



HUBUNGAN KESIAPAN PSIKOLOGIS IBU MUDA DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS LECES KABUPATEN PROBOLINGGO

Ida Uriyanti¹ Yessy Nur Endah² Iis Hanifah³

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo, Indonesia

Email Korespondensi: uriyanti84@gmail.com

ABSTRAK

Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif masih menjadi permasalahan kesehatan ibu dan anak. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah kesiapan psikologis ibu, khususnya pada ibu muda yang masih beradaptasi dengan perubahan emosional dan peran sebagai ibu. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kesiapan psikologis ibu muda dengan pemberian ASI eksklusif serta memberikan informasi sebagai dasar penguatan edukasi dan dukungan bagi ibu menyusui. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah ibu muda yang memiliki bayi usia 6–12 bulan di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces Kabupaten Probolinggo. Sampel berjumlah 40 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner. Kesiapan psikologis diukur menggunakan Breastfeeding Self-Efficacy Scale–Short Form (BSES-SF). Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan nilai $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memberikan ASI eksklusif sebanyak 24 responden (60,0%), sedangkan 16 responden (40,0%) memberikan ASI eksklusif. Kesiapan psikologis ibu terbagi sama antara kategori siap dan tidak siap (masing-masing 50,0%). Hasil uji menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara kesiapan psikologis ibu muda dengan pemberian ASI eksklusif ($p=0,000$; Phi/Cramer's $V=0,766$). Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kesiapan psikologis berhubungan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu muda. Penguatan edukasi dan dukungan psikososial direkomendasikan untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Kata Kunci : Kesiapan Psikologi, Ibu Muda, Asi Eksklusif, Self-Efficacy

ABSTRACT

Low exclusive breastfeeding coverage remains a maternal and child health concern. One factor that may influence exclusive breastfeeding success is maternal psychological readiness, particularly among young mothers who are adapting to emotional changes and maternal roles. Based on this condition, this study was conducted to analyze the correlation between young mothers' psychological readiness and exclusive breastfeeding and to provide information for strengthening educational and support interventions for breastfeeding mothers. This study used a quantitative correlational analytic design with a cross-sectional

approach. The population consisted of young mothers with infants aged 6–12 months in the working area of UPT Puskesmas Leces, Probolinggo Regency. A total of 40 respondents were selected using total sampling. Data were collected using questionnaires. Psychological readiness was measured using the Breastfeeding Self-Efficacy Scale–Short Form (BSES-SF). Data were analyzed using the Chi-Square test with $\alpha=0.05$. The results showed that most respondents did not practice exclusive breastfeeding (24 respondents; 60.0%), while 16 respondents (40.0%) provided exclusive breastfeedid. Psychological readiness was equally distributed between the ready and not-ready categories (50.0% each). Statistical analysis showed a significant and strong relationship between psychological readiness and exclusive breastfeeding ($p=0.000$; Phi/Cramer's $V=0.766$). In conclusion, psychological readiness is correlated with successful exclusive breastfeeding among young mothers. Educational and psychosocial support interventions are recommended to improve exclusive breastfeeding outcomes.

Keywords: psychological readiness, young mothers, exclusive breastfeeding, self efficacy

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan alami terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang lengkap, antibodi, serta faktor pertumbuhan yang sangat dibutuhkan pada masa awal kehidupan. *World Health Organization (WHO)* dan *United Nations Children's Fund (UNICEF)* merekomendasikan pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi karena terbukti mampu menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi serta mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal (*Organization, 2024*).

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik ibu, tetapi juga kesiapan psikologis. Kesiapan psikologis ibu menyusui meliputi kesiapan mental, kestabilan emosi, motivasi, serta kepercayaan diri dalam menjalankan peran sebagai ibu. Ibu dengan kesiapan psikologis yang baik cenderung mampu mempertahankan pemberian ASI eksklusif meskipun menghadapi berbagai tantangan selama masa menyusui. Sebaliknya, ibu dengan kesiapan psikologis yang kurang optimal berisiko lebih tinggi menghentikan pemberian ASI eksklusif sebelum bayi berusia enam bulan.

Usia ibu saat melahirkan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesiapan psikologis tersebut. Ibu yang melahirkan pada usia muda (<20 tahun) masih berada pada tahap perkembangan psikologis remaja akhir, sehingga secara emosional dan mental belum sepenuhnya matang. Kondisi ini dapat menimbulkan rasa cemas, ketidakpercayaan diri, serta ketergantungan pada lingkungan sekitar dalam pengambilan keputusan, termasuk keputusan terkait pemberian ASI eksklusif.

Berdasarkan laporan WHO tahun 2024, cakupan ASI eksklusif global masih berada di bawah target 50%. Di Indonesia, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2024 menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif belum mencapai target nasional sebesar 80% dan masih menunjukkan variasi antar wilayah. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa faktor usia ibu dan kesiapan psikologis merupakan determinan penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Indonesia, 2024c).

Di tingkat provinsi, cakupan pemberian ASI Eksklusif di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2024 mencapai sekitar 78,8% namun masih belum merata dan berada dibawah target nasional 80% serta menunjukkan variasi antar wilayah. Beberapa daerah seperti Kabupaten Bojonegoro justru mencatat capaian tinggi hingga 93%, menunjukkan adanya disparitas capaian masing-masing kabupaten/kota (*vnnmedia.co.id*). Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2024 menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif masih menghadapi berbagai kendala, khususnya pada kelompok ibu usia muda. Kabupaten Probolinggo

merupakan salah satu wilayah yang masih dijumpai kasus kehamilan dan persalinan pada usia muda, sehingga berpotensi memengaruhi kesiapan psikologis ibu dalam pemberian ASI eksklusif (Timur, 2024).

Di tingkat pelayanan dasar, berdasarkan data kinerja UPT Puskesmas Leces tahun 2025 diketahui bahwa dari 453 bayi sasaran, sebanyak 296 bayi mendapatkan ASI eksklusif, dengan cakupan sebesar 65,3%. Angka ini masih berada di bawah target yang ditetapkan dan menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces belum optimal, terutama pada kelompok ibu usia muda.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan November – Desember tahun 2025 di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces melalui wawancara terhadap 10 ibu menyusui usia muda (<20 tahun) menunjukkan bahwa sebagian ibu mengalami keraguan dalam pemberian ASI eksklusif. Dari hasil wawancara tersebut, 5 ibu menyatakan belum memahami pentingnya kesiapan psikologis dalam keberhasilan menyusui, merasa cemas ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi, serta mudah terpengaruh oleh anjuran pemberian susu formula dari lingkungan sekitar. Sedangkan 5 ibu lainnya menyatakan kalau ASInya tidak keluar.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kesiapan psikologis ibu dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Penelitian oleh Pratiwi dan Handayani (2020) dalam Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak menemukan bahwa ibu dengan kesiapan psikologis rendah, yang ditandai dengan tingkat kecemasan tinggi, kurangnya kepercayaan diri, serta minimnya dukungan emosional, memiliki risiko lebih besar untuk tidak memberikan ASI eksklusif hingga bayi berusia enam bulan. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada penggunaan variabel kesiapan psikologis ibu dan praktik pemberian ASI eksklusif, sedangkan perbedaannya adalah penelitian Pratiwi dan Handayani tidak secara khusus memfokuskan pada kelompok ibu usia muda (<20 tahun).

Penelitian selanjutnya oleh Sari, Widyarningsih, dan Lestari (2021) yang dipublikasikan dalam Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi mengkaji hubungan usia ibu dengan kesiapan psikologis dalam menyusui. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan usia lebih matang (>20 tahun) memiliki kesiapan psikologis yang lebih baik dibandingkan ibu usia muda. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada kajian faktor usia ibu dan aspek psikologis dalam menyusui, sedangkan perbedaannya adalah penelitian Sari et al. belum secara spesifik menghubungkan kesiapan psikologis tersebut dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Penelitian lain oleh Rahmawati, Nurhayati, dan Putri (2022) dalam Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat menyatakan bahwa kematangan usia dan kondisi psikologis ibu berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri dan keberhasilan menyusui. Ibu yang memiliki kesiapan mental dan emosional yang baik cenderung lebih konsisten dalam memberikan ASI eksklusif. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Rahmawati et al. terletak pada penekanan aspek psikologis ibu dalam keberhasilan menyusui, sedangkan perbedaannya adalah penelitian tersebut tidak dilakukan secara khusus pada kelompok ibu usia muda dan tidak berfokus pada wilayah kerja Puskesmas.

Berdasarkan ketiga penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesiapan psikologis dan usia ibu merupakan determinan penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Namun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan kesiapan psikologis ibu usia muda (<20 tahun) dengan pemberian ASI eksklusif pada tingkat pelayanan kesehatan primer, khususnya di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan sebagai upaya pengembangan dan pelengkap terhadap penelitian-penelitian sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah ibu muda yang memiliki bayi usia 6–12 bulan di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces Kabupaten Probolinggo. Sampel berjumlah 40 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner. Kesiapan psikologis diukur menggunakan Breastfeeding Self-Efficacy Scale–Short Form (BSES-SF). Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan nilai $\alpha=0,05$.

PEMBAHASAN

Tabel 1: Data umum meliputi pendidikan terakhir dan pekerjaan responden. Data khusus meliputi kesiapan psikologis ibu muda dan pemberian ASI eksklusif yaitu sebagai berikut

Usia Ibu (tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<18	12	30,0
18-20	28	70,0
Total	40	100,0
Pendidikan Terakhir	Frekuensi (F)	Presentase (%)
SD	8	20
SMP	19	47,5
SMA	13	32,5
Diploma/Sarjana	0	0
Total	40	100,0
Usia Bayi (Bulan)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
6 Bulan	4	10,0
7 Bulan	6	15,0
8 Bulan	9	22,5
9 Bulan	6	15,0
10 Bulan	7	17,5
11 Bulan	1	2,5
12 Bulan	7	17,5
Total	40	100,0

Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juni 2026

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 sebagian besar responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 18-20 tahun dengan presentase 70%, sehingga kelompok usia tersebut mendominasi karakteristik responden. menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki pendidikan terakhir SMP yaitu sebanyak 47,5%. bahwa sebagian besar responden mempunyai bayi berusia 8 bulan yaitu sebanyak 22,5%.

Tabel 2. Tabulasi silang Hubungan Kesiapan Psikologis Ibu Muda dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Leces Kabupaten Probolinggo Tahun 2026

Kesiapan Psikologis	Tidak ASI Eksklusif		ASI Eksklusif		Total	
	f	%	f	%	f	%
Tidak Siap	20	50	0	0	20	50
Siap	4	10	16	40	20	50
Total	24	60	16	40	40	100

Sumber : Data Primer Penelitian Bulan Juni 2026

Berdasarkan table 2 menunjukkan bahwa hampir setengah responden dengan kesiapan psikologis tidak siap tidak memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 50%. Sedangkan hampir setengah responden yang memiliki kesiapan psikologis siap memberika Asi eksklusif yaitu sebanyak 40%.

Tabel 3. Hasil Uji Chi-Square Hubungan Kesiapan Psikologis Ibu Muda dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Leces Kabupaten Probolinggo Tahun 2026

Uji Statistik	Nilai
Pearson Chi-Square	23,438
df	1
Asymp. Sig. (2-sided)	0,000
Phi	0,766
Cramer's V	0,766

Sumber : Data Primer Penelitian Bulan Juni 2026

PEMBAHASAN

Kesiapan Psikologis Ibu Muda

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 5.3 menunjukkan bahwa setengah responden memiliki kesiapan psikologis siap yaitu sebanyak 50,0% (20 responden) dan setengah responden lainnya memiliki kesiapan psikologis tidak siap yaitu sebanyak 50,0% (20 responden).

Kesiapan psikologis merupakan kondisi mental dan emosional individu yang mencerminkan kesiapan emosional, motivasi, serta kepercayaan diri dalam menjalankan suatu peran tertentu. Dalam konteks perilaku kesehatan, kesiapan psikologis berkaitan erat dengan konsep *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai hasil yang diharapkan (Schwarzer & Warner, 2021). Dalam konteks menyusui, kesiapan psikologis berkaitan erat dengan *maternal self-efficacy* atau keyakinan ibu terhadap kemampuan dirinya dalam memberikan ASI secara optimal (Rashidi et al., 2024). Istilah ini sering dikaitkan dengan konsep *maternal self-efficacy*, yaitu keyakinan pribadi ibu terhadap kemampuannya menyusui (Rashidi, 2024). Studi ulasan terbaru melaporkan bahwa persepsi ibu terhadap kemampuan menyusui (*self-efficacy*) secara signifikan berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif hingga usia

enam bulan (Rashidi, 2024). Temuan ini menegaskan bahwa kesiapan psikologis bukan sekadar kesiapan mental tetapi juga keyakinan diri dalam praktik nyata menyusui.

Menurut peneliti, kesiapan psikologis ibu muda dipengaruhi oleh kesiapan emosional, motivasi, pengalaman, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan. Ibu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan menyusui cenderung lebih siap dalam menjalankan perannya sebagai ibu menyusui.

Pemberian ASI Eksklusif

Berdasarkan Tabel 5.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 60,0% (24 responden).

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir hingga usia enam bulan tanpa tambahan makanan atau minuman lain kecuali obat, vitamin, dan mineral sesuai indikasi medis (WHO, 2024). Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan ibu, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, pendidikan, pekerjaan, dan kesiapan psikologis ibu (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Menurut peneliti, masih tingginya ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif dapat dipengaruhi oleh rendahnya keyakinan ibu terhadap kecukupan ASI, kecemasan selama menyusui, serta pengaruh lingkungan yang mendorong pemberian susu formula sebelum bayi berusia enam bulan.

Hubungan Kesiapan Psikologis Ibu Muda dengan Pemberian ASI Eksklusif

Berdasarkan Tabel 5.5 menunjukkan bahwa dari 20 responden yang memiliki kesiapan psikologis tidak siap, seluruhnya tidak memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 20 responden (50,0%). Sedangkan dari 20 responden yang memiliki kesiapan psikologis siap, sebagian besar memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 16 responden (40,0%).

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,000 (<0,05)$ sehingga H_1 diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kesiapan psikologis ibu muda dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces Kabupaten Probolinggo.

Selain itu diperoleh nilai *Phi dan Cramer's V* sebesar 0,766, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel termasuk dalam kategori kuat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rashidi et al. (2024) yang menyatakan bahwa maternal *self-efficacy* berhubungan signifikan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu dengan *self-efficacy* tinggi memiliki keyakinan lebih besar dalam mempertahankan pemberian ASI eksklusif hingga enam bulan.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Jannah et al. (2025) yang menunjukkan bahwa ibu usia muda dengan kesiapan psikologis baik memiliki peluang lebih besar untuk berhasil memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu dengan kesiapan psikologis rendah.

Penelitian lain oleh Rahmawati, Nurhayati, dan Putri (2022) dalam Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat menyatakan bahwa kematangan usia dan kondisi psikologis ibu berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri dan keberhasilan menyusui. Ibu yang memiliki kesiapan mental dan emosional yang baik cenderung lebih konsisten dalam memberikan ASI eksklusif.

Menurut peneliti, kesiapan psikologis merupakan faktor penting dalam keberhasilan menyusui karena ibu yang memiliki kesiapan emosional, motivasi, dan kepercayaan diri yang baik akan lebih mampu mengatasi kecemasan, tekanan lingkungan, serta berbagai hambatan selama proses menyusui.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan penelitian di atas dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Setengah ibu muda di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces memiliki kesiapan psikologis siap yaitu sebanyak 50,0% (20 responden) dan setengah lainnya memiliki kesiapan psikologis tidak siap yaitu sebanyak 50,0% (20 responden).
2. Sebagian besar ibu muda tidak memberikan ASI eksklusif yaitu sebanyak 60,0% (24 responden), sedangkan yang memberikan ASI eksklusif sebanyak 40,0% (16 responden).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kesiapan psikologis ibu muda dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja UPT Puskesmas Leces Kabupaten Probolinggo dengan nilai $p = 0,000 (<0,05)$ dan kekuatan hubungan termasuk kategori kuat ($\Phi = 0,766$).

SARAN

1. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan (Teoritis)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi ilmiah dan bahan pengembangan ilmu kebidanan, khususnya terkait faktor psikologis yang berhubungan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu usia muda. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan kajian mengenai faktor psikologis lain yang dapat memengaruhi praktik menyusui dan mengembangkan edukasi kesiapan psikologis ibu muda dalam pemberian ASI eksklusif melalui media sosial ataupun media digital lainnya.

2. Bagi Profesi Kebidanan

Bidan diharapkan dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan ibu dan anak melalui pemberian edukasi, konseling, serta pendampingan yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga memperhatikan kesiapan psikologis ibu sejak masa kehamilan hingga periode menyusui. Upaya tersebut diharapkan dapat meningkatkan keyakinan diri ibu dalam memberikan ASI eksklusif.

3. Bagi Lahan Penelitian

UPT Puskesmas Leces diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program promotif dan preventif terkait peningkatan keberhasilan pemberian ASI eksklusif, khususnya pada kelompok ibu usia muda. Program yang dapat dikembangkan antara lain penyuluhan, kelas ibu, konseling laktasi, serta pendampingan psikologis selama masa nifas.

4. Bagi Responden

Ibu dan keluarga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya kesiapan psikologis dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dukungan keluarga diharapkan mampu menciptakan kondisi emosional yang positif sehingga ibu lebih percaya diri dan termotivasi untuk mempertahankan pemberian ASI eksklusif sampai usia bayi enam bulan.

5. Bagi Peneliti

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi pemberian ASI eksklusif, seperti dukungan suami, dukungan keluarga, pengetahuan ibu, status pekerjaan, kondisi sosial ekonomi, serta menggunakan desain penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Boateng, G. O., Neilands, T. B., & Frongillo, E. A. (2020). Best practices for developing and validating scales for health research. *Frontiers in Public Health*, 8, 149.
- Boateng, G. O., Neilands, T. B., Frongillo, E. A., Melgar-Quinonez, H. R., & Young, S. L. (2020). Best practices for developing and validating scales for health, social, and behavioral research. *Frontiers in Public Health*, 6, 149.
- CIOMS. (2021). International ethical guidelines for health-related research involving humans. Council for International Organizations of Medical Sciences.
- Hidayat, A. A. A. (2021). Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data. Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. A., & Uliyah, M. (2021). Buku Ajar Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan. Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. A., & Uliyah, M. (2021). Keterampilan dasar praktik klinik kebidanan. Salemba Medika.
- Hidayat, A. A. A., & Uliyah, M. (2021). Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Salemba Medika.
- Indonesia, K. K. R. (2021). Pedoman nasional etik penelitian kesehatan. Kemenkes RI.
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Salemba Medika.
- O'Brien, M., Buikstra, E., & Fallon, T. (2021). Exploring the influence of psychological readiness on breastfeeding outcomes. *Maternal and Child Health Journal*, 25(3), 345–352.
- Organization, W. H. (2022). Ethics and Governance of Health Research. WHO.
- Organization, W. H. (2023). Infant and Young Child Feeding. World Health Organization.
- Organization, W. H. (2023). Infant and young child feeding guidelines. WHO.
- Organization, W. H. (2024). Infant and Young Child Feeding: Exclusive Breastfeeding Recommendations. WHO.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2021). Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice (11th ed.). Wolters Kluwer.
- Pramesti, D. (2021). Breastfeeding self-efficacy dan lama pemberian ASI pada ibu primipara. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 8(2), 120–128.
- Putri, A. (2023). Hubungan kesiapan psikologis ibu dengan praktik ASI eksklusif di Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Rashidi, F. (2024). Maternal self-efficacy and exclusive breastfeeding: A systematic review. *International Breastfeeding Journal*, 19(1), 1–12.
- Salma, N., & Putri, D. (2023). Psychological readiness in breastfeeding mothers: A review. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 10(2), 87–96.
- Sari, D., Widyaningsih, R., & Lestari, P. (2021). Hubungan usia ibu dengan kesiapan psikologis dalam menyusui. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*, 5(2), 100–108.
- Sawyer, S. M. (2021). Adolescent Development and Health. The Lancet Child & Adolescent Health.
- Schwarzer, R., & Warner, L. M. (2021). Perceived Self-Efficacy and Its Relationship to Health Behavior. Freie Universität Berlin.
- Schwarzer, R., & Warner, L. M. (2021). Perceived Self-Efficacy and Its Role in Health Behavior. *Applied Psychology: Health and Well-Being*.
- Sugiyono. (2021). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Swarjana, I. K. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. Andi.
- Swarjana, I. K. (2021). Statistik kesehatan. Andi.
- Timur, D. K. P. J. (2024). Laporan Cakupan ASI Eksklusif Provinsi Jawa Timur Tahun



2024. Dinkes Jatim.