

**PENGARUH *HYPNOBREASTFEEDING* TERHADAP
KECEMASAN IBU MENYUSUI DI KLINIK
PRATAMA RAWAT JALAN WIRATNI**



SKRIPSI

Oleh :

Ni Wayan Kristina

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**PENGARUH *HYPNOBREASTFEEDING* TERHADAP
KECEMASAN IBU MENYUSUI DI KLINIK
PRATAMA RAWAT JALAN WIRATNI**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kebidanan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh :

Ni Wayan Kristina

NIM. A1225024

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *HYPNOBREASTFEEDING* TERHADAP KECEMASAN IBU MENYUSUI DI KLINIK PRATAMA RAWAT JALAN WIRATNI

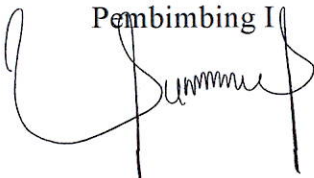
Diajukan Oleh :

NI WAYAN KRISTINA
NIM. A1225024

Badung, 30 Juni 2026

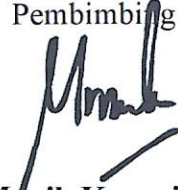
Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb
NIDN. 0808068701

Pembimbing II



Bdn. IGA Manik Karuniadi, SST., M.Kes
NIDN. 0821098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb
NIDN. 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal : 05 Juli 2026

Yang terdiri dari :

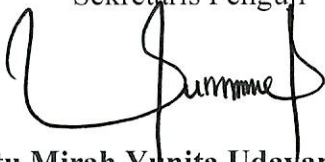
Ketua Penguji



Bdn. Pande Putu Noki Ekajayanti, SST., M.Keb

NIDN. 0818118701

Sekretaris Penguji



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb

NIDN. 0808068701

Anggota Penguji



Bdn. IGA Manik Karuniadi, SST., M.Kes

NIDN. 08021098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb

NIDN. 0808068701

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Wayan Kristina
NIM : A1225024
Jurusan : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Kecemasan Ibu Menyusui di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 30 Juni 2026



(Ni Wayan Kristina)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

Skripsi, 30 Juni 2026

Ni Wayan Kristina

Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Kecemasan Ibu Menyusui di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni

(xiii + 50 halaman + 5 Tabel + 2 Gambar + 12 Lampiran)

ABSTRAK

Kecemasan pada ibu menyusui dapat menghambat pengeluaran ASI sehingga memengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Hypnobreastfeeding merupakan terapi relaksasi nonfarmakologis yang berpotensi menurunkan kecemasan dan mendukung keberhasilan menyusui. Tujuan penelitian mengetahui pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan ibu menyusui di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni.

Penelitian ini menggunakan desain *pra eksperimental* dengan rancangan *One-group Pre-post test Design*. Sampel ibu menyusui sebanyak 35 orang, teknik sampel *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Postpartum Specific Anxiety Scale*, analisis data menggunakan uji *Paired t Test*.

Hasil penelitian didapatkan rata-rata kecemasan ibu menyusui sebelum diberikan *hypnobreastfeeding* sebesar 41,03 termasuk kecemasan sedang. Rata-rata kecemasan ibu menyusui setelah diberikan *hypnobreastfeeding* sebesar 19,23 termasuk kecemasan ringan. Hasil *Paired t Test* didapatkan $p\text{ value} = 0,001 < 0,05$ menunjukkan ada pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan ibu menyusui, dapat disimpulkan *hypnobreastfeeding* menurunkan kecemasan melalui aktivasi sistem saraf parasimpatik yang menghasilkan kondisi relaksasi. Keadaan ini menurunkan kadar hormon stres, seperti kortisol dan adrenalin, sehingga kerja hormon oksitosin tidak lagi terhambat. Akibatnya, refleksi pengeluaran ASI (*let-down reflex*) berlangsung lebih optimal dan ibu merasa lebih tenang saat menyusui. Disarankan kepada Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni dapat menjadikan *hypnobreastfeeding* sebagai bagian dari protokol asuhan kebidanan bagi ibu nifas dan menyusui yang mengalami kecemasan

Kata Kunci : *Hypnobreastfeeding*, Ibu Menyusui, Kecemasan

Sumber Pustaka : 47 (2020-2024)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR MIDWIFERY PROGRAMME**

Undergraduate Thesis, 30 June 2026

Ni Wayan Kristina

The Effect of Hypnobreastfeeding on Anxiety Among Breastfeeding Mothers at Wiratni Primary Outpatient Clinic

(xiii + 50 pages + 5 Tables + 2 Figures + 12 Appendices)

ABSTRACT

Anxiety in breastfeeding mothers can inhibit breast milk ejection, thereby affecting the success of exclusive breastfeeding. Hypnobreastfeeding is a non-pharmacological relaxation therapy that has the potential to reduce anxiety and support successful breastfeeding. This study aimed to determine the effect of hypnobreastfeeding on anxiety among breastfeeding mothers at Wiratni Primary Outpatient Clinic.

This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 35 breastfeeding mothers selected using purposive sampling. Data were collected using the Postpartum Specific Anxiety Scale (PSAS) questionnaire and analyzed using the Paired t-test.

The results showed that the mean anxiety score before the hypnobreastfeeding intervention was 41.03, which was categorized as moderate anxiety. After the intervention, the mean anxiety score decreased to 19.23, which was categorized as mild anxiety. The Paired t-test showed a p-value = 0.001 (<0.05), indicating that hypnobreastfeeding had a significant effect on reducing anxiety among breastfeeding mothers. It can be concluded that hypnobreastfeeding reduces anxiety by activating the parasympathetic nervous system, creating a state of relaxation. This process decreases the levels of stress hormones, such as cortisol and adrenaline, thereby allowing oxytocin to function more effectively. Consequently, the milk ejection reflex (let-down reflex) becomes more optimal, and mothers feel calmer during breastfeeding. It is recommended that Wiratni Primary Outpatient Clinic incorporate hypnobreastfeeding into its midwifery care protocol for postpartum and breastfeeding mothers experiencing anxiety.

Keywords: *Anxiety, Breastfeeding Mothers, Hypnobreastfeeding*

References: 47 (2020–2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkah dan karunia-NYA yang telah diberikan pada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Kecemasan Ibu Menyusui di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni" tepat pada waktunya. Dalam penyusunan skripsi ini, Penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM., selaku Ketua Stikes Bina Usada.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, SST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan sekaligus selaku pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bdn. IGA Manik Karuniadi, SST., M.Kes, selaku pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dalam penyusunan skripsi ini
4. Seluruh Dosen dan Staff STIKES Bina Usada Bali.
5. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh responden yang telah bersedia terlibat dalam seluruh rangkaian proses penyusunan skripsi ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah ilmu pengetahuan serta wawasan bagi penulis khususnya dari para pembaca umum.

Badung, 30 Juni 2026

Peneliti

(Ni Wayan Kristina)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA KONSEP	
A. Kajian Teoritis	7
B. Kajian Empiris.....	35
C. Kerangka Teori.....	38

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep.....	39
B. Hipotesis.....	40
C. Definisi Operasional.....	40

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	42
B. Populasi dan Sampel.....	42
C. Tempat Penelitian.....	46
D. Waktu penelitian.....	46
E. Etika Penelitian.....	46
F. Alat Pengumpulan Data.....	48
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	50
H. Pengolahan Data.....	53
I. Analisis data.....	55

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	57
B. Analisi Univariat.....	57
C. Uji Normalitas Data.....	59
D. Analisis Bivariat.....	60

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian.....	61
B. Keterbatasan Penelitian.....	75
C. Implikasi Penelitian.....	76

BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan.....78

B. Saran.....79

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	41
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni Tahun 202.....	58
Tabel 5.2 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Menyusui Sebelum Diberikan <i>Hypnobreastfeeding</i> di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni Tahun 2026.....	59
Tabel 5.3 Distribusi Tingkat Kecemasan Ibu Menyusui Setelah Diberikan <i>Hypnobreastfeeding</i> di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni Tahun 2026.....	59
Tabel 5.4 Hasil Uji Normalitas Data.....	60
Tabel 5.5 Hasil Analisis Pengaruh <i>Hypnobreastfeeding</i> Terhadap Kecemasan Ibu Menyusui di Klinik Pratama Rawat Jalan Wiratni Tahun 2026..	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	38
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2: Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3: Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4: Surat Keterangan Kelaikan Etik
- Lampiran 5: Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 6: Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 7: Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9: Kuesioner Penelitian
- Lampiran 10: Standar Operasional Prosedur *Hypnobreastfeeding*
- Lampiran 11: Sertifikat Terapis *Hypnobreastfeeding*
- Lampiran 12: Hasil Analisis Data
- Lampiran 13: Tabulasi Data
- Lampiran 14: Dokumentasi Penelitian

DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
BPM	: Bidan Praktek Mandiri
CBT	: <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>
PSAS	: <i>Postpartum Specific Anxiety Scale</i>
MPASI	: Makanan Pendamping ASI
SMS	: <i>Short Message Service</i>
SDGs	: <i>Sustainable Development Goals</i>
PIF	: <i>Prolactin Inhibitory Factor</i>
PMR	: <i>Progressive Muscle Relaxation</i>
UNICEF	: <i>Nations International Children's Emergency Fund</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Alderdice, F. (2020). A review and psychometric evaluation of pregnancy-specific stress measures. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 33(2),
- Aini, F., & Fatimah, S. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Post Partum Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(4)
- Ambarwati, R. (2022). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Andarini, S. (2023). Efektivitas Terapi Musik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan*, 10(2)
- Anggita, M. A., Agustina, E. (2023). Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Menyusui Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea Dalam Meningkatkan Produksi ASI di RS Simpangan Depok. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, 3(1)
- Aprilia, Y. (2022). *Panduan Hypnobreastfeeding*. Mitra Cendika Press.
- Armini, N.W. (2022). *Hypnobreastfeeding* Awali Suksesnya ASI Eksklusif.. *Jurnal Skala Husada Volume 13 Nomor 1*
- Arfiah, A. (2022). Pengaruh Tingkat Kecemasan pada Ibu Postpartum Primipara terhadap Kemampuan Pemenuhan Kebutuhan Bayi Baru Lahir di RSU Anuntapura Palu. *Jurnal Ners Widya Nusantara Palu Vol. 2 No 1*.
- Astutik, R. Y. (2021). *Payudara dan Laktasi*. Salemba Medika
- Damayanti, R., Kurniawan, T. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Kecemasan Terhadap Pengetahuan Dan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Timester III. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(2)
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2024). *Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2024*. Denpasar: Dinas Kesehatan Kota Denpasar.
- Fajriyah, N., & Wulandari, P. Y. (2023). Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan pada Ibu Postpartum Primipara. *Indonesian Journal of Health Development*, 2(2)
- Handayani, N. (2021). *Hypnobreastfeeding* Sebagai Upaya Meningkatkan Motivasi Ibu dalam Memberikan ASI Eksklusif pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Keperawatan Jiwa Volume 9 No 4*

- Hawari, D. (2022). *Manajemen Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hidayat. (2022). *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Keliat. B.A. (2021). *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jakarta. EGC
- Kementerian Kesehatan Reubublik Indonesia. (2023). Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Reubublik Indonesia.
- Kusumawardhani. (2022). *Buku Ajar Psikiatri Edisi 2*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Kurniarum, A. (2022). *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Penerbit Pusdik SDM Kesehatan
- Kusmiyati, Y., & Wahyuningsih, H. P. (2023). Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Kecemasan Dan Waktu Pengeluaran Air Susu Ibu Pada Ibu Postpartum Primipara di Yogyakarta. *Skripsi, Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*
- Lutfiana, S. (2020). Hypnobreastfeeding Dapat Menurunkan Kecemasan Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional, Volume 4, No 1*
- Malik, A. (2023). Tingkat Kecemasan Ibu *Postpartum* Berhubungan dengan Keterlambatan Pengeluaran ASI Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kebidanan Malakbi Vol. 3 No. 1*
- Mansyur, S., Kasrida, D. (2022). *Buku Ajar : Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta: Citra Selaras
- Maramis, W. F. (2021). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa* (Edisi revisi). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Muhara, D. (2023). Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di wilayah perbatasan Kalimantan Utara. *Jurnal Ners, 9(3)*
- Mulyani, N. S. (2023). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui* (Buku/Teks Akademik). Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo, S. (2020) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

- Nugroho, S. A., & Purwanti, S. (2022). Efektifitas Terapi Pijat Punggung Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 8(1)
- Nursalam. (2020). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, S. (2020). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan, Maternal dan Neonatal*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Purnamayanthi, P.P.I, Ekajayanti, P.PN, Adhiestiani, M.E. (2021). Atasi Bendungan ASI Pada Ibu Nifas dengan Hipnobreastfeeding di Puskesmas Pembantu Penarukan, Tabanan. *Jurnal Altifani Vol. 1 No.4*
- Rahmawati, I. N., & Ambarwati, W. N. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 8(1)
- Rahmawati, A & Bisepta, P. (2023). Hypnobreastfeeding untuk meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Menyusui yang Bekerja. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(2)
- Rusmawati, T. (2023). Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Ibu *Post Partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak. *Skripsi Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur Jurusan Kebidanan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan*
- Sari, M. N. (2023). Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Kecemasan Menyusui Pada Ibu Postpartum Primipara Di BPM Kota Palembang. *Skripsi Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Palembang*
- Sari, Y.M. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Menyusui melalui Penyuluhan *Hypnobreastfeeding*. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Vol. 1 No.1*
- Sari, L. P., & Harsono, S. (2022). Optimizing The Combination Of Oxytocin Massage And Hypnobreastfeeding For Breast Milk Production Among Post-Partum Mothers. *Journal of Maternal and Child Health*.
- Sastroasmoro, S dan Ismael, S. (2021). Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis : Jakarta : Binarupa Aksara
- Solehati, T, dan Kosasih, C.E. (2020). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung: PT Refika Adiatma.

- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suhesti, W. (2022). Pengaruh Hyprola (*Hypnobreastfeeding* Dan Aromaterapi Lavender) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Puskesmas Halmahera Kota Semarang. *Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Universitas Karya Husada Semarang*
- United Nations International Children's Emergency Fund. (2024). *Monitoring The Situation Of Children And Women*. <https://data-unesf-org.translate.google>.
- Videbeck, S. L. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Wahyuningsih, W.(2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang ASI Dan Persiapan Menyusui Eksklusif. *Educate: Journal of Community Service in Education*, 1(1)
- Windayanti, A., Fitria, I. S. (2022). Hypnobreastfeeding dan Kualitas Tidur pada Ibu Menyusui. *Indonesia Jurnal Midwifery*. Vol. 13
- Yusari, A. (2023). Hypnobreastfeeding dan Motivasi Pemberian ASI. *Jurnal Kesehatan Vol. 11 No.2*
- Yusuf, K. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika.
- Zainuddin, M., Herlina. (2022). Pengaruh Terapi Kognitif Perilaku Terhadap Perubahan Tingkat Harga Diri Dan Kecemasan Ibu Hamil di wilayah Puskesmas Pakis Surabaya. *Jurnal Ners LENTERA*, 3(1),