

# Pengaruh Pemberian Teknik *Hypnobreastfeeding* Terhadap Motivasi Ibu Dalam Memberikan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Air Itam Tahun 2023

Ayudita <sup>1\*</sup>, Tania Litizha <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Institut Citra Internasional, Indonesia

Alamat: Jl. Pangkalpinang-Muntok, Cengkong Abang, Kec. Mendo Bar., Kabupaten Bangka, Kepulauan Bangka Belitung 33173

Korespodensi email: [ayuditabel24@gmail.com](mailto:ayuditabel24@gmail.com)

**Abstract.** Only half of the 2.3 million infants under six months old in Indonesia receive exclusive breastfeeding. Hypnobreastfeeding is a relaxation technique that facilitates the breastfeeding process holistically, addressing the mind, body, and soul of the breastfeeding mother. The aim of this study is to review 'The Effect of Hypnobreastfeeding Techniques on Mothers' Motivation to Provide Exclusive Breastfeeding.' This research is a Quasi-Experimental study with a One-Group Pretest-Posttest design. The sample in this study consisted of 15 respondents selected using the Probability Sampling technique. The data type in this research is primary data, measured using a checklist for observation and a questionnaire given to respondents. The data were analyzed using the Wilcoxon Matched Pairs Test. The test value using the Wilcoxon test showed a Z value of -3.428 and a significance of 0.001 ( $p$ -value < 0.05), indicating that there is an effect of the Hypnobreastfeeding technique in increasing mothers' motivation to provide exclusive breastfeeding. It is recommended that healthcare workers, especially midwives, pay more attention to the condition of postpartum mothers experiencing insufficient breast milk production and suggest hypnobreastfeeding therapy to breastfeeding mothers

**Keywords:** Hypnobreastfeeding, Breastfeeding, Exclusive Breastfeeding, Quasi-Experimental

**Abstrak.** hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, Hypnobreastfeeding (teknik relaksasi yang membantu kelancaran proses menyusui secara holistik yang memperhatikan mind, body and soul ibu menyusui. Tujuan penelitian ini adalah untuk meninjau "Pengaruh Pemberian Teknik *Hypnobreastfeeding* terhadap Motivasi Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif. Penelitian ini adalah penelitian Quasi Eksperimen dengan rancangan penelitian One Group Pretest Posttest, Sampel dalam penelitian ini sebanyak 15 responden yang ditari dengan Teknik Probably Sampling. Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer. diukur menggunakan lembar ceklist untuk dilakukan observasi dan lembar kuisisioner yang diberikan kepada responden data di analisis menggunakan uji Wilcoxon Matched Pairs Test. Nilai uji menggunakan wilcoxon-test hasil nilai Z diperoleh -3,428 dan signifikansi 0,001 ( $p$ -value < 0.05) yang artinya ada pengaruh pemberian teknik *Hypnobreastfeeding* dalam meningkatkan motivasi Ibu dalam memberikan ASI Eksklusif Diharapkan kepada tenaga kesehatan terutama bidan agar lebih memperhatikan keadan ibu post partum yang mengalami produksi ASI tidak tercukupi dan dapat menganjurkan pada ibu menyusui untuk melakukan terapi hypnobreastfeeding

**Kata Kunci :** *Hypnobreastfeeding*, menyusui, ASI Eksklusif, Quasi Eksperimen

## 1. PENDAHULUAN

Seiring dengan dimulainya Pekan Menyusui Sedunia, UNICEF (United Nations International Children's Emergency Fund) dan WHO (World Health Organization) menyerukan kepada Pemerintah dan para mitranya di Indonesia untuk mendukung semua ibu agar dapat menyusui sejak dini, secara eksklusif, dan berkesinambungan di tengah menurunnya angka pemberian ASI secara eksklusif selama pandemi COVID-19. Berdasarkan penelitian Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), angka ibu yang pernah menyusui anak di Indonesia sudah tinggi, yaitu 90%, namun yang memberikan secara eksklusif selama 6 bulan masih rendah sebesar 20%. Pemberian ASI

direkomendasikan sampai dua tahun atau lebih. Alasan ASI tetap diberikan setelah bayi berusia 6 bulan, karena 65% kebutuhan energi seorang bayi pada umur 6-8 bulan masih terpenuhi dari ASI. Pada umur 9-12 bulan sekitar 50% kebutuhannya dari ASI dan umur 1-2 tahun hanya sekitar 20% dari ASI (Sembiring,2022). Adapun dampak yang dialami jika bayi tidak mendapatkan ASI eksklusif, seperti rentan mengalami infeksi (infeksi pencernaan, infeksi saluran pernapasan bagian atas, hingga infeksi pada telinga), berisiko tinggi mengalami penyakit non infeksi, serta tumbuh kembang otak bayi menjadi kurang optimal (Makarim, 2022)

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2021, hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau mengalami penurunan sebanyak 12% (dari 64,5% data tahun 2019 menjadi 52,5% data di tahun 2021). Selain itu data yang diperoleh dari BPS (Badan Pusat Statistik), persentase cakupan bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung meningkat dari 24,68% (tahun 2015) menjadi 40,78 % (tahun 2016) hingga 42,20% (tahun 2017). Namun mengalami penurunan menjadi 34,56% (tahun 2018). Kemudian mulai meningkat kembali menjadi 39,64% (tahun 2019), 55,47% (tahun 2020) sampai 62,94% (tahun 2021). Begitu juga dari data yang diperoleh melalui Profil Gizi Puskesmas Air Itam, cakupan bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Itam adalah 60,4% (tahun 2019) menurun menjadi 49% (tahun 2020) dan kembali meningkat menjadi 57,8% (tahun 2021) dan 60,2% di tahun 2022.

Hasil wawancara saya terhadap 5 Ibu yang mempunyai bayi dibawah 2 tahun di wilayah kerja Puskesmas Air Itam melalui wawancara singkat didapatkan bahwa 40 % Ibu tersebut memberikan ASI secara eksklusif, dan 60 % nya memberikan susu formula sejak lahir dengan alasan ASI yang keluar sangat sedikit di minggu pertama setelah kelahiran sehingga bayi rewel karena tidak mendapatkan asupan ASI yang cukup.

Sementara itu, dalam Peraturan Pemerintah nomor 33 tahun 2012 pasal 6 ditetapkan bahwa target capaian ASI Eksklusif Nasional di Indonesia adalah 100% (BPS, 2021). Hingga saya tertarik melakukan penelitian mengenai ASI Eksklusif dengan mamberikan Hypnobreastfeeding (teknik relaksasi yang membantu kelancaran proses menyusui secara holistik yang memperhatikan mind, body and soul ibu menyusui.

Keunggulan dari penggunaan hipnosis dalam hypnobreastfeeding adalah sebagai sarana relaksasi, biayanya relatif rendah karena tanpa penggunaan obat-obatan, metode

yang digunakan relatif sederhana sehingga mudah dipahami dan dipraktekkan oleh orang banyak, termasuk subjek, dapat dilakukan sendiri oleh subjek (ibu menyusui) dan cukup dibantu oleh satu terapis (bidan), dapat menyehatkan unsur tindakan, perilaku, hasrat, semangat, motivasi, inisiatif, kebiasaan buruk, dan lain-lain, serta mempersiapkan ibu agar berhasil pada masa menyusui dan mempersiapkan bayi menjadi generasi yang sehat, cerdas dan kreatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk meninjau “Pengaruh Pemberian Teknik Hypnobreastfeeding terhadap Motivasi Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Air Itam Pangkalpinang tahun 2023”

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian Quasi Eksperimen dengan rancangan penelitian One Group Pretest Posttest, sampel penelitian diberi test pengetahuan tentang hypnobreasfeeding sebelum diberikan teknik Hypnobreastfeeding dan setelah mendapatkan praktik dan pengetahuan teknik Hypnobreastfeeding diberikan test pengetahuan lagi dengan menggunakan alat ukur yang sama berupa kuesioner. Populasi target dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai bayi 0-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Air Itam (terdiri dari 4 kelurahan yaitu Kelurahan Bacang, Kelurahan Air Itam dengan total 151 orang ibu. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 15 responden yang ditari dengan Tekhnik Probably Sampling. Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer. diukur menggunakan lembar ceklist untuk dilakukan observasi dan lembar kuisisioner yang diberikan kepada responden data di analisis menggunakan uji *Wilcoxon Matched Pairs Test*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, responden yang dilihat berdasarkan karateristiknya (umur, pekerjaan, pendidikan, dan paritas). Karakteristik Responden berdasarkan Usia. Distribusi frekuensi karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Air Itam berdasarkan usia bias dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karateristik Responden berdasarkan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Air Itam Pangkalpinang

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
<20 Tahun	0	0
20-35 Tahun	12	80,0
>35 Tahun	3	20,0
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4.5 hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu menyusui sebagian besar pada umur 20-35 tahun sebanyak 12 orang (80%) dan segaian kecil pada umur > 35 tahun sebanyak 3 orang (20%). Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Karateristik Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Air Itam Pangkalpinang

<b>Pendidikan</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>	<b>Persentase Valid</b>	<b>Jumlah Persentase</b>
D3	4	26,7	26,7	26,7
S1	2	13,3	13,3	40,0
SMA	9	60,0	60,0	100,0
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Dari tabel 2 di atas menunjukkan bahwa responden sebagian besar berpendidikan SMA (60% atau 9 orang), yang berpendidikan D3 (26,7% atau 4 orang), dan yang berpendidikan S1 (13,3% atau 2 orang). Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Karateristik Responden berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Air Itam Pangkalpinang

<b>Pekerjaan</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>	<b>Persentase Valid</b>	<b>Jumlah Persentase</b>
IRT	9	60,0	60,0	60,0
PNS	6	40,0	40,0	100,0
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Dari tabel 3 di atas menunjukkan bahwa responden sebagian besar adalah ibu rumah tangga (IRT) yaitu 60% (9 responden) dan 40% nya adalah PNS.

Karakteristik Responden berdasarkan Paritas (Multi/ Primi)

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Karateristik Responden berdasarkan Paritas di Wilayah Kerja Puskesmas Air Itam Pangkalpinang

<b>Paritas</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>	<b>Persentase Valid</b>	<b>Jumlah Persentase</b>
Primipara	8	53,3	53,5	53,3
Multipara	7	46,7	46,7	100%
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100 %</b>	<b>100 %</b>	

Dari tabel 4 di atas menunjukkan bahwa paritas responden adalah Primipara sebanyak 53,5% (8 orang) dan Multipara sebanyak 46,7% (sebanyak 7 orang).

Hasil uji normalitas tingkat motivasi sebelum dan sesudah dilakukan Hypnobreastfeeding bias dilihat dari tabel di bawah ini :

**Tabel 5.** Hasil Uji Normalitas tingkat motivasi sebelum dan sesudah dilakukan *Hypnobreastfeeding*

<b>Tests of Normality</b>					
<b>Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup></b>			<b>Shapiro-Wilk</b>		
<b>Statistic</b>	<b>df</b>	<b>Sig.</b>	<b>Statistic</b>	<b>df</b>	<b>Sig.</b>
.259	15	.008	.798	15	.003
.514	15	.000	.413	15	.000

\* $p < 0,05$  Based on shapiro wilk test

Tabel di atas menunjukkan hasil uji *Shapiro-Wilk* nilai saat *pre-test* dan *post test* hasil signifikan yaitu 0,000 ( $p$ -value  $< 0.05$ ) artinya data tidak berdistribusi normal, sehingga analisa data menggunakan *Wilcoxon Matched Paires Test* yang dilakukan terhadap 15 orang ibu menyusui.

**Tabel 6.** *Wilcoxon Matched Pairs Test* Pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap Motivasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Air Itam Pangkalpinang

<b>Ranks</b>				
		<b>N</b>	<b>Mean Rank</b>	<b>Sum of Ranks</b>
<i>Post Test – Pre Test</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	<i>Positive Ranks</i>	15 <sup>b</sup>	8.00	120.00
	<i>Ties</i>	0 <sup>c</sup>		
	<b>Total</b>	15		
<i>a. Negatif Ranks : Post Test &lt; Pre Test</i>				
<i>b. Positive Ranks : Post Test &gt; Pre Test</i>				
<i>c. Ties : Post Test = Pre Test</i>				

<b>Tabel 7. Test Statistics<sup>a</sup></b>	
<b>Post Test - Pre Test</b>	
<b>Z</b>	-3.428 <sup>b</sup>
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>	.001
<i>a. Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	
<i>b. Based on negative ranks.</i>	

Tabel di atas menunjukkan hasil *positive rank* sebanyak 15 artinya terdapat 15 responden nilai *post test* lebih tinggi dari *pre test* dan *negative ranks* 0 artinya tidak ada responden yang nilai *post test*nya lebih rendah dari *pre test*. Nilai *Ties* 0 artinya tidak ada responden yang nilai *post test* dan *pre test* sama.

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), sikap berarti perbuatan dan sebagainya yang berdasarkan pada pendirian serta keyakinan. Sikap adalah pernyataan evaluatif baik yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan terhadap objek, individu, atau peristiwa. Hal ini mencerminkan bagaimana perasaan seseorang tentang sesuatu (Thian, 2021).

Sedangkan motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu (Arimi,

2021). Motivasi itu sendiri dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu motivasi kuat, motivasi sedang, dan motivasi lemah (Irwanto, 2008).

Sementara itu, berdasarkan KBBI juga, perilaku adalah tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan. Perilaku merupakan aktualisasi sikap seseorang atau sekelompok orang dalam wujud tindakan/ aktivitas sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya. Perilaku terbentuk setelah melewati keseluruhan dari aktivitasnya, yaitu unsur kepentingan, kebutuhan, motivasi, dan sikap yang potensial dapat menjelaskan perilaku tertentu. Oleh karena itu, kepentingan seseorang melandasi perilakunya, dengan kata lain perilaku seseorang itu banyak dipengaruhi oleh kepentingannya (Nawi, 2017).

Analisa *univariat* hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas sebagian besar berpendidikan SMA (60 % atau 9 orang), yang berpendidikan D3 (26,7% atau 4 orang), dan yang berpendidikan S1 (13,3% atau 2 orang). Ibu nifas sebagian besar dengan paritas multipara sebanyak 8 orang (53,3%) dan dengan paritas multipara sebanyak 7 orang (46,7%).

Analisa *bivariat* menunjukkan hasil uji *Shapiro-Wilk* nilai saat *pre-test* dan *post test* hasil signifikansi 0,000 ( $p\text{-value} < 0.05$ ) artinya motivasi ibu nifas sebelum mendapatkan *hypnobreastfeeding* dan setelah mendapatkan tidak terdistribusi normal, sehingga analisa data menggunakan uji *non parametric test* (*Wilcoxon dan Mann Whitney*).

Hasil uji menggunakan *wilcoxon-test* hasil nilai *Z* diperoleh -3,428 dan signifikansi 0,001 ( $p\text{-value} < 0.05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak artinya ada pengaruh pemberian teknik *Hypnobreastfeeding* terhadap motivasi Ibu dalam memberikan ASI Eksklusif. *Hypnobreastfeeding* itu membantu ibu untuk lebih relaks sehingga dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin untuk kelancaran produksi ASI (Ruslinawati et al., 2020).

Dalam proses menyusui agar hasil optimal maka dibutuhkan ketenangan serta kebahagiaan dari diri ibu itu sendiri dan tentu saja harus juga didukung oleh suami serta keluarganya. Prosedur *Hypnobreastfeeding* dengan memberikan kalimat sugesti/afirmasi positif dalam pikiran bawah sadar ibu agar dapat meningkatkan keyakinan ibu dalam proses menyusui (Aimi, 2020).

Audio visual serta rekaman yang diberikan kepada ibu (responden) dapat menjadi bekal ibu untuk melaksanakan praktik relaksasi sendiri di rumah. Dalam pelaksanaan *hypnobreastfeeding* itu sendiri tidaklah membutuhkan biaya mahal, sehingga ibu dapat

dengan mudah melaksanakannya dimanapun berada berbekal *handphone* (sarana audio visual lainnya) yang dimiliki.

Hypnobreastfeeding juga mampu meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri ibu untuk memproduksi dan memberikan ASI kepada bayi. Kepercayaan diri ibu bisa dibangun melalui kalimat afirmasi positif yang diberikan kepada ibu saat ibu sudah dalam kondisi trance yaitu kondisi ibu telah mencapai pikiran alam bawah sadar (Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Asih yaitu penelitian dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 48 ibu hamil aterm hingga menyusui.

Analisis data dengan uji Beda Dua *Mean (T-Test) Independent* dengan menggunakan uji *Paired Sample Test* yang menunjukkan nilai signifikan (p-value) 0,004 artinya ada perbedaan yang signifikan motivasi pemberian ASI sebelum dan sesudah dilakukan hypnobreastfeeding. Diharapkan kepada Bidan untuk selalu memberikan terapi *hypnobreastfeeding* maupun edukasi laktasi untuk membantu meningkatkan motivasi pemberian ASI sebagai bagian dari upaya meningkatkan pemberian ASI eksklusif dan menyusui hingga 2 tahun atau lebih (Asih, 2020).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Agrippina, N.S (2018) penelitian yang dilakukan dari 40 orang ibu yang mempunyai bayi 7-12 bulan di Desa Untemungkur Kecamatan Muara Kabupaten Tapanuli Utara diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki motivasi ibu dalam kategori rendah yaitu 30 responden (28,9%) dan motivasi ibu tidak memberikan dalam kategori sedang sebanyak 3 responden (2,6%).

Hasil uji chisquare pada tingkat kepercayaan 95% dengan  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $p=0,029$  dengan demikian  $p>\alpha$  sehingga ada Hubungan antara Motivasi Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Untemungkur Kecamatan Muara Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2018.

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa motivasi ibu menyusui dalam memberikan ASI eksklusif jauh lebih tinggi setelah diberikan teknik *hypnobreastfeeding* dibandingkan dengan motivasi ibu sebelum diberikan ASI eksklusif dilihat dari nilai *post test* yang jauh lebih tinggi daripada nilai *pre test*. Ada pengaruh pemberian teknik *Hypnobreastfeeding* dalam meningkatkan motivasi Ibu dalam memberikan ASI Eksklusif yang bias dilihat dari hasil rata – rata post test yang

lebih tinggi dibandingkan pre test, dimana pre test diberikan sebelum perlakuan eksperimen dan post test diberikan setelah perlakuan eksperimen yang ditunjukkan dari nilai uji menggunakan wilcoxon-test hasil nilai Z diperoleh -3,428 dan signifikansi 0,001 ( $p\text{-value} < 0.05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak. Diharapkan kepada tenaga kesehatan terutama bidan agar lebih memperhatikan keadaan ibu post partum yang mengalami produksi ASI tidak tercukupi dan dapat menganjurkan pada ibu menyusui untuk melakukan terapi hypnobreastfeeding

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aprilia, Y. (2014). *Hypnobreastfeeding: Solusi Cerdas Meningkatkan Produksi ASI*.
- Arep, I., dkk. (2004). *Manajemen Motivasi*. Jakarta: PT Grasindo.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Armini, N. W. (2016). Hypnobreastfeeding Awali Suksesnya ASI Eksklusif. *Jurnal Skala Husada*, 1, 21–29. [<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=808447&val=13183&title=Hypnobreastfeeding, Starting Exclusive Breastfeeding to be Success>](<http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=808447&val=13183&title=Hypnobreastfeeding, Starting Exclusive Breastfeeding to be Success>)
- Asih, Y. (2020). Hypnobreastfeeding dan Motivasi Pemberian ASI. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 272. <https://doi.org/10.26630/jk.v11i2.2198>
- Elly. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Ibu Menyusui Dalam Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Dewantara Kabupaten Aceh Utara. Skripsi, Universitas Sumatra Utara.
- <https://www.halodoc.com/artikel/ibu-ini-dampak-anak-yang-tidak-mendapatkan-asi-eksklusif>
- Juniman, P. T. (2018). Angka Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia Masih Rendah. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20180820165738-255-323681/angka-pemberian-asi-eksklusif-di-indonesia-masih-rendah>. Diakses tanggal 11/01/2023.
- Karana, K. P. (2022). Pekan Menyusui Sedunia. Communication Specialist UNICEF Indonesia, Bandung.
- Kemenkes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kumalasari, R. N., & NMY. (2014). Motivasi Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas 1 Denpasar Utara. *Artikel Politeknik Kesehatan Denpasar Bali*.
- Kuswandi, L., & Aprilia, Y. (2009). Basic Hypnosis & Hypno-birthing. Dalam *Basic Hypnosis & Hypno-birthing Workbook*; 6-8 Mar 2009; Bali, Indonesia; Pro V Clinic (Holistic Health Care), 7-55.



- Listyaningrum, T. U., & Vidayanti, V. (2016). Tingkat Pengetahuan dan Motivasi Ibu Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Bekerja. *JNKI*, 4(2), 55-62.
- Nawi, H. R. (2017). *Perilaku Kebijakan Organisasi*. SAH Media.
- Nuratri, A. E. C., dkk. (2015). The Effect of Hypnobreastfeeding on the Success of Exclusive Breastfeeding at Panti Rapih Hospital of Yogyakarta, 2–3. <http://etd.repository.ugm.ac.id/downloadfile/83822/potongan/S2-2015340032-abstract.pdf>.
- Putriningrum, R., Khoiriyah, A., & Umarianti, T. (2015). Pengaruh Pengetahuan dan Hypnobreastfeeding pada Ibu Hamil Trimester III terhadap Proses Menyusui. *Jurnal Dinamika Kebidanan*, 5(1).
- Rahmawati. (2017). Hypnobreastfeeding untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Menyusui yang Bekerja. *Seminar Nasional, Blitar*, 48-53.
- Ruslinawati, et al. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Frekuensi Kunjungan Antenatal Care pada Ibu Hamil Masa Pandemi COVID-19 di Puskesmas Pekauman Banjarmasin. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 5(1), 1-9.
- Sofiyanti, I., Astuti, F. P., & Windayanti, H. (2019). Penerapan Hypnobreastfeeding pada Ibu Menyusui. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 2(2), September 2019.
- Thian, A. (2021). *Perilaku Organisasi*. Andi Publisher.
- Wiji, R. N. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika