilmiah*. Jakarta: Trans Info Media
- Hidayat, A.A.A. (2003). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika

- Indonesian Pediatric Society. (2013). *Kendala Pemberian ASI Eksklusif*. Sumber: <http://idai.or.id/public-articles/klinik/asi/kendala-pemberian-asi-eksklusif.html>, (21 April 2014)
- Ibu dan Anak. (2014). *Susahnya ASI Eksklusif*. Sumber: www.ibudananak.com/index.php?option=com_content&task=view&id=127&Itemid=9, (18 April 2014)
- International Breastfeeding Centre. (2014). *Menyusui – Mengawali dengan Benar*. Sumber: http://nbc.ca/index.php?option=com_content&view=article&id=353:breastfeeding-starting-out-right-into&catid=29:information-indonesian&Itemid=67, (18 April 2014)
- Jamaludin, Anchok. (2000). *Outbound Manajemen Training*. Yogyakarta: UII Press
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Profil Kesehatan Indonesia 2012*. Jakarta
- Kompas. (2013). *Pers: Ibu Menyusui Butuh Dukungan*. Sumber: <http://health.kompas.com/read/2013/12/21/0917496/Cakupan.ASI.42.Persen.Ibu.Menyusui.Butuh.Dukungan>, (18 April 2014)
- Maryunani, Anik. (2012). *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Trans Info Media
- Marmi. (2013). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nasir, Abd, dkk. (2011). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Medical Book
- Nugroho, Taufan. (2011). *ASI dan Tumor Payudara*. Yogyakarta: Nuha Media
- Nursalam. (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrument Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Proverawati, Atika. (2010). *Kapita Selekta ASI Dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Riwidikdo, Handoko. (2007). *Statistik Kesehatan Belajar mudah teknik data dalam Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press
- Rini, Jacinta, R. (2010). *Memupuk Rasa Percaya Diri*. Sumber: <http://www.e-psikologi.com/dewasa/161002.htm>, (1 September 2014)
- Rohmad. (2013). *Test Sederhana untuk Mengukur Rasa Percaya Diri*. Sumber: <http://rohmad.net/2013/12/23/test-sederhana-untuk-mengukur-rasa-percaya-diri/>
- Ruth S. Y. Aso, Agnes Madianung, dkk. (2014). *Skripsi: Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi (0-6 Bulan) Di Wilayah Kerja Puskesmas Wori Kabupaten Minahasa Utara*. Manado: Universitas Sam Ratulangi
- Sarwono, Jonathan. (2014). *Korelasi*. Sumber: <http://www.jonathansarwono.info/korelasi/korelasi.htm>, (14 September 2014)
- Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Seto, Mario. (2011). *Positive Thinking vs Positive Attitude*. Yogyakarta: Locus
- Shobar. (2014). *Membangun Percaya Diri ketika Menyusui*. Sumber: <http://mrschaerulshobar.wordpress.com/2014/02/19/membangun-percaya-diri-ketika-menyusui/>, (19 April 2014)
- Sulistyoningsih, Hariyani. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- _____. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

- Suciptawati, Ni Luh Putu. (2010). *Metode Statistik Nonparametrik*. Bali: Udayana University Press
- Sunyoto, Danang dan Setiawan, Ari. (2013). *Buku Ajar: STATISTIK KESEHATAN Parametrik, Non Parametrik, Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta: Haikhi
- Taylor, Ros. (2011). *Kiat-Kiat Pede untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Universitas Sumatera Utara. (2011). *Oleh: U. Purnama: Ibu Bekerja*. Sumber: www.repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/32433/4/Chapter%20II.pdf, (21 Mei 2014)
- Widodo. (2012). *10 Cara Untuk Meningkatkan Jumlah ASI*. Sumber: <http://growupclinic.com/2012/08/28/10-cara-untuk-meningkatkan-jumlah-asi/>, (1 Mei 2014)
- Wikipedia Indonesia. (2014). *Tenaga Kerja*. Sumber: http://id.wikipedia.org/wiki/Tenaga_kerja, (5 Juli 2014)
- Wulandari, Setyo Retno. (2011). *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing