

PENGARUH PARITAS DENGAN KEJADIAN STRESS PSIKOLOGIS IBU MENYUSUI MINGGU PERTAMA POST PARTUM DI MASA PANDEMI COVID-19

EFFECT OF PARITY WITH ANXIETY OF BREASTFEEDING IN FIRST WEEK POST PARTUM IN THE COVID-19 PANDEMIC

Nining Istighosah¹, Aprilia Nurtika Sari²

^{1,2}Akademi Kebidanan Dharma Husada Kediri

E-mail : dealovanining@gmail.com, aprilia.ns0486@gmail.com

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Menerima:1 April 2022

Revisi:4April2022

Diterima:5April2022

Online :10April2022

Kata Kunci : Paritas,
Stress Psikologis ,Post
partum

ABSTRAK

Pandemic covid-19 adalah pengalaman traumatis secara global yang dialami oleh hampir seluruh warga di dunia pada awal 2019 sampai 2020 terutama bagi kelompok dengan sensitivitas tinggi yaitu ibu masa kehamilan sampai dengan menyusui. Stress yang dialami oleh ibu masa post partum dapat memengaruhi kesejahteraan bayi baru lahir . Stress dan kecemasan ini terkait dengan penurunan aktifitas social akibat pembatasan kegiatan fisik yang merupakan kebijakan pemerintah di seluruh dunia dalam rangka memutus mata rantai penyebaran covid-19.

Pada masa nifas khususnya minggu pertama post partum terjadi banyak perubahan fisik dan psikologis pada ibu. Peran baru sebagai seorang ibu yang memutuskan apakah ibu akan memberikan ASI kepada bayinya ataupun tidak sangat dipengaruhi oleh kondisi dan pengalaman ibu pada saat melahirkan. Rasa nyeri akibat proses persalinan dan kelelahan dapat memengaruhi perubahan psikologi ibu dalam merawat bayinya. Kondisi ini jika dibiarkan akan menimbulkan gangguan kecemasan meliputi perasaan takut, tidak nyaman dan merasa tidak ada dukungan dari keluarga maupun tenaga kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh paritas terhadap tingkat kecemasan ibu post partum pada masa awal nifas (2 minggu post partum).

Subjek dan Metode: Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross sectional . Sampel pada penelitian ini adalah 30 ibu post partum yang melahirkan secara spontan di wilayah kabupaten Kediri. Pemilihan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria responden yang memenuhi kriteria inklusi dan bersedia dilakukan kunjungan rumah dan menandatangani surat persetujuan responden karena situasi pandemic. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2020. Pengumpulan data menggunakan kuesioner PSS untuk skala stress psikologi .Uji statistic menggunakan Chi square test untuk mengetahui pengaruh paritas terhadap kejadian stress psikologi ibu didapatkan nilai p value 0,001 yang berarti lebih kecil dari alpha (0,05) . Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh yang significant antara paritas dengan kejadian stress psikologi ibu menyusui pada minggu pertama post partum masa pandemic covid-19.

ABSTRACT

**Key Words : Parity,
Stress , Post partum**

The COVID-19 pandemic is a global traumatic experience experienced by almost all citizens in the world in early 2019 to 2020, especially for groups with high sensitivity, namely mothers during pregnancy to breastfeeding. Stress experienced by post partum mothers can affect the welfare of newborns. This stress and anxiety is related to the decline in social activities due to restrictions on physical activities which are government policies around the world in order to break the chain of the spread of COVID-19.

During the puerperium, especially the first week of postpartum, there are many physical and psychological changes in the mother. The new role as a mother who decides whether the mother will breastfeed her baby or not is strongly influenced by the conditions and experiences of the mother at the time of delivery. Pain due to labor and fatigue can affect the psychological changes of mothers in caring for their babies. This condition if left unchecked will cause anxiety disorders including feelings of fear, discomfort and feeling that there is no support from family and health workers. The purpose of this study was to determine the effect of parity on the anxiety level of postpartum mothers in the early postpartum period (2 weeks postpartum).

Subjects and Methods: This study used an analytical design with a cross sectional approach. The sample in this study were 30 postpartum mothers who gave birth spontaneously in the Kediri district. The sample selection used a purposive sampling technique with the criteria of respondents who met the inclusion criteria and were willing to make a home visit and sign the respondent's approval letter due to the pandemic situation. The study was carried out in August 2020. Data collection using the PSS questionnaire for the psychological stress scale. Statistical testing using the Chi square test to determine the effect of parity on maternal anxiety levels obtained a p value of 0.001 which means it is lower than alpha (0.05). The conclusion of this study is that there is a significant effect between parity and the anxiety of breastfeeding mothers in the first week of post partum during the COVID-19 pandemic

1. PENDAHULUAN

Selama bulan – bulan awal tahun 2020 dunia dikejutkan dengan mewabahnya virus covid-19 yang mulai mewabah pada awal tahun 2019 di Kota Wuhan China. Mewabahnya virus dengan tingkat penyebaran dan infeksi yang tinggi membuat pemerintah menetapkan kebijakan – kebijakan baru demi pengendalian penyebaran virus di seluruh dunia. Salah satu kebijakan untuk pengendalian penularan virus covid-19 adalah penetapan Lock-Down atau penutupan total kegiatan di masyarakat serta penetapan social distancing atau pembatasan jarak kegiatan apapun yang dilakukan di masyarakat. Kebijakan social distancing dan Physical distancing di Indonesia mulai diterapkan pada 15 Maret 2020 dalam rangka memutus mata rantai penyebaran virus SARS-COV-2 penyebab covid-19. Namun kenyataannya jumlah kasus dan angka kematian akibat paparan virus covid-19 semakin hari semakin besar sehingga pemerintah kembali memberlakukan

kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) pada tanggal 31 Maret 2020. [1]

Pada beberapa penelitian yang dihubungkan dengan pelayanan kesehatan khususnya pelayanan maternal pada masa pandemic. Banyak ibu mengeluhkan berkurangnya dukungan dan support baik dari tenaga kesehatan serta lingkungan social selama masa pandemic. Hal ini memicu peningkatan kejadian kecemasan dan stress pada ibu selama masa kehamilan maupun nifas. Berkurangnya kontak langsung baik oleh tenaga kesehatan dan juga lingkungan social menyebabkan berkurangnya pertukaran informasi secara intens. Meskipun diskusi bisa dilakukan secara daring (Watsapp, SMS maupun video call) namun hal tersebut dirasa kurang maksimal. Beberapa study menyebutkan bahwa periode kehamilan, persalinan dan nifas merupakan masa

terjadinya stress yang hebat, kecemasan, gangguan emosi, dan penyesuaian diri. Stress dalam tingkatan yang masih dapat ditangani merupakan fenomena normal dalam kehidupan keseharian kita, stress dapat menjadi motivator yang kuat dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi suatu situasi. Sebaliknya, peningkatan kadar hormone stress dan kecemasan yang terlalu berlebihan akan mempersempit mekanisme coping kita dan dapat menimbulkan kelumpuhan. Selama periode stress, asuhan suportif dan holistic dari bidan tidak hanya memantau meningkatkan kesejahteraan emosi ibu, tetapi juga dapat memantau mengurangi ancaman moriditas psikologis pada periode pascanatal.[2]

Dalam periode postpartum, 85% ibu postpartum dapat mengalami gangguan psikologi. Ada yang menunjukkan gejala yang ringan dan tidak berlangsung lama, namun adapula sampai 10 hingga 15% mengalami gejala yang lebih signifikan seperti depresi atau kecemasan. Angka kejadian kecemasan pada ibu postpartum secara global antara 10-15% Tingkat kecemasan yang terjadi pada Ibu primipara mencapai 83,4% dengan tingkat kecemasan berat, 16,6% kecemasan sedang, sedangkan yang terjadi pada ibu multipara mencapai 7% dengan tingkat kecemasan berat, 71,5% dengan kecemasan sedang dan 21,5% dengan cemas ringan . [3][4]

Ansietas (kecemasan) adalah perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Tidak ada obyek yang dapat diidentifikasi sebagai stimulus ansietas. Kecemasan merupakan suatu keadaan yang ditandai oleh rasa khawatir disertai dengan gejala somatik yang menandakan suatu kegiatan yang berlebihan. Kecemasan merupakan

gejala yang umum tetapi non spesifik yang sering merupakan suatu fungsi emosi (Kaplan dan Sadock, 1998). Kecemasan adalah keadaan dimana individu atau kelompok mengalami perasaan gelisah (penilaian atau opini) dan aktivasi sistem saraf autonom dalam berespons terhadap ancaman yang tidak jelas, nonspesifik. Kecemasan pada ibu nifas sering dihubungkan dengan ketidakcukupan ASI pada proses menyusui. Faktor Stress pada masa awal menyusui dapat dipicu oleh beberapa kondisi seperti kondisi kesehatan medis bayi, gaya hidup ibu dan juga kondisi pada saat kehamilan. Untuk itu kondisi ini harus mulai dibangun pada saat sebelum ibu melahirkan sehingga ibu mempunyai persiapan mental yang bagus pada saat melahirkan dan menyusui. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa factor stress dapat memengaruhi kualitas dan kuantitas ASI secara langsung. Banyak sekali kegagalan menyusui yang dihubungkan dengan factor stress ibu.[5][6][7]

2. METODE

Metode pada penelitian ini adalah observasional study dengan desain analitik. Yaitu peneliti mengamati tanpa memberikan intervensi kepada responden. Jumlah responden pada penelitian ini adalah 30 ibu post partum yang melahirkan secara spontan di wilayah kabupaten Kediri. Penelitian dilaksanakan selama 4 minggu dimulai pada bulan April sampai dengan Mei 2020. Pengumpulan data kecemasan menggunakan kuesioner PSS untuk skala stress psikologi . Uji statistic menggunakan Chi square didapatkan nilai p value 0,001 yang berarti kurang dari alpha (0,05) sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh paritas dengan kecemasan ibu menyusui minggu pertama post partum masa pandemic covid-19. Penelitian ini telah mendapatkan ijin etik penelitian dari komite etik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Husada Pare – Kediri pada bulan juli 2020.

RESULT

Tabel. 1. Distribusi karakteristik responden

Karakteristik	N	Prosentase (%)
Umur		
20 – 30 tahun	27	90
>30 Tahun	3	10
Pendidikan		
SD	3	10
SMP	11	37
SMA	11	37
PT	5	16
Pekerjaan		
IRT	21	70
Buruh/ Tani	4	13
Karyawan Swasta	5	17
Paritas		
Primipara	7	30
Multipara	23	70
IMT*		
<18,5	7	23
18,5 – 22,9	20	67
23 – 24,9	3	10
≥30	0	

*Menurut Klasifikasi WHO dan Kemenkes RI

Berdasarkan tabel diatas, dapat dikatakan bahwa mayoritas responden (90%) berusia 20 – 30 tahun yang merupakan usia produktif. Mayoriyas pendidikan responden adalah setingkat SMP dan

SMA dengan mayoritas sebagai ibu rumah tangga (70%). Sedangkan dari segi paritas 70% responden merupakan multipara.

Tabel. 2. Paritas dan kecemasan

Paritas \ Kecemasan	Primipara		Multipara		Total		CI 95%			
							OR	Batas atas	Batas bawah	P-value
	f	%	f	%	f	%				
Stress	5	17	2	6	7	23	26	2.94	234	0,001
Tidak Stress	2	6	21	70	23	77				

Dari tabel 2 diketahui bahwa responden yang mengalami stress psikologi adalah ibu dengan status paritas primipara sedangkan responden multipara mayoritas tidak mengalami stress psikologi. Analisa menggunakan chi square tentang pengaruh paritas dengan kejadian stress psikologi ibu post partum di dapatkan nilai P <0.005 (OR = 26;CI 95%2.94 hingga 234) . Hal ini menunjukkan

terdapat pengaruh status paritas dengan kejadian stress psikologi ibu menyusui dalam minggu pertama post partum masa pandemic. Ibu dengan status primipara memungkinkan 26 kali mengalami kecemasan pada awal post partum dibandingkan dengan ibu multipara.

3. DISKUSI

Berdasarkan hasil pengujian diatas didapatkan nilai pvalue 0,001 yang berarti kurang dari alpha (0,05) sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh paritas terhadap tingkat kecemasan ibu menyusui pada minggu pertama post partum. Berdasarkan tabel 1 bahwa mayoritas responden pada penelitian ini adalah multipara. Sedangkan sebagian besar responden primipara mengalami kecemasan pada masa menyusui khususnya minggu pertama post partum. Kebanyakan ibu primipara cenderung mengalami stres postpartum. Kondisi stres ini menunjukkan bahwa sebagian ibu primipara menghadapi perubahan perasaan emosional seperti merasakan bahagia tetapi juga merasakan kesedihan yang

Dari hasil wawancara peneliti dengan responden, rata – rata ibu primipara tampak kebingungan tentang apa yang harus dilakukan saat ini terhadap bayinya. Apakah mereka akan berhasil melewati masa nifas dengan sehat di tengah suasana pandemic ini. Tertutupnya akses masyarakat karena kebijakan pemerintah tentang pembatasan berkala membuat mereka gelisah karena tidak bisa berkumpul dengan keluarga jauh yang merupakan keluarga kandung dimana mereka terbiasa berkumpul untuk berbagi cerita dan tip untuk mengatasi masalah khususnya pada saat ini ibu merasa memerlukan orang yang bisa mengerti kondisinya dan membantu merawat bayinya. Akibatnya responden lebih terlihat murung dan ragu dalam menjawab maupun mengajukan pertanyaan kepada peneliti. Sedangkan responden multipara lebih terlihat siap dan berserah kepada keadaan . Mereka melihat pengalaman merawat bayi mereka sebelumnya untuk menghadapi situasi saat ini. Menurut penelitian Dozier (2012) [8] factor – factor seperti social demografi, latar belakang pendidikan, Indeks massa tubuh, Usia saat melahirkan dapat menjadi pemicu apakah proses adaptasi fisik dan psikologis

tanpa sebab di waktu yang bersamaan. Perubahan perasaan emosional ini terlihat dengan terdapatnya rasa khawatir akan perubahan perhatian dari suaminya ataupun keluarga dekat yang teralihkan dikarenakan adanya kehadiran bayi, rasa takut tubuhnya menjadi tidak ideal, rasa khawatir tidak bisa memberi ASI untuk bayinya, rasa gelisah serta kehilangan minat untuk melakukan kegiatan sehari-hari, mempunyai rasa terabaikan oleh suaminya serta keluarga dekat, merasakan lelah serta kehilangan energy yang berkepanjangan, menurunnya konsentrasi serta kemampuan berpikir, merasakan bersalah serta tidak berguna, dan insomnia. [4]

masa menyusui berjalan lancar maupun berhenti . Sampai saat ini belum ada temuan ilmiah yang specific yang menghubungkan antara pengaruh stress dengan kegagalan proses menyusui. Adanya kondisi seperti depresi intranatal dan post natal lebih dihubungkan dengan kejadian gangguan masa kehamilan seperti bayi dengan berat badan lahir rendah, diabetes gestasional, dan juga hal – hal negative seperti kejadian kekerasan dalam rumah tangga.[8]

Mengingat stress merupakan fenomena mental yang kompleks, maka perlu di kaji lebih specific mengenai kondisi yang mengarah pada keadaan stress. Seperti penelitian Ahluwalia et all yang dikutip Dozier [8], yang menghubungkan antara fenomena tekanan hidup pada 4 skala topic yaitu meliputi : kondisi finansial, emosional, pengalaman traumatis, dan hubungan dengan pasangan. Ke-4 skala tersebut dapat dihubungkan dengan proses menyusui dengan cara membobotkan ke 4 skala dan menganalisis dengan proses menyusui sehingga diperoleh skor total stress. Menurut Brandice Evans (2017)[9] Pengukuran kadar stress terhadap pengaruh mental seseorang untuk mempertahankan homeostasis memerlukan pengukuran yang



seksama terhadap kadar kortisol diikuti dengan pengukuran persepsi stress yang dirasakan dan juga dilakukan penilaian index stress. Kadar kortisol dapat menjadi biomarker terhadap kejadian stress kronis. Sampel dapat diambil pada saat sebelum penilaian persepsi stress dan setelah penilaian. konsentrasi kortisol dalam tubuh yang dapat ditemukan pada darah, serum, air liur, dan rambut memberikan gambaran tentang hubungan antara kondisi lingkungan dan upaya tubuh untuk mempertahankan homeostasis melalui aktivitas HPA.

Menurut *The Evidence of Breastfeeding* [5], pengaruh stress terhadap produksi ASI terjadi melalui proses yang sangat kompleks. Stress akut dapat memengaruhi proses produksi ASI dengan menghambat pelepasan prolactin produksi ASI selama 8 sampai 10 jam hal ini juga dapat menyebabkan penurunan kadar hormone oksitosin dan gangguan aktivitas system saraf simpatis, sedangkan stress kronis dapat menyebabkan hambatan produksi susu pada alveolus payudara sehingga menyebabkan terhentinya produksi susu secara berkepanjangan. Proses produksi ASI sangat dipengaruhi oleh berapa sering ibu mengosongkan payudaranya. Pengosongan yang teratur memengaruhi kadar prolactin dan insulin dalam darah ibu.

Pada penelitian ini responden rata –rata menyusui bayinya antara 6 sampai 12x dalam 24 jam sejak hari pertama post partum. Pada responden yang bekerja, mereka mulai latihan pumping payudara ketika bayinya tidur dan payudara dirasa penuh. Hal inilah yang membuat produksi ASI pada payudara akan meningkat setiap waktunya. Pendidikan mayoritas responden adalah tingkat menengah pertama dan atas. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Thorsten (2015)[10] bahwa orang – orang dengan status sosial ekonomi dan pendidikan rendah lebih

cenderung mengalami stress dalam hal melakukan pekerjaan. Pendidikan menengah pertama dan atas pada penduduk yang tinggal di wilayah pedesaan termasuk dalam kategori pendidikan tinggi karena rata – rata pendidikan masyarakat di Negara berkembang seperti Indonesia relative masih rendah.

Responden pada penelitian ini mayoritas tinggal di wilayah pedesaan yang masih asri dengan pekerjaan utama masyarakat setempat adalah petani. Rumah tinggal responden sebagian besar berdekatan dengan saudara dan keluarga besarnya bukan di sebuah kawasan perumahan modern. Mengutip pernyataan Scheper-Hughes and Lock 1987: 28 seorang professor antropology Amerika “ *Emotions affect the way in which the body, illness, and pain are experienced and are projected in images of the well or poorly-functioning social body*” Emosi seseorang memberikan gambaran bagaimana individu memandang proses sosial diri dan masyarakat. Oleh karena itu, penelitian yang berusaha memahami disparitas kesehatan seputar kehamilan, persalinan, dan menyusui bisa mendapatkan keuntungan dari eksplorasi menyeluruh tentang bagaimana individu memandang dirinya sendiri, pengalaman hidup dan hubungan dengan orang – orang yang tinggal di sekitarnya[9].

Proses kehamilan, persalinan dan menyusui merupakan pengalaman yang dibentuk secara khusus berdasarkan kekuatan structural pada sebuah system masyarakat. Pelayanan kesehatan, dukungan keluarga, kondisi lingkungan social sangat menentukan seberapa banyak pengalaman yang didapatkan individu. Kemudahan dalam mendapatkan layanan kesehatan serta kebebasan hak untuk menentukan pilihan dapat memengaruhi kondisi fisik dan psikis seorang ibu dalam proses kehamilan maupun persalinan. Dukungan social merupakan salah satu

kunci keberhasilan dari proses menyusui. Dukungan tersebut dapat berasal dari teman sebaya, orang tua maupun dari pasangan ibu yang melahirkan.

Penelitian ini mempunyai keterbatasan. Pertama, kami menggunakan skala perceived scale stress[11] untuk mengukur skala persepsi stress responden. Keterbatasan alat ukur ini adalah tidak mengukur kedalaman stress pada tingkat kadar kortisol dalam darah sehingga nilai persepsi bisa bersifat subyektif tergantung pada beberapa responden. Ungkapan seseorang terhadap sesuatu yang dirasakan juga berbeda pada individu sesuai dengan koping masing – masing. Kedua, keseragaman responden mungkin perlu dipertimbangkan diantaranya, status kehamilan dan persalinan, dan karakteristik dasar responden seperti pendidikan. Dalam penelitian ini peneliti memilih responden dengan riwayat persalinan normal dengan harapan responden dapat menyusui bayinya dengan baik tanpa kendala nyeri akibat luka operasi.

4. SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh paritas dengan kejadian stress psikologi ibu menyusui pada minggu pertama post partum masa pandemic dengan nilai $P < 0,05$. dan kejadian stress psikologi minggu pertama post partum lebih banyak dialami oleh primipara dengan OR 26. Penelitian ini mempunyai kontribusi dalam penyampaian informasi bagaimana dampak lain yang timbul akibat dari pandemic. Kecemasan ibu post partum yang berlanjut dapat memengaruhi kesejateraan bayi yang dihubungkan dengan kecukupan asupan ASI. Meskipun tidak semua ibu yang mengalami stress atau kecemasan berpengaruh terhadap banyaknya produksi ASI namun kondisi fisik dan psikologis yang tenang sangat dibutuhkan pada masa post partum sehingga bonding antara ibu dan bayi terjalin dengan baik dalam pemenuhan Asah, Asih Asuh. Hasil lain dari penelitian ini bahwa stress pada ibu menyusui dapat teralihkan dengan informasi yang

tepat mengenai laktasi sejak masa kehamilan dan dukungan system yang terorganisasi dengan baik meliputi keluarga dan lingkungan. Selain itu keterbatasan pada penelitian mungkin juga menjadi salah satu faktor penyebabnya yaitu pengambilan sampel yang kurang homogen dengan teknik menentukan besarnya sampel yang akan lebih tepat jika dilakukan dengan random sampling. Hal tersebut kurang memungkinkan dimana kondisi pandemic covid-19 membuat tidak semua orang menerima kontak fisik dengan orang lain apalagi ibu yang baru saja melahirkan. Selain itu kunjungan peneliti ke RS juga dibatasi oleh kebijakan RS untuk menekan penyebaran virus dengan minimalisir kunjungan dari luar selain pasien dan pegawai RS.

ACKNOWLEDGMENTS

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada akademi kebidanan Dharma Husada Kediri yang telah memfasilitasi sehingga penelitian ini dapat terlaksanakan dengan baik. Selain itu peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden yang telah bekerjasama dengan baik dengan peneliti selama proses pengambilan data baik di rumah sakit maupun di rumah responden. Meskipun penerapan protocol kesehatan harus dipatuhi secara ketat dan dalam suasana social distancing namun pengambilan data dapat selesai dalam waktu yang direncanakan.

5. REFFERENSI

- [1] A. Azis and dkk, "Strategi dalam penanganan penyebaran covid-19 melalui kebijakan PSBB," *Litbang Polri*, pp. 44–63, 2021.
- [2] L. Provenzi *et al.*, "Prenatal maternal stress during the COVID-19 pandemic and infant regulatory capacity at 3 months: A longitudinal study," *Dev. Psychopathol.*, pp. 1–9, 2021, doi: 10.1017/s0954579421000766.
- [3] D. M. Pratiwi, S. Rejeki, and A. Z. Juniarto, "Intervention to Reduce Anxiety in Postpartum Mother," *Media Keperawatan Indones.*, vol. 4, no. 1, p. 62, 2021, doi: 10.26714/mki.4.1.2021.62-71.



- [4] Y. Nakamura *et al.*, "Perinatal depression and anxiety of primipara is higher than that of multipara in Japanese women," *Sci. Rep.*, vol. 10, no. 1, pp. 1–10, 2020, doi: 10.1038/s41598-020-74088-8.
- [5] C. Lau, "Effects of stress on lactation," *Pediatr. Clin. North Am.*, vol. 48, no. 1, pp. 221–234, 2001, doi: 10.1016/S0031-3955(05)70296-0.
- [6] H. puspita Sari, A. Azza, and sofia rhosma Dewi, "Hubungan Stres Psikologi dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Primipara yang Menyusui Bayi Usia 1-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorambi," *Univ. Jember*, vol. 23, pp. 1–12, 2016.
- [7] W. C. Heird, "Infant Nutrition," *Present Knowl. Nutr. Tenth Ed.*, pp. 624–636, 2012, doi: 10.1002/9781119946045.ch40.
- [8] A. M. Dozier, A. Nelson, and E. Brownell, "The Relationship between Life Stress and Breastfeeding Outcomes among Low-Income Mothers," *Adv. Prev. Med.*, vol. 2012, pp. 1–10, 2012, doi: 10.1155/2012/902487.
- [9] B. Evans, "Psychosocial Stress , Race , and Social Support among Breastfeeding Mothers in the American South," *Anthropology*, 2017, [Online]. Available: https://scholarworks.gsu.edu/anthro_theses/123.
- [10] T. Lunau, J. Siegrist, N. Dragano, and M. Wahrendorf, "The association between education and work stress: Does the policy context matter?," *PLoS One*, vol. 10, no. 3, pp. 1–17, 2015, doi: 10.1371/journal.pone.0121573.
- [11] S. F. Chan and A. M. La Greca, "Perceived Stress Scale (PSS)," *Encycl. Behav. Med.*, pp. 1646–1648, 2020, doi: 10.1007/978-3-030-39903-0_773.