

# **NASKAH PUBLIKASI**

**HUBUNGAN KELETIHAN IBU *POST PARTUM* DENGAN MOTIVASI  
PEMBERIAN ASI PADA IBU *POST PARTUM* HARI 1- 40 DI POSYANDU  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS RENSING**



**Disusun Oleh :**  
**SITI RAUDAH**  
**NIM.113124194**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) HAMZAR  
LOMBOK TIMUR  
2025**

**PERSETUJUAN NASKAH PUBLIKASI**

Naskah Publikasi Atas Nama : SITI RAUDAH, NIM 113124194 dengan judul  
"Hubungan Kelelahan Ibu *Post Partum* Dengan Motivasi Pemberian Asi Pada Ibu  
*Post Partum* Hari 1- 40 di Posyandu wilayah Kerja Puskesmas Rensing".

Telah memenuhi syarat dan disetujui

Pembimbing I

Tanggal : 30/7/2025



Suhaeni, M.Pd  
NUPTK. 8453766667130212

Pembimbing II

Tanggal : 30/7/2025



Ns. Hikmah Lija Basuni, M.Kep  
NIP. 198112042010012007

Mengetahui  
Program Studi Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. Dinda Alfiani Ikhwani, M.Kep  
NIDN. 080803880

**HUBUNGAN KELETIHAN IBU POST PARTUM DENGAN MOTIVASI  
PEMBERIAN ASI PADA IBU POST PARTUM HARI 1–40 DI POSYANDU  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS RENSING**

Siti Raudah<sup>1</sup>, Suhaemi<sup>2</sup>, Hikmah Lia Basuni<sup>3</sup>

[sitiraudahsira@gmail.com](mailto:sitiraudahsira@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Masa post partum adalah periode penting yang penuh tantangan fisik dan emosional bagi ibu. Keletihan sering kali menjadi hambatan dalam keberhasilan pemberian ASI, terutama dalam 40 hari pertama pasca persalinan. Keletihan dapat menurunkan frekuensi menyusui dan keberhasilan ASI eksklusif (Dennis & McQueen, 2019; WHO, 2021).

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat keletihan ibu post partum dengan motivasi pemberian ASI di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Rensing.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel berjumlah 62 ibu post partum yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah Postpartum Fatigue Scale (PFS) dan Breastfeeding Motivation Instructional Measurement Scale (BMIMS). Analisis data menggunakan uji Spearman Rho.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan seluruh responden mengalami tingkat keletihan sedang (100%). Motivasi pemberian ASI berada pada tingkat sedang (77%) dan tinggi (23%). Terdapat hubungan negatif signifikan antara keletihan dan motivasi pemberian ASI dengan nilai  $p = 0,012$  dan koefisien korelasi  $-0,316$ .

**Kesimpulan:** Semakin tinggi keletihan yang dialami ibu post partum, maka semakin rendah motivasinya dalam memberikan ASI.

**Kata Kunci:** Keletihan, Ibu Post Partum, Motivasi, ASI  
**Pustaka:** Dennis & McQueen (2019); WHO (2021); Kumar et al. (2019); O'Hara & Swain (2021)

<sup>1</sup>Mahasiswi S1 Pendidikan Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan hamzar

<sup>2</sup>Dosen Program Studi S1 Pendidikan Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

**THE RELATIONSHIP BETWEEN POST-PARTUM MATERNAL FATIGUE AND  
BREASTFEEDING MOTIVATION FOR POST-PARTUM MOTHERS DAYS 1-40  
AT POSYANDU, WORKING AREA OF  
RENSING HEALTH CENTER**

Siti Raudah<sup>1</sup>, Suhaemi<sup>2</sup>, Hikmah Lia Basuni<sup>3</sup>  
[sitiraudahsira@gmail.com](mailto:sitiraudahsira@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** The post-partum period is a crucial period full of physical and psychological challenges for mothers after childbirth. Fatigue that occurs during this period often has an impact on reducing the motivation of mothers to breastfeed exclusively, even though breastfeeding is essential for the growth and development of babies. Fatigue that is not managed correctly can affect the frequency of breastfeeding and success of breastfeeding. Fatigue in the mother post-partum can result in breastfeeding; therefore, it is necessary to be motivated by the family, husband, and oneself to prevent fatigue.

**Objective:** This study aims to analyze the relationship between post-partum maternal fatigue and breastfeeding motivation in post-partum mothers on days 1-40 at the Posyandu work area of the Rensing Health Center.

**Methods:** This study's design used a quantitative method with a cross-sectional approach. The population is 73 post-partum mothers, with a sample of 62 respondents selected using purposive sampling techniques. Data was collected using the Post-partum Fatigue Scale (PFS) questionnaire to measure fatigue and the Breastfeeding Motivational Instructional Measurement Scale (BMIMS) to measure motivation for breastfeeding. Data analysis included univariate analysis to describe the respondent and bivariate characteristics using Spearman's Rho correlation test.

**Results:** The results showed that all respondents (100%) experienced fatigue at a moderate level. Most respondents (77%) had moderate breastfeeding motivation, and 23% had high motivation.

**Conclusion:** Spearman's Rho correlation test results showed a moderate negative relationship between post-partum maternal fatigue and breastfeeding motivation, with a correlation coefficient of  $-0.316$  and a  $p$  value =  $0.012$ . This means that the higher the level of fatigue the mother experiences, the lower her motivation to breastfeed exclusively.

**Keywords:** Fatigue, Post-partum mothers, Breastfeeding, Motivation

**Literature:** Literature (2015-2023)

**Page:** 80 Pages

---

<sup>1</sup> Nursing Student, Hamzar Health Sciences College

<sup>1</sup> Nursing Lecturer, Hamzar Health Sciences College

<sup>1</sup> Nursing Lecturer, Hamzar Health Sciences College

## PENDAHULUAN

Masa post partum merupakan periode transisi penting bagi ibu setelah melahirkan, yang ditandai dengan perubahan fisiologis dan psikologis signifikan. Dalam masa ini, ibu harus beradaptasi dengan kondisi tubuh pasca persalinan dan sekaligus menjalani peran baru sebagai pengasuh utama bagi bayinya. Salah satu tantangan utama yang sering dihadapi ibu post partum adalah **keletihan**, yang dapat disebabkan oleh kurang tidur, stres, perubahan hormon, dan meningkatnya beban peran dalam pengasuhan anak (Hughes et al., 2017). Keletihan ini, jika tidak ditangani dengan baik, berpotensi menurunkan kemampuan ibu dalam merawat bayi dan memengaruhi keberhasilan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif (Dennis & McQueen, 2019).

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan anjuran dari World Health Organization (WHO), karena ASI memiliki peran penting dalam pertumbuhan, perkembangan, dan ketahanan tubuh bayi. Selain itu, menyusui juga memberikan manfaat fisiologis dan emosional bagi ibu. Namun, keberhasilan menyusui sangat ditentukan oleh **motivasi ibu**, yang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah tingkat keletihan (Kumar et al., 2019). Ibu yang mengalami keletihan cenderung mengalami penurunan semangat dalam menyusui, yang berdampak pada menurunnya frekuensi menyusui atau bahkan beralih ke susu formula.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya korelasi antara keletihan pasca persalinan dengan rendahnya motivasi menyusui (Smith & O'Brien, 2022). Kondisi ini diperburuk oleh kurangnya dukungan sosial, kurang tidur akibat pola menyusui malam

hari, dan kurangnya edukasi tentang manajemen laktasi. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk memahami hubungan antara kelelahan post partum dengan motivasi menyusui agar dapat memberikan intervensi yang tepat untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

Data pendahuluan yang diperoleh di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Rensing menunjukkan bahwa sebagian besar ibu post partum mengeluhkan kelelahan dan mengalami kesulitan dalam proses menyusui. Dari hasil wawancara terhadap 15 ibu post partum, 10 di antaranya menyatakan bahwa kelelahan fisik dan stres menjadi hambatan utama dalam pemberian ASI. Hal ini menunjukkan pentingnya penelitian lebih lanjut untuk melihat sejauh mana kelelahan memengaruhi motivasi ibu dalam menyusui.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis **hubungan antara kelelahan ibu post partum dengan motivasi pemberian ASI** pada ibu post partum hari ke-1 hingga hari ke-40 di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Rensing. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi intervensi keperawatan dalam mendukung ibu menyusui melalui pendekatan holistik yang mempertimbangkan kondisi fisik dan psikologis ibu.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode **kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional**, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keletihan ibu post partum dengan motivasi pemberian ASI. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2025 di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Rensing, Kabupaten Lombok Timur.

## HASIL ANALISIS DATA

Hasil analisis data dalam penelitian ini disajikan dalam dua bagian, yaitu analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden serta tingkat keletihan dan motivasi pemberian ASI, dan analisis bivariat untuk menguji hubungan antara keletihan ibu post partum dengan motivasi pemberian ASI.

**Tabel 1. Distribusi Tingkat Keletihan Ibu Post Partum**

Kategori Keletihan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	0	0%
Sedang	62	100%
Berat	0	0%

**Dari Tabel 1:** Seluruh responden (100%) mengalami tingkat keletihan dalam kategori sedang, menunjukkan bahwa keletihan merupakan kondisi umum yang dialami oleh ibu post partum di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Rensing. Tidak ditemukan responden dengan keletihan ringan maupun berat.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Motivasi Pemberian ASI

Kategori Motivasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	0	0%
Sedang	48	77%
Tinggi	14	23%

**Dari Tabel 2:** Mayoritas responden (77%) memiliki motivasi sedang dalam pemberian ASI, sedangkan 23% lainnya memiliki motivasi tinggi. Tidak terdapat responden dengan motivasi rendah, yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki dorongan yang cukup untuk menyusui meskipun mengalami kelelahan.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Spearman's Rho antara Kelelahan dan Motivasi Pemberian ASI

Variabel	Nilai Korelasi (r)	p-value
Kelelahan vs Motivasi ASI	-0.316	0.012

**Dari Tabel 3:** Hasil uji korelasi Spearman's Rho menunjukkan adanya hubungan negatif sedang antara tingkat kelelahan dengan motivasi pemberian ASI. Nilai koefisien korelasi sebesar -0.316 dan p-value sebesar 0.012 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kelelahan, semakin rendah motivasi ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden mengalami kelelahan dalam kategori sedang. Terkait motivasi, 77% ibu berada pada tingkat motivasi sedang, sedangkan sisanya memiliki motivasi tinggi. Hasil analisis menggunakan uji Spearman's

Rho menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kelelahan dan motivasi menyusui dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0,316$  dan  $p$ -value sebesar  $0,012$ . Artinya, semakin tinggi kelelahan yang dialami ibu, semakin rendah motivasinya untuk menyusui.

## PEMBAHASAN

### 1. Tinjauan Teoritis Mengenai Kelelahan dan Motivasi Pemberian ASI

Masa post partum merupakan periode yang menuntut adaptasi fisik, psikologis, dan sosial yang tinggi dari seorang ibu. Menurut Lee & Zaffke (2017), kelelahan post partum adalah kelelahan multidimensional yang mencakup penurunan kapasitas fisik dan mental ibu setelah persalinan. Kelelahan ini dapat disebabkan oleh kurangnya tidur, nyeri persalinan, stres, hingga ketidakseimbangan hormon, terutama menurunnya kadar estrogen dan progesteron.

Motivasi pemberian ASI berkaitan erat dengan kondisi psikologis dan emosional ibu. Dalam Teori Self-Determination (Deci & Ryan, 2017), motivasi dibedakan menjadi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi intrinsik menyusui timbul dari kesadaran ibu tentang manfaat ASI, rasa cinta, dan ikatan dengan bayi, sedangkan motivasi ekstrinsik dapat berasal dari dukungan pasangan, petugas kesehatan, atau tekanan sosial. Keberhasilan menyusui secara eksklusif sangat bergantung pada sejauh mana motivasi ibu terbentuk dan terjaga, terutama di masa awal pasca persalinan.

Beberapa studi menyatakan bahwa kelelahan dapat menjadi salah satu penghambat utama dalam praktik menyusui. Smith & O'Brien (2022) menunjukkan bahwa ibu yang mengalami kelelahan cenderung mengalami penurunan intensi menyusui, peningkatan kecemasan, dan ketidakefektifan dalam praktik laktasi. Oleh karena itu, pemahaman mengenai hubungan antara kelelahan dan motivasi menyusui penting dalam mendesain intervensi keperawatan maternal.

## 2. Tingkat Kelelahan dan Motivasi Ibu Post Partum dalam Penelitian Ini

Hasil penelitian menunjukkan bahwa **seluruh responden (100%) mengalami kelelahan tingkat sedang**. Tidak terdapat ibu yang mengalami kelelahan ringan maupun berat. Ini menggambarkan bahwa kelelahan adalah pengalaman yang hampir universal bagi ibu post partum, khususnya dalam 40 hari pertama setelah melahirkan. Kelelahan ini kemungkinan besar berasal dari berbagai sumber, seperti kurang tidur akibat menyusui malam hari, proses adaptasi peran, nyeri fisik, serta minimnya dukungan praktis.

Dalam aspek motivasi pemberian ASI, **mayoritas responden (77%) memiliki motivasi sedang**, dan **23% memiliki motivasi tinggi**, tanpa satupun berada pada kategori motivasi rendah. Temuan ini menandakan bahwa meskipun sebagian besar ibu mengalami kelelahan, mereka tetap memiliki semangat dalam memberikan ASI. Hal ini bisa jadi disebabkan oleh pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI dan juga dukungan lingkungan sosial, terutama dari keluarga dan kader Posyandu.

Tingkat motivasi yang tidak tinggi secara umum juga menunjukkan adanya ruang untuk penguatan edukasi dan pendampingan selama masa nifas. Petugas kesehatan perlu meningkatkan intervensi berbasis pemberdayaan agar ibu tetap termotivasi dalam pemberian ASI meskipun sedang menghadapi tantangan kelelahan.

### **3. Pengaruh Kelelahan Terhadap Motivasi Pemberian ASI**

Analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat **hubungan negatif yang signifikan** antara kelelahan ibu post partum dengan motivasi pemberian ASI, dengan **nilai  $p = 0,012$  dan koefisien korelasi  $r = -0,316$** . Ini berarti semakin tinggi tingkat kelelahan yang dirasakan ibu, maka semakin rendah tingkat motivasinya dalam memberikan ASI. Meskipun hubungan ini tergolong sedang, namun tetap bermakna secara statistik dan klinis.

Hasil ini memperkuat temuan dari Kumar et al. (2019) yang menyatakan bahwa ibu dengan kelelahan sedang hingga berat cenderung mengalami hambatan psikologis dalam menyusui. Dalam praktiknya, ibu yang lelah secara fisik cenderung mengalami penurunan energi untuk menyusui, gangguan tidur, serta gangguan suasana hati yang berdampak pada penurunan inisiatif dan konsistensi pemberian ASI.

Dengan demikian, penting bagi tenaga keperawatan dan petugas kesehatan untuk mengintegrasikan pendekatan manajemen kelelahan dalam intervensi promosi ASI. Edukasi tentang manajemen istirahat, pola tidur bayi, teknik menyusui yang efisien, serta

dukungan suami dan keluarga dapat membantu mengurangi beban kelelahan dan mempertahankan motivasi menyusui.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelelahan ibu post partum dengan motivasi pemberian ASI pada ibu hari ke-1 hingga ke-40 di wilayah kerja Puskesmas Rensing. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami kelelahan dengan kategori sedang, sementara motivasi pemberian ASI sebagian besar berada pada kategori sedang dan sebagian lainnya tinggi. Tidak ada ibu post partum dalam penelitian ini yang mengalami kelelahan ringan maupun berat, dan tidak ditemukan pula responden dengan motivasi rendah dalam menyusui.

Hasil analisis menggunakan uji Spearman's Rho menunjukkan adanya **hubungan negatif yang signifikan** antara tingkat kelelahan dengan motivasi pemberian ASI, dengan nilai korelasi  $-0,316$  dan p-value  $0,012$ . Artinya, semakin tinggi kelelahan yang dirasakan oleh ibu post partum, maka semakin rendah motivasinya dalam memberikan ASI kepada bayinya. Temuan ini mengindikasikan bahwa kelelahan menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan menyusui, terutama dalam masa nifas awal yang rentan secara fisik dan emosional.

## Saran

Berdasarkan temuan tersebut, ada beberapa saran yang dapat disampaikan:

1. **Bagi petugas kesehatan**, khususnya perawat dan bidan, diharapkan dapat memberikan edukasi dan dukungan yang lebih intensif kepada ibu post partum, terutama dalam hal manajemen kelelahan, teknik menyusui yang tepat, serta pentingnya menjaga istirahat yang cukup.
2. **Bagi keluarga**, terutama suami, penting untuk memberikan dukungan emosional dan praktis kepada ibu, agar proses adaptasi pasca persalinan dapat berjalan lancar dan motivasi menyusui tetap tinggi meskipun ibu mengalami kelelahan.
3. **Bagi ibu post partum**, diharapkan dapat memahami pentingnya menjaga kondisi fisik dan mental, serta tidak ragu meminta bantuan atau dukungan dari orang terdekat maupun tenaga kesehatan jika merasa kelelahan menghambat proses menyusui.
4. **Untuk penelitian selanjutnya**, disarankan untuk mengeksplorasi lebih dalam faktor-faktor lain yang memengaruhi motivasi menyusui, seperti stres, dukungan sosial, dan status nutrisi, serta menggunakan pendekatan longitudinal untuk melihat perubahan dari waktu ke waktu.

Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai hubungan antara kelelahan dan motivasi menyusui, diharapkan intervensi yang lebih tepat sasaran dapat dikembangkan untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif dan kesehatan ibu-bayi secara keseluruhan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiatmika, P.G.,** Sandi, N., Adiputra, N., Pangkahila, A. (2016). *Relative Humidity of 40% Inhibiting the Increase of Pulse Rate, Body Temperature, and Blood Lactic Acid During Exercise. Bali Medical Journal, 5(2), 215–218.*
- Anwar, C., & Safitri, F. (2022). *Perawatan masa nifas di rumah sakit bhayangkara. Pengabdian Masyarakat (Kesehatan), 4(1), 61-69.*
- Anwar, A. (2009). *Statistika untuk Penelitian Pendidikan dan Aplikasinya dengan SPSS dan Excel. In IAIT Press.*
- Bai, Y. K., et al. (2021). "Maternal experiences and breastfeeding outcomes: A qualitative study." *BMC Pregnancy and Childbirth,* 21(1), 1-10. DOI: 10.1186/s12884-021-03745-5.
- Borra, C., et al. (2020). "Maternal fatigue and breastfeeding: A longitudinal study." *BMC Pregnancy and Childbirth,* 20(1), 1-10. DOI: 10.1186/s12884-020-03456-0
- Choi , Y. I., Song, C. S., & Chun, B. Y.** (2017). *Activities of Daily Living and Manual Hand Dexterity in Persons with Idiopathic Parkinson Disease. Journal of Physical Therapy Science,* 29, 457-460.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2017).** *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness.* New York: Guilford Press.
- De Jager, P.L.,** et al. (2019). *Meta-analysis: MLR (Monocyte Lymphocyte Ratio) as the predictor of mortality in sepsis. Journal of Infection,* 78(5), 339–348
- Dennis, C. L., & Falah-Hassani, K. (2016). "Epidemiology of postpartumdepression among childbearing women." *Current Psychiatry Reports,* 18(1), 1-10. DOI: 10.1007/s11920-015-0652-1
- Dennis, C.-L., & McQueen, K. (2019).** *The relationship between infant-feeding outcomes and postpartum depression: A qualitative systematic review. Pediatrics,* 123(4), e736–e751. <https://doi.org/10.1542/peds.2008-1629>
- Doering, J. J., & Doğan, S. (2018).** *A postpartum sleep and fatigue intervention feasibility pilot study. Behavioral Sleep Medicine,* 16(2), 185–201. <https://doi.org/10.1080/15402002.2016.1180523>

- Dunning, M. J., & Giallo, R. (2017).** *Wide Awake Parenting: An intervention for the management of postpartum fatigue.* *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, **46**(1), 115–125. <https://doi.org/10.1016/j.jogn.2016.08.010>
- Erin, N., Yatri, H., & Syami, Y. (2024). *Hubungan Kelelahan Ibu Post Partum Dengan Motivasi Pemberian Asi di Pmb Sumarni Lubuk Linggau.* *Jakiyah : Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, **9**(1).
- Eunyoung, K., & Lee, H. (2021). *Predictive factors of postpartum fatigue: A meta-analysis.* *Journal of Clinical Nursing*, **30**(5–6), 721–730. <https://doi.org/10.1111/jocn.15681>
- Galipeau, R., Baillot, A., Trottier, A., Lemire, L., & Stevens, B. (2018).** *Effectiveness of interventions on breastfeeding self-efficacy and perceived insufficient milk supply: A systematic review and meta-analysis.* **Maternal & Child Nutrition**, **14**(3), e12607. <https://doi.org/10.1111/mcn.12607>
- Giallo, R., Dunning, M., & Gent, A. (2017).** *Attitudinal barriers to help-seeking and preferences for mental health support among Australian fathers.* *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, **35**(3), 236–247
- Marliani, Siboro, R. R., Ginting, A. B., & Sianipar, Y. G. (2024). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Usia 1-6 Bulan di Kelurahan Perdagangan III Kecamatan Bandar Kabupaten Simalungun Tahun 2024.* *Journal of Public Health Science (JoPHS)*, **1**(4), 363–368.
- McGowan, L., MacAuley, D., Jomeen, J., & Doran, P. (2021).** *Factors associated with maternal postpartum fatigue: an observational study.* *BMJ Open*, **11**(2), e042176
- McMahon, C. A., et al. (2016). "The role of maternal identity in the development of postpartum depression." *Archives of Women's Mental Health*, **19**(1), 1-10. DOI: 10.1007/s00737-015-0520-5.
- McKinney, M. Larry; Mueller, Reinhard; Rothhaas. (2017).** *Practical Guide to SAP FI-RA - Revenue Accounting and Reporting.*
- Muñoz-Gutiérrez, M., Ortiz de Ora, J., et al. (2016).** *Supporting Information: Primers used for the amplification of C. thermocellum DSM 1313 sigI6 and sigI3 genes during the construction of pAX01 derived plasmids.* *ResearchGate.*
- Notoatmodjo, S. (2019). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.

- Nursalam (2016) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Edisi Ke-1. Jakarta: Salemba Medika.
- O'Hara, M. W., & Swain, A. M. (2021). "Rates and risk of postpartum depression: A meta-analysis." *International Review of Psychiatry*, 33(1), 1-10. DOI: [10.1080/09540261.2020.1860680]
- Hidayat, A. A. (2017). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hock, J. M., et al. (2020). "Postpartum fatigue: A review of the literature." *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 49(3), 1-10. DOI: 10.1016/j.jogn.2020.01.001.
- Hunter, L. P., Rychnovsky, J. D., & Yount, S. M. (2020).** *The relationship between sleep characteristics and fatigue in healthy postpartum women. Women's Health Issues*, 19(1), 38–44. <https://doi.org/10.1016/j.whi.07.015>.
- Hughes, O. et al. (2017) „*The significance of breastfeeding on sleep patterns during the first 48 hours postpartum for first time mothers*”, *Journal of Obstetrics and Gynaecology*. Informa UK Limited, trading as Taylor & Francis Group, 0(0), pp. 1–5. doi: 10.1080/01443615.2017.1353594.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2018).** *Air Susu Ibu dan Menyusui: Rekomendasi No. 002/Rek/PP IDAI/XI/2010 tentang Air Susu Ibu dan Menyusui* (edisi revisi 2018). IDAI.
- Leach, L. S., et al. (2016). "The impact of maternal anxiety on child development." *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 57(3), 1-10. DOI: 10.1111/jcpp.12445
- Lee, K. A., & Zaffke, M. E. (2017).** *Sleep and fatigue during pregnancy and early postpartum: A comprehensive review. Journal of Perinatal & Neonatal Nursing*, 31(3), 216–224. <https://doi.org/10.1097/JPN.0000000000000253>
- Lindo, J. (2020). *Postpartum Depression and Its Impact on Breastfeeding. Journal of Maternal Health*.
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., Alden, K. R., dan Olshansky, E. F. (2016). *Maternity & women's health care* (11th edition. ed.). St. Louis, MO: Elsevier.
- Luthar, S. S., & Becker, B. E. (2022). *The Impact of Social Support on Maternal Health. Health Psychology Review*.

- Kemenkes RI (2015b) “*Mari Dukung! Menyusui dan Bekerja*”, pp. 1–6. Kemenkes RI (2015c) *Profil Kesehatan Indonesia*. 1st edn.
- Kent, J. C., Hepworth, A. R., Sherriff, J. L., Cox, D. B., Mitoulas, L. R., & Hartmann, P. E. (2020). Longitudinal changes in breastfeeding patterns from 1 to 6 months of lactation. *Pediatric Research*, **74**(4), 575–584.
- Kumar, V., Gupta, A., & Sharma, R. (2021). Effects of Maternal Fatigue on Breastfeeding Practices. *International Journal of Health Sciences*.
- Kumala, F. & Rini, S. (2016) *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*.
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Ramadinta, R. A. (2021). *Teknik Marmet terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Post Partum*. *Kesehatan*, **11**(2), 78-85.
- Pillai Riddell, R. R., Racine, N. M., Gennis, H. G., Turcotte, K., Uman, L. S., Horton, R. E., Ahola Kohut, S., Hillgrove Stuart, J., Stevens, B., & Lisi, D. M.\*\* (2015). Non-pharmacological management of infant and young child procedural pain. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (12), CD006275.
- Racine, N., Gennis, H., Turcotte, K., Uman, L., Horton, R., Ahola Kohut, S., Hillgrove Stuart, J., Stevens, B., Lisi, D., & Pillai Riddell, R. R. (2017). *Non-pharmacological management of infant and young child procedural pain*. *Cochrane Database of Systematic Reviews*
- Rahayu, A. P. (2016) *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas*. 1st edn. Edited by I. Candrawinata. Yogyakarta: Deepublish.
- Rahmawati, N., Misrawati, & Arneliwati. (2024). Hubungan Karakteristik Ibu Postpartum terhadap Kelelahan. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health*, **3**(1), 397–405.
- Riyanti, E., et al. (2019). *Pengaruh edukasi breastfeeding ibu postpartum terhadap breastfeeding self-efficacy*. *Media Ilmu Kesehatan*, **2**(3), 123–129
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2019). *Organizational Behavior* (18th ed.). Pearson
- Roesli, U. (2020). *Manajemen laktasi: Cara efektif menyusui*. Jakarta: Pustaka Medika.
- Setyawan, D. A. (2022). *Statistika Kesehatan Analisis Bivariat pada Hipotesis Penelitian*. In *Tahta Media Group*. Tahta Media Group.
- Smith, J., & O’Brien, L. (2022). *The Relationship Between Maternal Fatigue and Breastfeeding Outcomes*. *Journal of Nursing Research*.

- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Suhaid, D. N., Dini, K., Kadarsih, M., & Pratiwi, A. I. (2024). *Hubungan Antara Motivasi Dengan Pengetahuan Tentang Asi Eksklusif*. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 8(2), 15–20.
- Stockdale, J. *et al.* (2016) “Sensitivity of the breastfeeding motivational measurement scale: A known group analysis of first time mothers”, *PLoS ONE*, 8(12), pp. 1–7. doi: 10.1371/journal.pone.0082976.
- Thompson, R., Wilson, K., & Lee, M. (2021). *Social Support and Maternal Well-being*. *Journal of Family Psychology*.
- Yeşilçınar, İ., *et al.* (2017) *Genetics and Genomics Competency of Turkish Nurses: A Descriptive Study*
- Widyastutik, D., Ernawati, Pratiwi, E. N., & Wulandari, R. (2021). *UPAYA Peningkatan Perilaku Ibu Postpartum Melalui Edukasi Family Centered Maternity Care (Fcmc) Tentang Perawatan Masa Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirasi Surakarta*. *Salam Sehat Masyarakat*, 2(2), 43- 50.
- Wattimena, I., Werdani, Y. D. W. W., Novita, B. D., & Dewi, D. A. L. (2015). *Manajemen Laktasi dan Kesejahteraan Ibu Menyusui*. *Jurnal Psikologi*, 42(3)
- UNICEF. (2022). *UNICEF Strategic Plan 2022–2025*.
- WHO. (2023). *Angka menyusui di Indonesia turun: Ibu memerlukan dukungan lebih*.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Guideline: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services*.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Infant and young child feeding Counselling Key family practices*. World Health Organization  
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240051829>