

**DUKUNGAN SOSIAL DAN DAMPAK YANG DIRASAKAN
OLEH IBU MENYUSUI DARI SUAMI
Lulu Annisa, Nurfitri Swastiningsih**

Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan
luluannisa_92@yahoo.co.id

Abstrak Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bentuk dukungan sosial dan dampak yang dirasakan oleh ibu menyusui dari suami. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah dua orang, menggunakan teknik *criterion sampling* dengan kriteria ibu yang sedang menyusui dan memiliki anak yang berusia 0 sampai 6 bulan. Data yang diperoleh menggunakan metode wawancara semi terstruktur. Pendekatan analisis yang digunakan adalah analisis isi (*content analysis*) yang bersifat pembahasan mendalam terhadap isi suatu informasi tertulis. Pencapaian kredibilitas penelitian dilakukan dengan teknik triangulasi sumber melalui wawancara dengan *significant person*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua responden yang sedang menyusui sama-sama mendapatkan dukungan sosial suami saat menyusui anaknya. Dukungan tersebut berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Dukungan emosional yang diterima oleh kedua responden yaitu mendapatkan perhatian dan motivasi dari suami. Dukungan penghargaan, yaitu suami merasa bangga karena istri dapat memberikan ASI kepada anaknya. Selanjutnya dukungan instrumental yaitu mengasuh anak pertamanya saat anak keduanya sedang menyusui, memijit pundak, membantu dalam pekerjaan rumah seperti mencuci pakaian. Serta dukungan informasi yaitu memberikan informasi perkembangan anak. Informasi-informasi mengenai ASI, responden memanfaatkan dengan *browsing* internet. Dukungan sosial yang diberikan suami, berdampak positif pada kedua responden. Dampak positif yang dirasakan oleh kedua responden tersebut yaitu ASI semakin lancar, tambah bersemangat dalam memberikan ASI kepada anaknya, merasakan kenyamanan dan beban yang dihadapi berkurang.

Kata Kunci dukungan sosial, ibu menyusui

PENDAHULUAN

Wanita yang baru melahirkan, kemudian menyusui anaknya sudah menjadi hal yang harus dilakukan. Seorang ibu harus menyusui anaknya dari lahir hingga berusia 2 tahun. Usia bayi 0-6 bulan seorang ibu harus memberikan ASI secara penuh tanpa nutrisi yang lain seperti susu formula, bubur, dan lain-lain. Jadi, yang diberikan pada bayi umur 0-6 bulan adalah ASI eksklusif. Hal tersebut diperkuat oleh Sari dan Rimandini (2014) bahwa pemberian *kolostrum* melalui ASI yang terus menerus, paling tidak selama 4 bulan (idealnya 4-6 bulan) merupakan perlindungan terbaik yang diberikan kepada bayi terhadap penyakit.

ASI diberikan pada bayi usia 0-2 tahun. Hal ini sesuai dengan penjelasan pada Al-Quran "Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan seorang ayah karena anaknya, dan warispun berkewajiban demikian. Apabila keduanya

ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya....." (Al-Baqarah [2] : 233).

ASI eksklusif sangat dibutuhkan oleh bayi karena memiliki banyak manfaat, diantaranya melindungi bayi dari berbagai macam infeksi dan penyakit serta dapat melindungi bayi dari serangan alergi. Bukan hanya itu, ASI dapat meningkatkan kecerdasan dan keaktifan pada bayi sehingga bayi lebih cepat berbicara, berjalan serta meningkatkan penglihatan. Ini semua karena berbagai kandungan nutrisi yang sangat baik untuk bayi (Sari & Rimandini, 2014).

Menurut Dewey (Aini, Yusnitasari & Armini, 2014) dalam proses laktasi terdapat refleksi *letdown*, terjadi akibat stimulus hisapan bayi yang mengakibatkan hipotalamus melepas oksitosin dari hipofisis posterior. Stimulasi oksitosin membuat sel-sel mioepitel yang berada disekitar kelenjar mammae berkontraksi sehingga ASI dapat keluar melalui duktus dan ASI tersedia untuk bayi. Ibu yang mengalami stres karena kurangnya dukungan sosial akan mengalami gangguan pelepasan oksitosin selama proses lactogenesis dan jika hal ini terjadi berulang-ulang bisa mengurangi produksi ASI dengan pengosongan yang tidak penuh saat bayi menghisap.

Kenyataannya, tidak semua Ibu bias menyusui anaknya. Banyak hal yang menyebabkan seorang ibu tidak menyusui anaknya atau menyusui anaknya namun tidak sampai 2 tahun. Janiwarty dan Pieter (2013) menyatakan, ada 3 masalah psikologis diantaranya adalah *baby blues*, *post partum blues* dan depresi masa nifas. Diperkirakan hampir 50-70% seluruh wanita pasca melahirkan mengalami *baby blues* atau *post natal syndrome* yang terjadi pada harike 4-10 hari pasca persalinan atau saat masa menyusui yang dialami. Sedangkan penyebab *post partum blues* dialami 80% wanita setelah bersalin. Setelah itu, ada permasalahan lainnya dalam menyusui adalah kurangnya informasi, putting susu yang pendek atau terbenam, payudara bengkak, putting susu nyeri atau lecet, saluran ASI tersumbat, radang payudara, ASI kurang, dan lain-lain (Danuatmaja&Meiliasari, 2003). Menurut Rahma (2011), banyak faktor yang mempengaruhi kegagalan pemberian ASI baik yang bersifat internal seperti: motivasi, stres, persepsi dan ketekunan maupun yang bersifat eksternal seperti dukungan social dari masyarakat, keluarga, keterlibatan pihak-pihak yang terlibat dalam persalinan dan promosi susu formula yang makin gencar. Pada penelitian Aini, dkk., (2014) dukungan suami yang ada pada ibu post partum hanya berfokus pada dukungan fasilitas yang tinggi, seperti pemberian biaya persalinan dan mencarikan sarana dan prasarana yang merupakan poin tertinggi pada dukungan fasilitas tetapi sebagian suami ada yang mengabaikan dukungan emosional seperti mengganti popok, memandikan bayi, menggendong bayi, memijat istri dan waktu yang diberikan untuk istri dan bayi masih dirasa kurang oleh responden. Jadi responden merasakan dukungan yang diberikan masih kurang optimal pada ibu postpartum.

Bagi seorang ibu yang mempunyai anak bayi dan dalam keadaan harus menyusui memerlukan perhatian, kasih sayang, *support* dan informasi-informasi kesehatan atau tentang menyusui dari orang terdekatnya yaitu suami. Perhatian, kasih sayang, support tersebut adalah sebuah dukungan sosial. Dukungan social diperlukan oleh ibu menyusui. Dukungan sosial yang dimaksud adalah mengadakan atau menyediakan sesuatu untuk memenuhi kebutuhan orang lain (Chaplin, 2005). Menurut Werdayanti (2013) beberapa hal penyebab istri perlu dukungan, diantaranya bahwa menerima dukungan adalah kebutuhan manusiawi. Keluarga adalah penyangga yang dukungannya berfungsi sepanjang masa, meningkatkan kapasitas serta potensi dari anggota keluarga. Tentu senang dan lebih bersemangat kalau ada pendukung.

Kebanyakan wanita secara fisik mampu menyusui, asalkan mendapatkan dorongan yang cukup dan dilindungi dari pengalaman dan komentar yang mengecilkan hati sementara sekresi ASI sedang terbentuk (Behrman, 1996). Menyusui dipengaruhi Jika suasana hati

seorang ibu positif sifatnya, maka semua kombinasi perasaan dan aktivitas ibu tersebut akan memberikan perasaan kesenangan dan *komfort* pada si bayi. Sebaliknya, apabila kehidupan psikis dan emosi ibunya tidak stabil dan tidak menguntungkan bayinya, apa lagi jika kehadiran si bayi tidak dikehendaki oleh ibunya (anak ditolak oleh ibunya), maka dampak dari emosi-emosi yang negatif pada ibunya akan segera dirasakan oleh si bayi. Bayi ini menjadi rewel saja dan terus-menerus menangis tersedih-sedih (Kartono, 2007). Hal ini menjadi sangat penting untuk ditindaklanjuti agar berkurangnya dampak dari hal-hal yang telah disebutkan tadi.

Dari permasalahan yang dialami oleh paraibu yang sedang menyusui, tidaksedikit orang yang peduli akan pentingnya ASI, salah satunya yaitu terbentuk di dunia maya. Ada komunitas AIMI (Asosiasi Ibu Menyusui Indonesia) dalam *twitter* @aimi_asi dengan websitenya www.aimi-asi.org. Lalu sekitar tahun 2011 berdirilah komunitas para ayah peduli ASI yang memiliki akun *twitter* @ID_AyahAsi dengan websitenya www.ayahasi.com. Komunitas ini sudah merambah hamper ke penjuru Indonesia dengan akun *twitter*nya seperti, @AyahAsi_Depok, @AyahAsi_Smg, @AyahAsi_Bdg, @AyahAsi_Medan, @AyahAsi_Bekasi, @AyahAsi_Solo, @AyahAsi_Jogjadanmasihbanyaklagi (Gunawan, Nurprasetyo, Pontoh, Hidayat, Sudarto, Hidayatullah,..Dhuaja, 2012). Adanya komunitas tersebut, menunjukkan pentingnya dukungan seorang ayah dalam proses menyusui.

Adapun aspek-aspek dukungan sosial menurut House (Smet,1994) adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Oleh karena itu, keterlibatan para suami sejak awal menyusui sudah pasti akan mempermudah dan meringankan pasangan. Bahkan dengan adanya peran serta suami dalam masa ini merupakan sebuah keberhasilan seorang istri dalam masa menyusui yang tidak lepas dari perhatian seorang suami. Suami sangat berperan untuk mengurangi kecemasan ibu menyusui dalam merawat buah hatinya dengan ASI. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aini, dkk., (2014) yang mengungkapkan bahwa seorang ibu yang mendapat pemberian dukungan sosial suami diwilayah kerja puskesmas Senori sebagian besar dalam kategori baik 63,6% maka pemberiaan dukungan yang baik dapat meningkatkan kepercayaan diri, kenyamanan, dan pengalaman keberhasilan ibu dalam menyusui. Hal tersebut menarik bagi peneliti untuk meneliti tentang dukungan sosial dan dampak yang dirasakan oleh ibu menyusui dari suami, sehingga peneliti ingin mengetahui bagaimana bentuk dukungan sosial yang dirasakan oleh ibu menyusui dari suami dan dampaknya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif, yaitu menghasilkan dan mengolah data yang sifatnya deskriptif, seperti transkrip wawancara, catatan lapangan, gambar, foto, rekaman video dan lain sebagainya. Penelitian kualitatif yang baik akan menampilkan kedalaman dan detail, karena fokusnya memang penyelidikan yang mendalam pada sejumlah kasus kecil (Poerwandari, 2007). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian fenomenologi. Fenomenologi adalah penelitian untuk menggambarkan, menyelidiki, menemukan, serta memahami struktur esensi fenomena (gejala) berdasarkan pengalaman yang dialami oleh individu menurut Sarantakos (Poerwandari, 2007).

Pengambilan sumber data penelitian ini menggunakan teknik *criterion sampling* dengan beberapa kriteria sebagai berikut :

1. Ibu menyusui
2. Usia bayi 0 sampai 6 bulan, karena pada usia ini anak sangat membutuhkan ASI secara eksklusif tanpa nutrisi apapun.

Peneliti menggunakan metode wawancara semi terstruktur yaitu, suatu jenis wawancara yang didalam pelaksanaannya ada *guide*, ada pedoman tetapi pertanyaan ditanyakan secara semu, disesuaikan dengan kondisi. Hal ini dilakukan agar sifat pertanyaan tidak kaku atau ketat, serta memungkinkan penggalian materi yang relevan (Poerwandari, 2007).

Tahapan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Membuat *guide* wawancara dengan bentuk semi terstruktur
2. Melakukan wawancara sesuai dengan waktu dan tempat yang telah disepakati bersama dengan responden penelitian,
3. Memindahkan hasil rekaman kedalam verbatim tertulis
4. Melakukan analisis data untuk selanjutnya diinterpretasikan sesuai dengan hasil yang didapat dalam penelitian, pada hasil wawancara
5. Melakukan pembahasan terhadap hasil yang diperoleh selama penelitian berlangsung dengan cara membuat kesimpulan dan memberikan saran untuk penelitian selanjutnya.

Pendekatan analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi (*content analysis*). Analisis isi (*content analysis*) adalah penelitian yang bersifat pembahasan mendalam terhadap isi suatu informasi tertulis. Suatu teknik penelitian untuk membuat inferensi-inferensi yang ditiru (*replicable*) dan sah data yang memperhatikan konteksnya (Saebani, 2009).

Dalam penelitian ini peneliti, hanya menggunakan kredibilitas sebagai keterpercayaan penelitian. Kredibilitas penelitian kualitatif, dapat diupayakan melalui triangulasi data. Triangulasi data merupakan teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada (Sugiyono, 2011). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan triangulasi sumber. Triangulasi sumber yaitu untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber, seperti *significant person*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Identitas responden

1. Responden pertama (SR)

Responden pertama (SR) adalah seorang perempuan yang berusia 23 tahun dengan tingkat pendidikan akhir SMA, responden masih menjadi mahasiswa Universitas di Yogyakarta. Responden sudah dikaruniai 2 buah hati pada usia pernikahannya 2 tahun 9 bulan. Anak pertama berusia 22 bulan sedangkan anak kedua berusia 3 bulan.

2. Responden kedua (O)

Responden kedua (O) adalah seorang perempuan yang berusia 29 tahun dengan tingkat pendidikan akhir S1, kesibukan responden menjadi ibu rumah tangga. Usia pernikahan responden 6 tahun dan sudah dikaruniai 2 anak. Anak pertama berusia 5 tahun sedangkan anak kedua berusia 5 bulan.

Bentuk dukungan sosial yang dirasakan oleh ibu menyusui dari suami

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan, terdapat berbagai bentuk dukungan sosial yang dirasakan oleh ibu menyusui dari suami. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh beberapa tokoh, dalam dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

Dukungan emosional menurut House (Smet, 1994), mencakup ungkapan empati atau perhatian, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Penelitian yang bersangkutan mengarah kepada ibu menyusui. Responden pertama, suami memberikan perhatian pada saat responden mengalami permasalahan. Suami, mengungkapkan untuk bersabar dan jangan panik. Responden kedua, mendapatkan

semangat atau motivasi dalam proses menyusui. Hal ini sesuai dengan pengertian dari dukungan emosional menurut Tolsdorf dan Wills (Orford, 1992) yaitu tipe dukungan ini lebih mengacu pada pemberian semangat, kehangatan, cinta, kasih, dan emosi.

Dukungan penghargaan menurut House (Smet, 1994) merupakan ungkapan hormat (penghargaan) positif bagi orang itu. Responden pertama dan kedua, mengungkapkan bahwa responden jarang mendapatkan pujian namun suami responden mengungkapkan akan rasa bahagiannya kepada istri-istrinya dapat memberikan ASI kepada anak-anaknya hanya saja ungkapan itu tidak terlekasikan secara langsung. Padahal menurut Werdayanti (2013) keuntungan memberi pujian yang tepat yaitu dapat membangun percaya diri, mendorong untuk terus melakukan perilaku baik, dan ibu akan lebih mudah menerima saran berikutnya.

Dukungan instrumental menurut Selye (Hardjana, 1994) merupakan bantuan langsung seperti benda, uang, dan tenaga. Dukungan ini mempengaruhi (meningkatkan) hormon oksitosin. Menurut Roesli dan Yohmi (2013) terdapat beberapa keadaan yang dianggap dapat meningkatkan produksi hormon oksitosin, salah satunya adalah: Dukungan ayah dalam pengasuhan bayi, seperti menggendong bayi ke ibu saat akan disusui atau disendawakan, mengganti popok dan memandikan bayi, bermain, mendendangkan bayi dan membantu pekerjaan rumah tangga. Hormon oksitosin berperan untuk merangsang keluarnya ASI. Responden SR dan O, mendapatkan banyak dukungan instrumental seperti mengasuh anak pertamanya saat anak keduanya sedang menyusui, memijit pundak, membantu dalam pekerjaan rumah seperti mencuci pakaian. Menurut Werdayanti (2013) bantuan suami berupa: Menemani, menjaga dan bermain bersama anak yang lebih besar, dengan meluangkan waktu dan memberi perhatian serta manfaat pijitan ringan dipercaya dapat meredakan ketegangan otot dan menenangkan pikiran. Bila ibu dalam kondisi lelah atau stres, produksi hormone oksitosin bisa terhambat. Ujung-ujungnya menghambat proses keluarnya ASI (Candra, 2013).

Dukungan informasi menurut Selye (Hardjana, 1994) adalah pemberian dukungan seperti penjelasan, nasehat, pengarahan, dan saran. Memberi saran bukan perintah sehingga ibu dapat memutuskan untuk mencoba atau tidak. Hal ini akan membuat ibu merasa memiliki hak untuk menguasai keadaan dan dipercaya sehingga muncul lagi percaya dirinya. Hasil penelitian suami responden SR dan O, lebih banyak memberikan informasi mengenai perkembangan anak. Informasi-informasi mengenai ASI responden dapat mencari sendiri melalui *browsing* internet. Apabila dukungan tersebut tidak diberikan kepada istri maka semua rasa negatif akan berdampak pada reflek keluarnya ASI (Werdayanti, 2013).

Dampak dukungan sosial yang dirasakan oleh ibu menyusui dari suami

Manfaat dukungan sosial menurut Johnson dan Johnson (1991), terdapat beberapa salah satunya yaitu jika dihubungkan dengan pekerjaan akan meningkatkan produktivitas, kemudian meningkatkan kesejahteraan psikologi dan penyesuaian diri dengan memberikan rasa memiliki, memperjelas identitas diri, menambah harga diri serta mengurangi stres. Manfaat yang disampaikan oleh Johnson dan Johnson (1991) sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa dampak yang dirasakan responden dari dukungan sosial yang diberikan suami yaitu, ASI semakin lancar, merasakan nyaman, beban yang dihadapi berkurang dan lebih bersemangat untuk memberikan ASI pada anaknya. Kondisi tersebut, sesuai dengan yang disampaikan Werdayanti (2013), bahwa untuk memproduksi ASI ada 2 hormon salah satunya *oksitosin*. Reflek *oksitosin* sangat dipengaruhi kondisi fisik, pikiran, dan perasaan ibu. Pikiran dan perasaan positif akan menjaga kelancaran ASI. Disinilah peran seorang suami, yaitu memastikan istri tidak kelelahan, menciptakan suasana positif yang

intinya istri merasa nyaman, aman, dan tidak stres. Melihat suami ikut merawat serta bermain dengan bayi, sudah cukup bisa membuat istri senang.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil pengumpulan data melalui wawancara yang telah dilakukan, ditemukan bahwa kedua responden sama-sama mendapatkan dukungan sosial saat menyusui anaknya dari suami. Dukungan tersebut berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informasi. Dukungan emosional yang dialami oleh kedua responden yaitu mendapatkan perhatian dan motivasi dari suami. Dukungan penghargannya yaitu suami merasa bangga karena istri dapat memberikan ASI kepada anaknya. Selanjutnya dukungan instrumental yaitu mengasuh anak pertamanya saat anak keduanya sedang menyusui, memijit pundak, membantu dalam pekerjaan rumah seperti mencuci pakaian. Serta dukungan informasi yaitu memberikan informasi mengenai perkembangan anak. Informasi-informasi mengenai ASI responden mendapatkannya melalui *browsing* internet secara mandiri.

Pemberian dukungan sosial yang diberikan suami berdampak positif pada kedua responden. Dampak positif yang dirasakan oleh kedua responden yaitu ASI semakin lancar, tambah bersemangat dalam memberikan ASI kepada anaknya, merasakan kenyamanan dan beban yang dihadapi berkurang.

Saran Teoritis dalam penelitian adalah ini masih banyak kekurangan, diantaranya dalam proses wawancara responden dan *significant person* untuk tidak ditempatkan dalam satu ruangan sehingga dapat mendengarkan proses wawancara pada masing-masing agar tidak muncul *faking good*. Maka disarankan bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan wawancara di tempat yang berbeda walaupun responden dan *signifikan person* ada hubungan keluarga, emosi ataupun tidak. Selain itu diharapkan untuk menambah jumlah responden penelitian. Bagi peneliti lain yang tertarik dengan topik penelitian serupa, disarankan agar mengkaji lebih dalam mengenai teori-teori agar memperkaya kajian penelitian selanjutnya, misalnya dengan meneliti dinamika psikologis dan kondisi emosi istri yang tinggal berjauhan dengan suami masa menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N., Yusnitasari, E., & Armini, A. (2014). *Hubungan dukungan suami dengan produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Senior Kabupaten Tuban*. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga, Surabaya. Diunduh dari <http://www.google.com/journal.unair.ac.id/filerPDF/pmnoj2bf177dc35full.doc>. 2 September 2014.
- Behrman, Kliegman & Arvin, Nelson. (1996). *Ilmu kesehatan anak Nelson Vol 1 Edisi 15*. Dalam Wahab, Samik A (penterjemah). Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Candra, A. (2013). *Apa saja yang pengaruhi produksi ASI*. Diunduh dari <http://health.kompas.com/read/2013/08/17/1509498/Apa.Saja.yang.Pengaruhi.Produksi.Asi>. 18 Januari 2015.
- Chaplin, J. P. (2005). *Kamus lengkap psikologi*. Penerjemah: Kartini Kartono. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Danuatmaja, B., & Meiliasari, M. (2003). *40 Hari pasca-persalinan: Masalah dan solusinya*. Jakarta: Puspa Swara.
- Departemen Agama RI. (2007). *Al-Quran & terjemahan*. Bandung: Diponegoro.

- Gunawan, P., Nurprasetyo, D.P., Pontoh, S., Hidayat, A.R., Sudarto, A., Hidayatullah, S.,...Dhuaja, S.I. (2012). *Catatan ayahasi*. Tangerang: Buah Hati.
- Hardjana, A.M. (1994). *Stress tanpa distres: Seni mengolah stres*. Yogyakarta: Kanisius.
- Janiwarty, B., & Pieter, H.Z. (2013). *Pendidikan psikologi untuk bidan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Johnson, D.W,& Johnson, F.P. (1991). *Being together group theory and group skill* (7th ED). New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Kartono, K. (2007). *Psikologi wanita mengenal wanita sebagai ibu & nenek jilid 2*. Bandung: Penerbit Mandai Maju.
- Orford, J. (1992). *Community psychology : Theory and practice*. London: John Wiley and Sons.
- Poerwandari, E.K. (2007). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Jakarta: LPSP3.
- Rahma, L. (2011). Atribusi tentang kegagalan ASI pada Ibu Pekerja: Sebuah studi fenomenologi. *Proyeksi*, 6(1),62-70.
- Roesli, U. & Yohmi, E. (2013). *Manajemen laktasi*. Diunduh dari <http://idai.or.id/public-articles/klinik/asi/manajemen-laktasi.html>. 18 Januari 2015.
- Saebani, A. (2009). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia.
- Sari, E.P., & Rimandini, K.D., (2014). *Asuhan kebidanan masa nifas (Postnatal Care)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi*. Bandung: ALFABETA.
- Werdayanti, R. (2013). *Bapak ASI dan ibu bekerja menyusui*. Yogyakarta: Familia.