

**PENGARUH PEMBERIAN HYPNOBREASTFEEDING TERHADAP PRODUKSI ASI
PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAPTA TARUNA KOTA
PEKANBARU TAHUN 2024**

Nidia Indrianita^{1*}, Octa Dwienda Ristica², Berliana Irianti³

^{1,2,3} Universitas Hang Tuah Pekanbaru

e-mail korespondensi : nidiaindrianita@gmail.com^{1*}

ABSTRACT

Breast milk is the most natural nutrient with the most appropriate nutritional content for infants to support their optimal development until they reach six months of age. For mothers experiencing issues with breast milk production, one effort to enhance milk production is Hypnobreastfeeding. According to the annual report from the Health Office in Pekanbaru, the coverage of exclusive breastfeeding in the working area of the Sapta Taruna Health Center was 36.4% in 2021 and only 18% in 2022. This indicates that many mothers do not provide exclusive breastfeeding, thus failing to meet the national target of 50%. This study aims to determine the effect of Hypnobreastfeeding on breast milk production in postpartum mothers in the working area of the Sapta Taruna Health Center Pekanbaru City in 2024. This research is a quantitative, pre-experimental study using a one-group pre-test post-test design. The sample in this study included 17 participants selected based on inclusion and exclusion criteria using total sampling, and data collection was conducted using observation sheets. The analytical methods used were normality tests and paired sample t-tests. The results of the paired sample t-test showed a significant effect of Hypnobreastfeeding on breast milk production in postpartum mothers ($p\text{-value} = 0.000$). It is recommended that the Sapta Taruna Health Center enhance its exclusive breastfeeding program by providing information resources such as leaflets or posters about Hypnobreastfeeding, offering breastfeeding rooms/classes with Hypnobreastfeeding relaxation sessions, and involving the roles of husbands or close relatives in promoting exclusive breastfeeding.

Keywords : *Postpartum mothers, Exclusive breastfeeding, Hypnobreastfeeding, Breast Milk Production*

ABSTRAK

ASI merupakan nutrisi alami yang kandungan gizinya paling tepat untuk bayi dalam mendukung perkembangannya secara optimal hingga bayi berusia 6 bulan, pada ibu yang mengalami masalah produksi ASI salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah *Hypnobreastfeeding*. Berdasarkan laporan tahunan di Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, cakupan dari pemberian ASI eksklusif dalam wilayah kerjanya Puskesmas Sapta Taruna pada tahun 2021 yakni 36,4%, serta pada tahun 2022 hanyalah 18%. Hal ini membuktikan masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif sehingga belum mencapai target nasional yaitu 50%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sapta Taruna Kota Pekanbaru Tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif jenis pre-eksperimental dengan desain *One group pre-test post-test*. Sampel dalam penelitian ini mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah sampel 17 orang dengan teknik sampling yang digunakan adalah total sampling dan pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Metode analisis yang digunakan adalah uji normalitas dan *uji paired sample t-test*. Hasil *uji paired sample t-test* didapatkan bahwa ada pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas ($p\text{-value} = 0,000$). Diharapkan bagi Puskesmas Sapta Taruna dapat meningkatkan program ASI eksklusif dengan menyediakan sumber informasi seperti leaflet atau poster tentang *Hypnobreastfeeding*, menyediakan ruang/kelas ibu menyusui dengan mengadakan relaksasi *Hypnobreastfeeding* serta melibatkan peran suami atau orang terdekat ibu dalam meningkatkan ASI eksklusif.

Kata Kunci: Ibu Nifas, ASI Eksklusif, *Hypnobreastfeeding*, Produksi ASI

LATAR BELAKANG

Air susu ibu (ASI) merupakan cairan yang memiliki kandungan gizi yang lengkap dan beragam. Air Susu Ibu (ASI) yakni nutrisi alami yang kandungan gizinya paling tepat untuk bayi dalam mendukung perkembangannya secara optimal, yang harus diperoleh bayi hingga berusia 6 bulan. ASI juga menjamin pertumbuhan sekaligus perkembangan otak, fisiologi tubuh, serta sistem kekebalan tubuh bayi dengan optimal, serta termasuk dalam unsur pencegahan penyakit. Kandungan yang terdapat pada ASI yakni hormon, nutrisi, faktor pertumbuhan kekebalan tubuh, serta komponen anti alergi.(1)

World Health Organization (WHO) memperhitungkan hanya terdapat berkisar 44% bayi di seluruh dunia yang sekarang memperoleh ASI eksklusif hingga usia 6 bulan (WHO, 2020). Presentase tersebut tentunya tidak memenuhi sasaran dari WHO, yakni paling tidak 50% secara global. Sejalan pada Lampiran Pemerintah No. 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif, dijelaskan bahwasanya pola terbaik dalam memberikan makanan bagi bayi yakni: pemberian ASI segera untuk bayi dalam rentang satu jam sesudah terlahir lahir, memberi ASI saja tanpa pendamping lainnya hingga berusia 6 bulan(2).

Dampak dari bayi yang kurang memperoleh ASI eksklusif adalah stunting. Stunting merupakan gangguan pertumbuhan bagi anak, penyebab utamanya adalah kurangnya asupan nutrisi selama pertumbuhan. Upaya untuk memberikan ASI ini dipengaruhi dengan beragam faktor, termasuk kurangnya ASI sesudah persalinan, kesulitan menyusui bayi, pekerjaan ibu, kondisi puting tidak menonjol, promosi ataupun pengaruh produk untuk menggantikan ASI. Stres, kecemasan, serta tekanan yang ibu alami juga berpotensi menghambat produksi ASI. Terdapat 80% lebih dari ibu yang menyusui mengalami kekurangan ASI yang disebabkan oleh faktor psikologis. Terdapat sejumlah cara yang bisa diterapkan dalam mengatasi permasalahan menyusui, dimana salah satunya yakni *hypnobreastfeeding* (3).

Hypnobreastfeeding ini merupakan sebuah intervensi perawatan yang ditujukan sebagai solusi untuk ibu nifas dengan ASI yang tidak lancar, teknik ini tidak hanya bermanfaat bagi ibu yang mengalami masalah menyusui, tetapi juga dapat membantu ibu yang tidak memiliki masalah dalam menyusui yaitu untuk meningkatkan produksi ASI, memperkuat bonding diantara bayi dengan ibu, sekaligus untuk memberikan bantuan bagi ibu supaya lebih rileks serta mengurangi stress, sehingga dapat menyusui bayi dengan nyaman. Teknik ini dapat membantu ketenangan selama proses menyusui karena dapat menekan sekresi *cortisol* dan *adrenalin* tetapi meningkatkan sekresi *endorphin*, *oksitosin* dan *prolaktik*. Perubahan yang diinginkan dari teknik ini yakni memperlancar serta mempermudah ibu dalam menyusui dan meningkatkan produksi ASI (4).

Penelitian yang dilakukan oleh dencik (5) di PMB Soraya Palembang menunjukkan adanya pengaruh dari *hypnobreastfeeding* dengan lancarnya pengeluaran ASI ibu nifas. Peningkatan ASI tersebut dicerminkan dengan sebelum serta setelah pelaksanaan pre-test dan post-test *hypnobreastfeeding* senilai 44% serta 62%, dengan perolehan uji t senilai $Z=2.129$ serta sig sejumlah $0,001 (< ,005)$ yang menjelaskan *Hypnobreastfeeding* mampu mempengaruhi pengeluaran ASI Ibu

Nifas. Penelitian yang dilakukan oleh corolin (6) di Puskesmas Baros menunjukkan ada peningkatan signifikan kecukupan ASI dengan pemberian teknik *Hypnobreastfeeding* melalui p- value senilai 0.000, kecukupan dari ASI sebelum pelaksanaan *hypnobreastfeeding* yakni dengan mean senilai 62,67 (ASI kurang) dengan standar deviation senilai 8,837. Sementara itu sesudah pelaksanaan *hypnobreastfeeding* didapati mean senilai 84,67 (ASI cukup) dengan standar deviation senilai 9,155. Sejalan dengan perolehan uji t didapati p dengan nilai 0,000 yang mengindikasikan *hypnobreastfeeding* mampu mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu nifas (7).

Berdasarkan data survei LATAR BELAKANG pada Puskesmas Sapta Taruna dan jumlah kunjungan ibu Nifas didapatkan pada bulan Desember 2023-Februari 2024 sebanyak 31 orang ibu nifas. Berdasarkan wawancara sederhana yang dilaksanakan terhadap 10 ibu nifas, 6 diantaranya mempunyai jumlah produksi ASI yang sedikit serta secara keseluruhan ibu tidak mengetahui adanya teknik *hypnobreastfeeding*. Berdasarkan LATAR BELAKANG diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Sapta Taruna Kota Pekanbaru tahun 2024”

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif jenis pre-eksperimental dengan desain One group pre-test post-test. Sampel dalam penelitian ini mempertimbangkan kriteria inklusi dan esklsi dengan jumlah sampel 17 orang dengan teknik sampling yang digunakan adalah total sampling dan pengumpulan data menggunakan lembar observasi.

HASIL

Distribusi Frekuensi Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan Hypnobreastfeeding.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Pada Ibu Nifas Sebelum dan Sesudah diberikan *Hypnobreastfeeding*

Pre-Test	Frekuensi	%
Tidak normal (<90ml)	2	11,8
30	3	17,6
40	5	29,4
60	2	11,8
65	1	5,9
70	2	11,8
80		
Normal (90-120ml)	2	11,8
90		
Total	17	100,0

Post-Test	Frekuensi	%
Tidak normal (<90ml)	1	5,9
60	2	11,8
80		
Normal (90-120ml)	1	5,9
90	1	5,9
100	1	5,9
110	5	29,4
120	2	11,8
140	1	5,9
150	2	11,8
160	1	5,9
180		
Total	17	100,0

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan dari 17 responden, jumlah produksi ASI pada Pre-test yaitu mayoritas mengalami ASI sedikit dengan jumlah ASI 60 ml sebanyak 5 responden (29,4). Setelah diberikan intervensi pada pengukuran Post- test jumlah ASI meningkat dengan jumlah 120 sebanyak 5 responden (29,4).

Tabel 2. Analisis Jumlah Produksi ASI Pre-test dan Post-Test Pada Pemberian Hypnobreastfeeding

Variabel	Produksi ASI	N	Median	Min	Max	Mean	SD
Hypnobrea stfeeding	Pre-Test	17	60,00	30	90	60,00	18,957
	Post-Test	17	120,00	60	180	120,59	32,301

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa jumlah ASI pada hasil *Pre-test* terdapat nilai median yaitu 60,00 nilai *minimum* 30 dan nilai *maximum* 90 nilai mean 60,00. Sedangkan hasil *Post-test* nilai *median* yaitu 120,00 nilai *minimum* 60 dan nilai *maximum* menjadi 180 yang mana terdapat peningkatan produksi ASI dari hasil *Pre-test* dan *Post-test*. Pada nilai mean *Pre-test* yaitu 60,00 (ASI tidak normal) dan nilai *mean Post-test* yaitu 120,59 (ASI normal) yang artinya ada peningkatan rata-rata produksi ASI pada ibu nifas dari sebelum dan sesudah diberikannya *Hypnobreastfeeding*.

Tabel 3. Hasil Uji Normality

Tingkat Jumlah ASI	Shapiro-Wilk		
	Statistik	Df	P-Value
Sebelum	,928	17	,200
Sesudah	,973	17	,868

Berdasarkan analisis data menggunakan uji normalitas *Shapiro-wilk* didapatkan nilai *P-Value* >0,05 artinya data berdistribusi normal. Sehingga uji statistik selanjutnya menggunakan uji *paired sample T-test*.

Tabel 4. Pengaruh *Hypnobreastfeeding* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Sapta Taruna

Produksi ASI	N	Mean	T	P-Value
Pre-test jumlah ASI & Post-Test Jumlah ASI	17	-60,588	-10,228	0,000

**Paired T-test*

Berdasarkan tabel 4. diatas didapatkan produksi ASI pre-test dan post-test dari 17 responden didapatkan nilai *mean* -60,588 nilai T hitung -10,228 dan nilai *P-value* =0,000 (<0,05) dapat disimpulkan bahwa *H_a* diterima yang artinya ada pengaruh pemberian *Hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sapta Taruna Kota Pekanbaru.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan dari 17 responden bahwa jumlah produksi ASI sebelum diberikannya *Hypnobreastfeeding* didapatkan 15 orang ibu dengan jumlah ASI yang sedikit 30-80ml (tidak normal <90 ml) dan 2 orang ibu dengan jumlah ASI normal 90 ml (normal 90-120 ml). Setelah diberikannya *Hypnobreastfeeding* terjadi peningkatan Produksi ASI didapatkan 14 orang ibu yang terjadi peningkatan 90-180 ml dan 3 orang ibu tidak terjadi peningkatan Produksi ASI yaitu sekitar 60-80 ml.

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Sapta Taruna Kota Pekanbaru Tahun 2024 dari bulan Mei-Juni dengan peneliti menggunakan Uji Paired Sample T-test dengan syarat berdistribusi normal. Didapatkan bahwa rata-rata produksi ASI sebelum intervensi 60,00 dan sesudah intervensi 120,59 didapatkan nilai *p-Value*=0.000 yang artinya <0,05 maka disimpulkan bahwa *H_a* diterima artinya ada pengaruh pemberian *Hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI.

Pemberian ASI merupakan investasi terbaik bagi kelangsungan hidup dan peningkatan kesehatan. Upaya untuk memberikan ASI ini dipengaruhi dengan beragam faktor, termasuk kurangnya ASI sesudah persalinan, kesulitan menyusui bayi, pekerjaan ibu, kondisi puting tidak menonjol, promosi ataupun pengaruh produk untuk menggantikan ASI. Stres, kecemasan, serta tekanan yang ibu alami juga berpotensi menghambat produksi ASI. Terdapat 80% lebih dari ibu yang menyusui mengalami kekurangan ASI yang disebabkan oleh faktor psikologis. Terdapat sejumlah cara yang bisa diterapkan dalam mengatasi permasalahan menyusui, dimana salah satunya yakni *hipnobreastfeeding* (3).

Hypnobreastfeeding ini merupakan sebuah intervensi perawatan yang

ditujukan sebagai solusi untuk ibu nifas dengan ASI yang tidak lancar, teknik ini tidak hanya bermanfaat bagi ibu yang mengalami masalah menyusui, tetapi juga dapat membantu ibu yang tidak memiliki masalah dalam menyusui yaitu untuk meningkatkan produksi ASI, memperkuat bonding diantara bayi dengan ibu, sekaligus untuk memberikan bantuan bagi ibu supaya lebih rileks serta mengurangi stress, sehingga dapat menyusui bayi dengan nyaman (8).

Hal di atas sejalan dengan teori *Hypnobreastfeeding* yang dapat merileksasikan Ibu nifas untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas dalam waktu yang bersamaan sehingga hasil yang diinginkan lebih maksimal sesuai harapan ibu nifas dan target pemberian ASI secara eksklusif tercapai nantinya. *Hypnobreastfeeding* memberikan relaksasi untuk membantu kelancaran proses menyusui. Relaksasi yang dalam dan teratur membuat sistem endokrin, aliran darah, persyarafan dan sistem lain di dalam tubuh akan berfungsi lebih baik. Relaksasi menimbulkan perasaan tenang, nyaman dan bahagia yang akhirnya dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin untuk kelancaran produksi ASI. Prinsip dari *hypnobreastfeeding* yakni memasukan beragam kalimat afirmasi yang sifatnya positif demi menunjang proses menyusui ketika ibu berada dalam posisi berkonsentrasi ataupun rileks. Cara kerja *Hypnobreasfeeding* yakni dengan memberikan relaksasi otot, relaksasi nafas, memberi kalimat sugesti yang bersifat positif dan pikiran yang tenang dan dapat dibantu dengan diiringi audio berisi kalimat-kalimat afirmasi sehingga ibu dengan mudah dapat menerapkannya di rumah. Teknik ini dapat membantu ketenangan selama proses menyusui karena dapat menekankan sekresi *corsitol* dan *adrenalin* tetapi meningkatkan sekresi *endorphin*, *oksitosin* dan *prolaktik*. Perubahan yang diinginkan dari teknik ini yakni memperlancar serta mempermudah ibu dalam menyusui dan meningkatkan produksi ASI (4).

Penelitian ini juga sependapat dengan hasil penelitian dengan judul pengaruh Hypnobreastsfeeding terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di PMB Soraya Palembang (5) menunjukkan adanya pengaruh dari *hypnobreastfeeding* dengan lancarnya pengeluaran ASI ibu nifas. Peningkatan ASI terebut dicerminkan dengan sebelum serta setelah pelaksanaan pre-test dan post-test *hynobreastfeeding* senilai 44% serta 62%, dengan perolehan uji t senilai Z-2.129 serta sig sejumlah 0,001 (<,005) yang menjelaskan *Hypnobreastfeeding* mampu mempengaruhi pengeluaran ASI Ibu Nifas (5).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (9) yang menyatakan terdapat perbedaan pada pengaruh hypnobreastfeeding terhadap peningkatan jumlah produksi ASI pada ibu nifas dengan intervensi dan kontrol menunjukkan nilai sig 0,00, dibuktikan dengan hasil uji statistik wilcoxon mendapatkan nilai p-value $0.00 < 0.05$. Hal ini didukung juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Hanum, dkk (2021) yang menyatakan bahwa teknik hypnobreastfeeding berpengaruh terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas, dibuktikan dengan hasil uji statistik wilcoxon yang signifikan dengan mendapatkan nilai p-value 0.00 (10).

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian yang dilakukan kepada responden hasilnya *Hypnobfreastfeeding* mampu meningkatkan produksi ASI ibu

karena teknik yang digunakan menggabungkan hipnosis dan menyusui untuk meningkatkan produksi ASI yang dapat menginduksi keadaan relaksasi yang mendalam, mengurangi stress dan kecemasan yang berdampak negatif pada produksi ASI, Hypnosis membantu meningkatkan aliran darah ke payudara untuk meningkatkan pelepasan prolaktin yang mengatur produksi ASI. *Hypnobreastfeeding* tidak hanya dapat meningkatkan produksi ASI, dari beberapa responden mengatakan setelah melakukan *Hypnobreastfeeding* ibu saat bangun tidur merasa rileks dan meningkatkan kualitas tidur ibu menyusui. Adapun hasil penelitian terdahulu yang lebih banyak menilai mengenai kecukupan ASI yang mengukur dari berat badan bayi, BAK bayi, BAB bayi untuk melihat banyaknya jumlah produksi ASI ibu, maka pada penelitian ini memiliki kebaharuan yang masih sedikit dijumpai pada penelitian terdahulu yakni dengan mengukur dari jumlah produksi ASI yang dilakukan dengan mempompa ASI ibu lalu diukur dengan gelas ukur untuk mendapatkan jumlah cc/ml.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sapta Taruna Kota Pekanbaru Tahun 2024, maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut:

- a. Diketahui bahwa jumlah ASI pada hasil *Pre-test* dari 17 responden bahwa jumlah produksi ASI terdapat nilai median yaitu 60,00 nilai *minimum* 30 dan nilai *maximum* 90 nilai mean 60,00. sebelum diberikannya *Hypnobreastfeeding* didapatkan 15 orang ibu dengan jumlah ASI yang sedikit 30-80ml (tidak normal
- b. <90 ml) dan 2 orang ibu dengan jumlah ASI normal 90 ml (normal 90-120 ml). Sedangkan hasil *Post-test* dari 17 responden, nilai *median* yaitu 120,00 nilai *minimum* 60 dan nilai *maximum* menjadi 180 yang mana terdapat peningkatan produksi ASI dari hasil *Pre-test* dan *Post-test*. Setelah diberikannya *Hypnobreastfeeding* terjadi peningkatan Produksi ASI didapatkan 14 orang ibu yang terjadi peningkatan 90-180 ml dan 3 orang ibu tidak terjadi peningkatan Produksi ASI yaitu sekitar 60-80 ml. Pada nilai mean *Pre-test* yaitu 60,00 (ASI tidak normal) dan nilai mean *Post-test* yaitu 120,59 (ASI normal) yang artinya ada peningkatan rata-rata produksi ASI pada ibu nifas dari sebelum dan sesudah diberikannya *Hypnobreastfeeding*.
- c. Didapatkan hasil nilai *p-Value*= 0,000 (<0,05) dapat disimpulkan bahwa H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian *Hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sapta Taruna Kota Pekanbaru Tahun 2024.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan artikel penelitian yang berjudul "PENGARUH PEMBERIAN HYPNOBREASTFEEDING TERHADAP

PROSIDING SEMINAR NASIONAL

Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAPTA TARUNA KOTA PEKANBARU TAHUN 2024 ” yang diajukan guna untuk melengkapi artikel penelitian pada Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Artikel Penelitian ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, unuk itu penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan support serta dukungan kepada penulis dalam penyusunan artikel peneltian ini.

1. dr.H. Zainal Abidin, MPH, Selaku ketua Yayasan Hang Tuah Pekanbaru.
2. Prof. Dr. Syafrani, M. Si selaku Rektor Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
3. Ns. Lita, M.Kep selaku Wakil Rektor I Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
4. Dr. Aldiga Rienarti Abidin, M.KM selaku Wakil Rektor II Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
5. Ahmad Satria Efendi, M.Kes selaku Wakil Rektor III Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
6. Ns. Abdurrahman Hamid, M.Kep Sp.Kep.Kom, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
7. Bdn. Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes, selaku Ketua Program Studi Sarjana dan Profesi Kebidanan Universitas Hang Tuah.
8. Segenap tenaga dosen serta staff akademik Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Universitas Hang Tuah Pekanbaru yang telah memberikan ilmu dan mendidik penulis selama mengikuti perkuliahan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru.
9. Jika diperlukan ucapan terima kasih dapat diberikan kepada 1) pihak-pihak yang memberikan bantuan dana dan dukungan, 2) dukungan dari bagian dan lembaga, 3) para profesional yang memberikan kontribusi dalam penyusunan laporan. Paragraf diawali dengan kata yang menjorok ke dalam 5 digit.

Penulis telah berusaha semaksimal mungkin namun kesempurnaan hanya milik Allah Subhanahu Wa Ta'ala, maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Semoga artikel penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan dan semoga semua pihak yang memberikan bantuan kepada penulis mendapatkan syafaat dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Amin Ya Rabbal Alamin.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wahyuni E, Sinambela M, Sriyati. Pengaruh Kombinasi Hypnobreastfeeding Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum Di Klinik Pratama Fitri Asih Desa Sigara-Gara Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang Tahun 2020. 2020; Available from: <https://www.semanticscholar.org/paper/dca98ee23384b30d1b560aa9f4938130d41f97c3>
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. 2019;496.

3. Sofiyanti I, Astuti FP, Windayanti H. Penerapan Hypnobreastfeeding pada Ibu Menyusui. *Indones J Midwifery*. 2019;2(2):84–9.
4. Witari NND, Febriyanti NMA. Hypnobreastfeeding Sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI Ibu Nifas Pada Masa Covid-19 Hypnobreastfeeding as an Effort to Increase Breast Milk Production for Postpartum Mothers During Covid-19. *J Kesehat Masy*. 2020;7(2):267–75.
5. Dencik DA. Pengaruh Hypnobreastfeeding Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di PMB Soraya Palembang. *J Vent*. 2023;1(4):225–31.
6. Carolin BT, Suralaga C, Lestari F. Teknik Hypno-breastfeeding Untuk Kecukupan Asi pada Ibu Menyusui. *J SMART Kebidanan*. 2021;8(1):64.
7. The F, Hasan M, Saputra SD. Edukasi Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Gambesi. *J Surya Masy*. 2023;5(2):208.
8. Harahap AD. Pengaruh Teknik Hypnobreastfeeding Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas di PMB Atikah Kecamatan Panyabungan Tahun 2021. Universitas Aafa Royhan, Kota Padang Sinampuan; 2021.
9. Trianasari G, Putri MR, Eltrikanawati T. Pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di TPMB Atlantika Kota Batam Tahun 2023. *Heal J Ilm Kesehat*. 2024;3(1):10–7.
10. Hanum P, Ritonga AR, Pratiwi DP, Wati L, Ningsih RW, Serianti. Pengaruh Teknik Hypnobreastfeeding Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas. *J Ilm Kebidanan Imelda*. 2021;7(1):36–41.