



Pengaruh Dukungan Tenaga Kesehatan Terhadap *Psychological Well-Being* Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kayu Tangi

Annisa Maulidira Nur Huda*, Aziza Fitriah, Gladis Corinna Marsha

Universitas Muhammdiyah Banjarmasin

Abstrak: Terdapat beberapa komplikasi selama proses menyusui seperti nyeri payudara, penghentian ASI, dan perubahan fisik yang dapat menyebabkan perasaan cemas dan stres sehingga mengganggu kondisi *psychological well-being* ibu dan memengaruhi produksi ASI. Seorang ibu yang menghadapi proses hamil, melahirkan, dan menyusui perlu pendampingan oleh tenaga kesehatan mulai dari dokter, bidan, bahkan juga perawat untuk membantu ibu menyusui dalam melakukan pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan *psychological well-being*. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui di puskesmas Kayu Tangi. Peneliti menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* untuk teknik pengambilan sampel, serta menggunakan metode *incidental sampling* dalam menentukan sampel. Sampel pada penelitian ini berjumlah 100 ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Kayu Tangi. Teknik analisis data yang digunakan yaitu regresi linear sederhana dengan bantuan *software* JASP (*Jeffreys's Amazing Statistics Program*). Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh positif signifikan sebesar 14,6% yang mengartikan bahwa semakin tinggi dukungan tenaga kesehatan maka semakin meningkat pula *psychological well-being* ibu menyusui.

Kata Kunci: Dukungan Tenaga Kesehatan, Ibu Menyusui, *Psychological Well-Being*

DOI:

<https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2825>

*Correspondence: Annisa Maulidira Nur Huda

Email: anmdnh@gmail.com

Received: 21-06-2024

Accepted: 22-06-2024

Published: 30-06-2024



Copyright: © 2024 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: There are several complications during the breastfeeding process, such as breast pain, cessation of breast milk, and physical changes that can cause feelings of anxiety and stress, thereby disrupting the mother's *psychological well-being* and affecting breast milk production. A mother who is undergoing pregnancy, childbirth, and breastfeeding needs support from healthcare professionals, including doctors, midwives, and nurses, to assist the breastfeeding mother in providing exclusive breastfeeding and improving *psychological well-being*. The purpose of this study is to examine the influence of healthcare support on the *psychological well-being* of breastfeeding mothers at the Kayu Tangi Community Health Center. The researcher uses a quantitative study with a correlational design. This study employs a non-probability sampling technique, specifically incidental sampling, to determine the sample. The sample in this study consists of 100 breastfeeding mothers in the working area of the Kayu Tangi Community Health Center. The data analysis technique used is simple linear regression with the help of JASP (*Jeffreys's Amazing Statistics Program*) software. The analysis results show a significant positive influence of 14.6%, indicating that the higher the support from healthcare professionals, the greater the improvement in the *psychological well-being* of breastfeeding mothers.

Keywords: Breastfeeding mothers, Healthcare professional support, *Psychological Well-Being*

Pendahuluan

Ibu menyusui adalah kata yang digunakan untuk menggambarkan seorang ibu yang memberikan susu kepada bayinya. Menyusui adalah tindakan alami dan penuh kasih sayang dari seorang ibu yang memberikan makanan terbaik dan kehangatan emosional kepada bayinya, memperkuat ikatan batin mereka dan menciptakan landasan yang kuat bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat (Rollins, 2016). WHO (*World Health Organization*) memperkirakan rata-rata pemberian ASI eksklusif tingkat global pada tahun 2020 adalah 44% (WHO, 2020). Di Indonesia, hanya 42% bayi di bawah usia enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif, dari jumlah wanita (96%) menyusui anak mereka dalam kehidupan mereka. Hanya 55% anak di bawah usia dua tahun yang mendapatkan ASI. Angka ini masih jauh dari target WHO yang menetapkan 50% anak menerima ASI eksklusif selama 6 bulan (Delvina et al., 2022). Kalimantan Selatan salah satu provinsi di Indonesia, juga berkontribusi terhadap rendahnya jumlah angka ibu menyusui. Data di Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2014, yang diperoleh dari survey profil kesehatan kota kabupaten menunjukkan angka 40, 35% (Aprilia et al, 2017). Kemudian pada tahun 2018 data yang didapatkan di Provinsi Kalimantan Selatan hanya menunjukkan angka 42% (Riskesdas, 2018).

Melahirkan bayi mungkin merupakan pengalaman yang menantang bagi seorang ibu karena dapat mengubah kondisi fisik, emosi, dan mentalnya. Tentu banyak hal yang harus dipersiapkan, namun salah satu yang terpenting adalah pemberian makanan bernutrisi berupa ASI, karena menyusui berarti memberikan bayi makanan bergizi, melindungi mereka dari penyakit dan infeksi, dan mengembangkan ikatan khusus dengan mereka (Kamariyaha, 2014). Selain itu para ibu menghadapi berbagai tantangan setelah melahirkan seperti, kelelahan fisik dan mental akibat kurang tidur, serta perubahan emosi dan hormonal yang memengaruhi suasana hati dan tingkat energi ibu yang sedang menyusui. Perubahan fisik yang dialami ibu setelah melahirkan menyebabkan mereka kehilangan rasa percaya diri. Ibu juga mengalami perubahan yang signifikan dalam hidupnya seperti, menjadi orang tua baru, kesulitan buang air kecil serta besar setelah melahirkan, dan kehadiran bayi yang memerlukan perhatian malam hari dapat mengganggu pola tidur ibu dan menyebabkan stres (Kodrat, 2010).

Proses menyusui menimbulkan sejumlah komplikasi seperti, nyeri payudara, penghentian ASI, dan pembengkakan payudara yang dapat menimbulkan kecemasan dan stres serta membahayakan *psychological well-being* ibu dan mengganggu produksi ASI (Kodrat, 2010). Masalah psikologis ini dapat diatasi dengan meningkatkan *psychological well-being* ibu (Hernanto et al., 2022). *Psychological well-being* diartikan sebagai hasil evaluasi diri

individu yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan tujuan pribadi. Ini digunakan untuk mengkarakterisasi *psychological well-being* individu dalam kaitannya dengan fungsi psikologis positif (Ryff, 1995). *Psychological well-being* membantu penilaian ibu terhadap keadaan diri mereka saat ini dan pengembangan strategi perilaku yang bertujuan untuk mencapai tingkat kepuasan hidup tertinggi (Gassman et al., 2020).

Secara psikologis, *psychological well-being* mencakup pemahaman yang mendalam tentang keadaan mental, emosional, dan sosial seseorang serta kesadaran akan kesejahteraan diri sendiri dan masyarakat. *Psychological well-being* merupakan landasan bagi individu untuk merasa bahagia, menemukan makna hidup, dan berfungsi secara optimal dalam segala aspek kehidupannya (Wibowo, 2022). Tingkat *psychological well-being* yang tinggi berkontribusi terhadap peningkatan produktivitas, hubungan interpersonal yang sehat, dan kualitas hidup yang baik (Aziza, 2023). Oleh karena itu, menjaga *psychological well-being* sangat penting untuk pembangunan masyarakat yang sehat, tangguh, dan berkelanjutan secara mental (Jati, 2023). *Psychological well-being* ibu menyusui sangat penting karena berdampak langsung pada kesehatan fisik dan mental ibu, kualitas perawatan yang diberikan kepada bayinya, serta tumbuh kembang dan kesejahteraan anak (Hernanto, 2022). Ketika seorang ibu merasa bahagia, tenang, dan emosi stabil, produksi ASI meningkat, ikatan emosional ibu dan anak semakin kuat, dan depresi pasca melahirkan menurun (Susanti, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan menggunakan metode wawancara kepada dua orang ibu menyusui. Subjek pertama mengatakan bahwa tiga bulan awal ASI hanya mau keluar jika menggunakan alat pompa ASI dan ASI yang dihasilkan juga seringkali berwarna merah muda. Keluarga dari pihak suami tidak setuju jika subjek memberikan ASI kepada anaknya karena melihat ASI yang dihasilkan subjek berwarna merah muda, hal tersebut membuat subjek mengalami stres karena menanggung perasaan bersalah kepada anaknya karena tidak dapat memberikan ASI secara optimal. Subjek mengatakan ketika melakukan konsultasi perihal ASI yang berwarna merah muda kepada bidan di salah satu klinik, subjek tidak dilayani dengan baik oleh pihak klinik tersebut. Pihak klinik mengatakan bahwa subjek terlalu khawatir dengan ASI yang berwarna merah muda, hal tersebut membuat subjek kesal sehingga meninggalkan komentar buruk di postingan instagram klinik tersebut. Ketika anak mulai mau menyusui secara langsung dari payudara subjek, kadangkala karena posisi menyusui yang tidak tepat membuat subjek kelelahan dan diperparah dengan puting payudara yang sering lecet karena digigit anak subjek. Subjek mengatakan bahwa setelah memiliki anak dan mulai menyusui, subjek tidak lagi memperhatikan penampilannya sendiri hal ini membuat subjek seringkali ditegur oleh

mertuanya. Mertua subjek sering membanding-bandingkan subjek dengan iparnya yang cantik sehingga membuat subjek sering merasa iri dan kurang percaya diri hingga menolak datang ke acara yang telah dibuat oleh mertuanya.

Subjek kedua mengatakan bahwa selama enam bulan ASI sulit untuk keluar karena puting payudara subjek yang rata, sehingga menyebabkan anak menjadi susah untuk menyusu. Subjek disarankan oleh tetangganya untuk menggunakan *nipple puller* atau alat yang berguna untuk menarik puting yang datar agar menonjol sehingga memudahkan bayi untuk menyusu dan disarankan untuk menggunakan alat pompa ASI lebih sering agar puting payudaranya keluar. Puting payudara subjek mengalami lecet-lecet, perih hingga berdarah, dan sakit ketika belajar *direct breastfeeding* atau metode menyusui yang dilakukan secara langsung pada payudara ibu. Saat melakukan metode *direct breastfeeding*, subjek seringkali menangis hingga gemetar karena menahan sakit. Subjek belajar metode *direct breastfeeding* melalui video yang berasal dari internet. Ketika subjek pergi ke puskesmas terdekat untuk melakukan konsultasi tentang metode *direct breastfeeding*, respon yang diberikan oleh bidan malah membuat subjek kesal. Bidan tersebut mengatakan bahwa subjek harusnya mencari informasi terpercaya tentang metode *direct breastfeeding* pada orang yang profesional seperti dirinya, hal ini membuat subjek menatap sinis bidan tersebut jika subjek datang berkunjung ke puskesmas. Subjek juga mendapatkan komentar tidak menyenangkan dari keluarganya karena berat badan anak subjek terlihat lebih kurus dibandingkan dengan anak iparnya, mengakibatkan sering pergi diam-diam menangis dan menyalahkan dirinya.

Dukungan sosial merupakan aspek penting yang membantu *psychological well-being* seseorang. Dukungan sosial adalah jenis interaksi dan bantuan yang diberikan oleh orang lain dalam lingkaran sosial terdekat seseorang (Omniara et al., 2019). Oleh karena itu, mendukung *psychological well-being* ibu melalui dukungan sosial, layanan kesehatan mental, dan pertimbangan kebutuhan psikologis merupakan langkah penting menuju membangun masa depan yang lebih baik bagi ibu, bayi, dan masyarakat secara keseluruhan (Pasyola, 2021). Dukungan dari tenaga kesehatan termasuk dalam kategori dukungan sosial yang fokus pada pemberian bantuan dan membangun hubungan positif agar dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesehatan (Setiawan, 2023).

Tenaga kesehatan mempunyai peran penting dalam berinteraksi dengan masyarakat. Peran tersebut mencakup interaksi yang memberikan dampak positif terhadap kesehatan dan kesejahteraan masyarakat, khususnya pada ibu menyusui (Tria, 2022). Tenaga kesehatan dapat berbagi pengetahuannya kepada ibu menyusui mengenai pencegahan penyakit, perawatan kesehatan, dan menjalani gaya hidup sehat melalui interaksi langsung

(Yuliana, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Ilska dan Przybyła-Basista (2017) menemukan bahwa dukungan pasangan mempunyai dampak yang signifikan terhadap *psychological well-being* seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Sakalidis (2021) menunjukkan bahwa ibu menyusui lebih sedikit mengalami stress karena adanya dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan yang sangat berperan.

Penelitian yang dilakukan Maya (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kondisi tempat bekerja dan lingkungan kerja yang dapat memengaruhi *psychological well-being* ibu menyusui. Berdasarkan hasil penelitian Beggs (2021), mengungkapkan bahwa kurangnya dukungan pasangan dan jaringan sosial, serta kurangnya interaksi dari tenaga kesehatan mengakibatkan terjadi hambatan pada ibu menyusui. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui. Manfaat dari penelitian ini adalah mendorong peningkatan *psychological well-being* ibu menyusui melalui pemberian dukungan tenaga kesehatan. Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu secara teoritis diharapkan dapat menambah pengetahuan dan keilmuan dalam kajian studi psikologi sosial. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan mampu menjadi masukan yang berguna bagi para pembaca.

Psychological Well-Being

Psychological well-being ditandai dengan keadaan individu yang dapat menerima dirinya apa adanya, memiliki hubungan dekat dan baik dengan orang lain, tidak bergantung pada individu lain ketika sedang dalam menghadapi tekanan sosial, memiliki kendali atas dirinya sendiri dan mampu mewujudkan potensi dirinya secara maksimal (Ryff, 2015). Tingkat *psychological well-being* yang tinggi dicapai oleh individu yang mempunyai keadaan emosional yang baik, puas dengan kehidupannya, dan mampu mengatasi pengalaman buruk yang mungkin telah memicu keadaan emosi negatif (Rahmania et al, 2019). Mckey dan Walker (2021) menyatakan *psychological well-being* adalah kelangsungan hidup yang lebih besar daripada kepuasan dan bagaimana orang dapat menerima dan mencintai diri mereka secara tulus. Berdasarkan beberapa teori tersebut dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* merujuk pada kondisi seseorang yang mampu mencapai fungsi psikologis yang optimal sebagai hasil dari pengalaman hidupnya.

Dimensi *psychological well-being* terdiri dari enam dimensi (Ryff, 1995), yaitu: (1) *autonomy* merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengambil keputusan dan mengendalikan diri dalam menjalani kehidupan, (2) *positive relations with others* mencakup kemampuan untuk membentuk dan mempertahankan hubungan yang sehat serta positif

dengan orang lain, (3) *environmental mastery* yaitu kemampuan untuk mengelola dan mengatasi tuntutan-tuntutan dari lingkungan sekitar, (4) *personal growth* merupakan kemampuan untuk terus berkembang sebagai individu, mengeksplorasi potensi diri dan mencapai pertumbuhan pribadi, (5) *purpose of life* merujuk pada memiliki tujuan dan makna dalam hidup yang memberikan arah dan focus, (6) *self- acceptance* kemampuan untuk menerima dan memiliki perasaan positif terhadap diri sendiri, termasuk segala kelebihan dan kekurangan.

Faktor-faktor yang dapat memengaruhi *psychological well-being* individu (Ryff, 2008) yaitu, pertama dukungan sosial yaitu berupa gambaran pola perilaku yang mendukung individu berdasarkan emosi positif yang berasal dari orang-orang penting dalam kehidupannya. Kedua kepribadian, yaitu individu yang memiliki kepribadian yang antusias, mampu menjaga hubungan dengan orang lain dan mengembangkan emosi yang baik. Ketiga usia, yaitu seiring bertambahnya usia individu maka *psychological well-being* akan mengalami rangkaian perkembangan. Keempat jenis kelamin, faktor ini terkait dengan kebahagiaan individu dimana perempuan yang memiliki skor yang lebih tinggi pada skala yang menilai fungsi sosial. Kelima status sosial ekonomi mengacu pada tingkat sosial orang yang memiliki penghasilan tinggi dan cenderung bahagia dan terhindar dari stres.

Dukungan Tenaga Kesehatan

Perceived social support atau dukungan sosial yang dipersepsi oleh Cohen (2000), merupakan model dukungan sosial yang paling penting dengan kesehatan, model dukungan sosial ini paling dikenal manfaatnya dalam mengurangi stress. Dukungan tenaga kesehatan memegang peranan penting dalam meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental seseorang; melibatkan pelayanan kesehatan yang komprehensif, pengetahuan profesional, dan empati dapat memberikan dukungan yang esensial untuk pemahaman kondisi kesehatan, proses penyembuhan, serta membangun hubungan saling percaya yang mendasar untuk meraih kesejahteraan yang optimal (Sutrisminah et al, 2022). Berdasarkan teori tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan tenaga kesehatan memainkan peran krusial dalam memberikan perawatan yang holistik dan berdaya dorong, melibatkan pengetahuan, keahlian, dan empati, para profesional kesehatan menciptakan lingkungan yang mendukung pasien maupun masyarakat untuk mengatasi tantangan kesehatan mereka, meraih pemulihan, dan membangun fondasi kesejahteraan yang berkelanjutan.

Terdapat empat kriteria dukungan tenaga kesehatan (Sutrisminah et al, 2022) yaitu pertama adalah dukungan emosional mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu yang bersangkutan. Dukungan instrumental, mencakup

bantuan langsung, dapat berupa jasa, waktu, atau uang. Dukungan penghargaan dapat merujuk pada pengakuan dan apresiasi terhadap individu. Terakhir adalah dukungan informasi, mencakup pemberian nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran, informasi atau umpan balik. Dukungan kesehatan membantu ibu menyusui dalam melakukan pengawasan dan pendukungan yang diperlukan, memberikan edukasi tentang cara yang benar dalam menyusui, memberikan dukungan emosional, dan memberikan pendukungan lingkungan. Dengan dukungan dari tenaga kesehatan dapat membantu ibu menyusui dalam melakukan pemberian asi eksklusif dan meningkatkan *psychological well-being*. Ibu menyusui adalah perempuan yang sedang memberikan ASI kepada anaknya, yang merupakan makanan paling bernutrisi untuk bayi bagi pertumbuhan dan perkembangannya (Arvina, 2008).

Dinamika Dukungan Tenaga Kesehatan Terhadap Psychological well-being ibu menyusui

Ibu menyusui adalah kondisi di mana seorang wanita memberikan ASI kepada bayinya (Karlina, 2017). Ini adalah fase penting dalam perjalanan perkembangan bayi, karena ASI memberikan nutrisi yang sangat baik dan perlindungan kekebalan bagi bayi. *Well-being* ibu dalam menjalani proses menyusui merupakan hal penting yang harus dirasakan ibu agar dalam pemberian ASI dapat dilakukan secara optimal selama enam bulan dan dilanjutkan hingga enam tahun. Hal tersebut efek positif untuk perkembangan bayi dan anak serta baik untuk kesehatan emosional ibu (Hidayah, 2020). Bagi seorang ibu yang menghadapi proses hamil, melahirkan, dan menyusui tidak lepas dari dampingan tenaga kesehatan mulai dari dokter, bidan, bahkan juga perawat. Untuk kebutuhan kontrol kesehatan ibu sejak hamil, melahirkan, khususnya hingga masa menyusui untuk melihat bagaimana dukungan tenaga kesehatan membantu memberikan informasi, edukasi, dampingan agar ibu menyusui dapat mengoptimalkan kemampuannya dalam memberikan ASI kepada anak (Sutrisminah, 2022).

Tenaga kesehatan sangat penting dalam memberikan perawatan yang menyeluruh dan positif. Melalui pengetahuan, keahlian, dan empati mereka, para profesional kesehatan menciptakan lingkungan yang membantu pasien dan masyarakat mengatasi masalah kesehatan, mencapai pemulihan, dan membangun dasar kesejahteraan yang berkelanjutan. Berdasarkan hasil penelitian Aprila et al (2022) mengungkapkan bahwa dukungan tenaga kesehatan menjadi salah satu pengaruh yang berperan penting dan signifikan terhadap ibu dalam pemberian asi eksklusif pada bayi. Jenis dan bentuk pelayanan kesehatan yang diberikan oleh tenaga medis kepada pasien adalah dengan memberikan pelayanan promotive, preventif, kuratif, dan rehabilitative yang dilaksanakan secara terpadu, menyeluruh, dan berkesinambungan (Melia, 2023). Berdasarkan konsep teori penelitian

terdahulu tentang dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui maka peneliti berassumsi bahwa terdapat pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui.

Metode Penelitian

Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu korelasional dengan pendekatan kuantitatif yang merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk mengukur hubungan antara dua variabel tanpa adanya pengaruh dari variabel lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Kayu Tangi.

Variabel Penelitian

Terdapat dua variabel pada penelitian ini, yaitu variabel bebas (X) adalah dukungan tenaga kesehatan dan variabel terikat (Y) *psychological well-being*. Variabel bebas (X) yaitu dukungan tenaga kesehatan merupakan bantuan yang dapat dinikmati individu berupa kenyamanan fisik dan psikologis, perhatian, penghargaan, dan pemberian informasi kesehatan. Sedangkan variabel terikat (Y) yaitu *psychological well-being* merupakan keadaan seseorang yang menerima dirinya apa adanya, memelihara hubungan baik dan bersahabat dengan orang lain, mempunyai kendali atas dirinya sendiri dan mampu mewujudkan seluruh potensi dirinya, apapun tekanan sosialnya.

Responden Penelitian

Populasi penelitian adalah sebagai sekumpulan subjek yang akan dikenai penyamarataan hasil penelitian (Azwar, 2021). Populasi penelitian juga merupakan karakteristik pribadi, perkembangan ataupun daerah (Periantalo, 2016). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di puskesmas Kayu Tangi yang berjumlah 315 orang. Pada penelitian ini, sampel diambil berdasarkan teknik *non probability sampling* yaitu tidak memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota populasi yang terpilih sebagai sampel. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *incidental sampling* yang digunakan ketika penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila dipandang cocok sebagai sumber data (Sugiono, 2019). Berdasarkan analisis aplikasi *G*Power 3.1.9.4* dengan *effect size* f^2 (0,15), *alpha error prob* (0,05), *power 1-β err prob* (0,8), dan *predictor* (1) dihasilkan jumlah minimal sampel sebanyak 55 responden. Adapun sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 orang ibu menyusui di puskesmas Kayu Tangi. Tujuan utama responden penelitian ini adalah 100 orang ibu menyusui, namun untuk

menormalkan data pada akhirnya dipangkas menjadi 98 orang ibu menyusui. Sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 98 orang ibu menyusui di puskesmas Kayu Tangi. Berdasarkan hasil dari penyebaran instrumen penelitian dapat diperoleh data demografi subjek yang dikelompokkan berdasarkan ibu menyusui, lama pernikahan, dan Pendidikan terakhir yang disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1. *Data Demografi Responden*

Karakteristik		N	%
Ibu Menyusui	ASI Eksklusif	78 Orang	79%
	Relaktasi	20 Orang	20%
	Total	98	100%
Lama Pernikahan	1-3 Tahun	7 Orang	7%
	4-6 Tahun	32 Orang	32%
	7-10 Tahun	41 Orang	41%
	10 Tahun Ke Atas	18 Orang	18%
	Total	98	100%
Pendidikan Terakhir	SD	6 Orang	6%
	SMP/MTS	24 Orang	24%
	SMA/MA/SMK	44 Orang	44%
	Perguruan Tinggi	24 Orang	24%
	Total	98	100%

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala likert (Sugiono, 2019) yang digunakan untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi individu atau sekelompok individu tentang fenomena yang telah ditetapkan peneliti. Interval jawaban yang digunakan peneliti dalam skala pengukuran adalah sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala *psychological well-being* ibu menyusui dan skala dukungan tenaga kesehatan. Kedua skala tersebut disusun sendiri oleh peneliti. Skala dukungan tenaga kesehatan disusun mengacu pada empat kriteria dukungan tenaga kesehatan (Sutrisminah et al, 2022) yaitu pertama adalah dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penghargaan, dan dukungan informasi. Konstruk skala dukungan tenaga kesehatan ini berjumlah 40 item dengan 20 item *favorabel* dan 20 item *unfavorabel*, setelah pengurangan skala dukungan tenaga kesehatan ini berjumlah 25 item dari hasil konstruk skala dengan item *favorabel* berjumlah 17 dan item *unfavorabel* berjumlah 8.

Tabel 2. *Blueprint Dukungan Tenaga Kesehatan*

NO	Kriteria	INDIKATOR	Nomor Item		Jumlah
			Favorble	Unfavorble	
1	Dukungan Emosional	a. Ungkapan empati terhadap individu yang bersangkutan	1, 2	-	2
		b. Ungkapan kepedulian terhadap individu yang bersangkutan	3, 4	5	3
		c. Ungkapan perhatian terhadap individu yang bersangkutan	6, 8	7, 9	4
2	Dukungan Instrumental	a. Bantuan langsung berupa jasa	10	11	2
		b. Bantuan langsung berupa waktu atau uang	12	-	1
3	Dukungan Penghargaan	a. Pengakuan terhadap individu	13, 14	15	3
		b. Apresiasi terhadap individu	16, 18	17, 19	4
4	Dukungan informasi	a. Pemberian nasehat	20, 21	-	2
		b. Pemberian petunjuk-petunjuk	22, 23	24	3
		c. Pemberian saran-saran	25	-	1
		d. Pemberian informasi atau umpan balik	-	-	
Total					25

Skala *psychological well-being* ibu menyusui disusun mengacu pada dimensi yang dikembangkan oleh Ryff (1995), yang mencakup enam dimensi sebagai indikatornya yaitu otonomi (*autonomy*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan penerimaan diri (*self-acceptance*). Konstruk skala *psychological well-being* ibu menyusui berjumlah 24 item dengan *favorabel* berjumlah 12 item dan *unfavorabel* berjumlah 12 item, setelah terjadi pengguguran item skala *psychological well-*

being ini berjumlah 15 item dari hasil konstruk skala dengan item *favorabel* berjumlah 10 dan item *unfavorabel* berjumlah 5.

Tabel 3. *Blueprint Skala Psychological Well-Being*

No	Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			Favorabel	Unfavorabel	
1	<i>Self-Acceptance</i> (penerimaan diri)	a. Menerima kelebihan dan kekurangan diri	1	-	1
		b. Perasaan positif terkait kehidupan yang sudah dijalani dan kehidupan yang sedang dijalani	2	3	2
2	<i>Positive relationship with others</i> (hubungan positif dengan orang lain)	a. Bersikap positif dan percaya dalam hubungan dengan orang lain.	-	4	1
		b. Memiliki perasaan empati, afeksi, dan keintiman yang kuat	5	-	1
3	<i>Autonomy</i> (kemandirian)	a. Mampu untuk mengambil keputusan dan mengevaluasi diri sendiri	6	7	2
		b. Mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bersikap dengan cara yang benar.	-	8	1
4	<i>Environmental mastery</i> (penguasaan lingkungan)	a. Mampu memilih dan mengontrol lingkungan sesuai dengan kondisi diri.	9	-	1
		b. Menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan.	10	-	1

5	<i>Purpose in life</i> (tujuan hidup)	a. Memiliki tujuan hidup yang terarah.	11	-	1
		b. Mampu merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalani.	12	13	2
6	<i>Personal growth</i> (pertumbuhan pribadi)	a. Menyadari potensi yang ada dalam diri.	14	-	1
		b. Memiliki keinginan untuk terus mengembangkan diri dan terbuka terhadap pengalaman.	15	-	1
Total					15

Prosedur dan Analisis Data

Prosedur analisis data merupakan proses penerapan teknik statistik dan logika secara sistematis yang berguna untuk mendeskripsikan, mengilustrasikan, memadatkan, mereapitulasi, serta mengevaluasi data. Pada penelitian ini, peneliti terlebih dahulu mengkonstruksi skala *psychological well-being* berdasarkan dimensi *psychological well-being* menurut Ryff (1995) dan skala dukungan tenaga kesehatan berdasarkan kriteria dukungan tenaga kesehatan menurut Sutrisminah et al (2022). Kemudian, skala dukungan tenaga kesehatan dan *psychological well-being* ibu menyusui diuji coba kepada 60 subjek. Data yang telah terkumpul akan dianalisis untuk menguji validitas konstruk menggunakan metode diskriminan dan teknik *corrected item-total correlation*. Selanjutnya akan dilakukan uji reliabilitas dengan pendekatan konsistensi internal menggunakan *alpha-cronbach*. Setelah alat ukur dari skala dukungan tenaga kesehatan dan *psychological well-being* ibu menyusui telah siap, maka peneliti selanjutnya akan melakukan pengambilan data kepada 100 responden.

Setelah semua data telah terpenuhi, peneliti akan melakukan analisis data menggunakan regresi linear sederhana yang mana analisis data ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel bebas (dukungan tenaga kesehatan) terhadap variabel terikat (*psychological well-being*). Analisis data regresi linear merupakan salah satu jenis statistik parametrik yang digunakan dalam penelitian dan berfungsi untuk memprediksi perubahan yang ada pada variabel terikat (*psychological well-being*) karena adanya perubahan pada variabel bebas (dukungan tenaga kesehatan). Dalam

menggunakan jenis statistik parametrik ini terdapat prasyarat yang terdiri dari dua yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan Kolmogorov Smirnov dan uji linearitas menggunakan via anova. Adapun program yang digunakan untuk mendapatkan hasil factual pada penelitian ini yaitu program JASP (*Jeffreys's Amazing Statistics Program*).

Hasil dan Diskusi

Dalam penelitian kuantitatif, uji asumsi dan hipotesis merupakan tahapan statistika penting. Pada penelitian ini, kedua tahapan tersebut dilakukan dengan program JASP, sehingga diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4. Uji Asumsi

NO	Uji Asumsi	Dukungan Tenaga Kesehatan		<i>Psychological Well-Being Ibu Menyusui</i>		Dukungan Tenaga Kesehatan* <i>Psychological Well-Being Ibu Menyusui</i>	
		<i>Statistic</i>	<i>P</i>	<i>Statistic</i>	<i>P</i>	<i>Statistic</i>	<i>P</i>
1	Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	0.130	0.072	0.110	0.185	-	-
2	Uji Linearitas						
	<i>Linearity</i>	-	-	-	-	18.701	.000
	<i>Deviation from linearity</i>	-	-	-	-	1.741	.049

Berdasarkan Tabel 4, variabel dukungan tenaga kesehatan dan *psychological well-being ibu menyusui* memiliki nilai signifikansi yang masing-masing sebesar 0,072 dan 0,185 ($p > 0,05$) menunjukkan distribusi data yang normal. Dengan demikian, hasil uji normalitas menggunakan teknik *kolmogorov-smirnov* menyimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memenuhi asumsi normalitas. Adapun uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan model *Via Anova*, di mana nilai signifikansi *F-Linearity* dianggap signifikan jika ($p < 0,05$), dan *deviation from linearity* jika ($p > 0,05$). Hasil uji menunjukkan nilai *linearity* $< .001$ dan *deviation from linearity* .049, menunjukkan bahwa data linear, sehingga hubungan antar variabel memenuhi asumsi linear.

Adapun hasil uji korelasi yang menggunakan metode *Pearsons'r* dengan melihat nilai signifikansinya dinyatakan memiliki hubungan apabila $P < 0,05$. Uji korelasi pada penelitian ini dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 5. Uji Korelasi

Variabel	Dukungan Tenaga Kesehatan (Pearson's <i>r</i>)	Psychological Well-Being Ibu Menyusui (Pearson's <i>r</i>)	P
Dukungan Tenaga Kesehatan*Psychological Well-Being Ibu Menyusui	0.382	0.382	<.001

Tabel uji korelasi menunjukkan korelasi signifikan antara kedua variabel dengan koefisien 0,382 ($P < 0,001$), menunjukkan hubungan positif yang kuat dan sangat signifikan secara statistik. Selanjutnya, dilakukan uji regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh suatu variabel terhadap variabel lain. Uji ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Uji Model Summary

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H1	0.382	0.146	0.137	3.103

Berdasarkan uji *model summary*, diketahui bahwa nilai R sebesar 0.382 dengan hasil koefisien determinasi R² sebesar 0.146. Hal ini dapat dikatakan bahwa besaran pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being ibu menyusui* yaitu 14,6%.

Tabel 7. Uji Coefficients

Model	Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H ₁ (Intercept)	13.706	2.632		5.207	< .001
Dukungan Tenaga Kesehatan	0.274	0.068	0.382	4.052	< .001

Dari tabel uji *coefficients* di atas, hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa dukungan tenaga kesehatan memiliki pengaruh terhadap *psychological well-being ibu menyusui* dengan nilai yang diperoleh ($b = 13.706$, $SE = 0.068$, $p < 0.05$).

Adapun deskripsi data variabel dukungan tenaga kesehatan dan *psychological well-being ibu menyusui* yang dikelompokkan berdasarkan skor yang diperoleh dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Skala Dukungan Tenaga Kesehatan dan Psychological Well-Being Ibu Menyusui

variabel	Tinggi		Sedang		Rendah	
	N	%	N	%	N	%
Dukungan Tenaga kesehatan	82	84%	12	12%	4	4%
Psychological Well-Being Ibu Menyusui	62	63%	28	29%	8	8%

Tabel 9 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan tenaga kesehatan kategori tinggi dalam aspek dukungan instrumental dengan total 11% responden dan yang berada dalam kategori rendah yaitu aspek dukungan informasi dengan total 60% responden.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aspek Dukungan Tenaga Kesehatan

No	Aspek	Kategori	Tinggi		Sedang		Rendah	
			N	%	N	%	N	%
1	Dukungan emosional		2	2%	48	49%	48	49%
2	Dukungan Instrumental		11	11%	78	80%	9	9%
3	Dukungan Penghargaan		2	2%	44	45%	52	53%
4	Dukungan Informasi		6	6%	33	34%	59	60%

Tabel 10 menampilkan distribusi tingkat *psychological well-being ibu menyusui* dalam enam aspek yang berbeda dan masing-masing menunjukkan jumlah responden dan persentase dari total. Aspek dengan skor paling tinggi dalam tabel adalah *self-acceptance*, dengan 51% responden berada pada kategori tinggi dan aspek dengan skor rendah adalah aspek *personal growth* dengan 62% responden.

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aspek Psychological Well-Being Ibu Menyusui

No	Aspek	Kategori	Tinggi		Sedang		Rendah	
			N	%	N	%	N	%
1	<i>Self-acceptance</i>		50	51%	48	49%	0	0%
2	<i>Positive relationship with others</i>		3	3%	70	71%	25	26%
3	<i>Autonomy</i>		3	3%	64	65%	31	32%
4	<i>Environment al mastery</i>		5	5%	75	77%	18	18%
5	<i>Purpose in life</i>		8	8%	56	56%	35	36%

6	Personal growth	2	2%	35	36%	61	62%
---	-----------------	---	----	----	-----	----	-----

Diskusi

Berdasarkan hasil analisis mengenai pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui, diperoleh nilai R square sebesar 14,6% yang menunjukkan adanya pengaruh dukungan tenaga kesehatan sebagai variabel bebas terhadap *psychological well-being* ibu menyusui sebagai variabel terikat. Hal ini mengertikan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Kayu Tangi. Berdasarkan hasil dari uji korelasi, dukungan tenaga kesehatan dan *psychological well-being* memiliki hubungan yang positif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan tenaga kesehatan pada ibu menyusui, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* ibu menyusui. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan tenaga kesehatan pada ibu menyusui, maka akan semakin rendah juga *psychological well-being* ibu menyusui.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Setyaji dkk (2020), yang menunjukkan bahwa dukungan tenaga kesehatan dapat memengaruhi kepatuhan minum obat pada penderita skizofrenia di UPT Puskesmas Oro-Oro Ombo dengan cara memengaruhi perilaku pasien dengan menyampaikan tindakan tertentu secara antusias dan terus menerus memberikan penghargaan yang positif bagi pasien yang telah mampu beradaptasi dengan baik. Apriliani (2024) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan tenaga kesehatan terhadap kepatuhan ibu hamil melakukan ANC di UPTD Puskesmas Sukmajaya Tahun 2023. Penelitian oleh Gurnida dkk (2022) juga menunjukkan bahwa dukungan yang baik dari petugas kesehatan yang dimulai sejak masa kehamilan hingga menyusui akan sangat berpengaruh terhadap pola pemberian ASI eksklusif pada ibu pekerja sektor industri yaitu sebesar 26,60 kali.

Sutrisminah (2022) mengemukakan empat kriteria dukungan tenaga kesehatan yaitu, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Berdasarkan hasil penelitian pada aspek dukungan tenaga kesehatan, dapat diketahui bahwa aspek yang dominan memengaruhi dukungan tenaga kesehatan pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Kayu Tangi adalah aspek dukungan instrumental sebesar 11%. Dewi (2018) menjelaskan bahwa dukungan instrumental dapat berupa pendidikan, edukasi, dan bantuan teknis yang diberikan oleh tenaga kesehatan untuk membantu ibu dalam mengatasi masalah yang timbul selama proses menyusui, seperti masalah puting susu yang sakit, kurangnya pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar, dan lain-lain. Kemudian, dalam penelitian yang dilakukan oleh Nasution, dkk.

(2022), menjelaskan bahwa dukungan instrumental mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pemberian ASI eksklusif menunjukkan bahwa ibu yang menerima dukungan instrumental lebih cenderung untuk terus menyusui dalam jangka waktu yang lebih lama. Hal ini mengacu pada pentingnya dukungan instrumental dalam memfasilitasi pemberian ASI, khususnya pada tahap awal ketika para ibu mungkin memerlukan bantuan tambahan dalam mengelola tanggung jawab rumah tangga dan merawat bayi mereka yang baru lahir.

Berdasarkan data distribusi frekuensi *psychological well-being* ibu menyusui, 63% berada pada Tingkat tinggi, 29% sedang, dan 8% berada pada kategori rendah. Hal ini menjelaskan bahwa 62 ibu menyusui yang menjadi responden penelitian ini memiliki *psychological well-being* yang tinggi. Penelitian oleh Modak, dkk. (2023), menjelaskan bahwa menyusui telah terbukti memiliki manfaat psikologis yang besar bagi para ibu, termasuk menumbuhkan rasa percaya diri dan meningkatkan *psychological well-being*. Rendahnya *psychological well-being* terhadap ibu menyusui dapat menyebabkan stres yang tinggi, yang dapat memengaruhi produksi ASI. Stres dapat mengurangi produksi ASI dan membuat ASI kurang baik untuk bayi. Tegawati (2016) mengungkapkan bahwa Ibu yang memiliki keinginan untuk berkembang pribadi dan memiliki tujuan hidup yang jelas dapat memiliki *psychological well-being* yang lebih baik.

Ryff (1995), mencetuskan enam dimensi *psychological well-being* yaitu otonomi (*autonomy*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), pertumbuhan pribadi (*personal growth*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan penerimaan diri (*self-acceptance*). Berdasarkan tabel distribusi frekuensi aspek *psychological well-being* ibu menyusui, aspek penerimaan diri (*self-acceptance*) merupakan aspek yang paling berpengaruh terhadap *psychological well-being* ibu menyusui dengan presentase 51%. Sejalan dengan penelitian Cankaya dan Atas (2023), yang menjelaskan bahwa penerimaan diri (*self-acceptance*) memiliki peran penting dalam membina *psychological well-being*. Hal ini dikarenakan penerimaan diri (*self-acceptance*) mengacu pada kemampuan individu beraktivitas dan berperilaku dalam pemilihan cara menyesuaikan diri terhadap hubungan individu dengan lingkungan. Augustia dan Kristiana (2016), juga mengungkapkan penerimaan diri (*self-acceptance*) pada ibu menyusui dapat meningkatkan kesadaran diri mereka terhadap kebutuhan dan perasaan mereka sendiri. Hal ini memungkinkan mereka untuk lebih efektif dalam menghadapi tantangan dan kekhawatiran yang timbul selama proses menyusui.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istighosah (2022), menunjukkan bahwa tenaga kesehatan memberikan dukungan psikologis kepada ibu menyusui melalui bantuan emosional dan psikologis sehingga dukungan yang diberikan

dapat membantu mengurangi kecemasan dan stress yang dialami oleh ibu menyusui, sehingga meningkatkan *psychological well-being* ibu dan bayi. Fau, dkk. (2019) dalam penelitiannya juga mengemukakan bahwa faktor yang memengaruhi keyakinan ibu dalam proses menyusui adalah dukungan dari tenaga kesehatan. Dalam proses menyusui, dukungan tenaga kesehatan memainkan peran penting sebagai unsur *psychological well-being* dalam memengaruhi tingkat kepuasan dan keberhasilan dalam proses menyusui ibu. Deyreh dan Abibizadegan (2021) mengemukakan bahwa dalam proses menyusui, *psychological well-being* adalah keadaan psikologis yang baik dan stabil, dimana ibu menyusui memiliki kesejahteraan emosional, sosial, dan kognitif yang optimal.

Dalam proses menyusui, *psychological well-being* ibu menyusui meningkat ketika tenaga kesehatan memberikan bantuan berupa dukungan, karena *psychological well-being* merupakan syarat keberhasilan menyusui, dan dukungan tenaga kesehatan menjadi faktor yang memengaruhi *psychological well-being* ibu menyusui (Yuksel, 2019). Sejalan dengan temuan oleh Ravalidi, dkk. (2022), menunjukkan bahwa *psychological well-being* yang merupakan keyakinan dalam menyusui akan memicu dukungan tenaga kesehatan dengan bantuan berupa membantu ibu menyusui mengelola kesehatan mental mereka selama masa-masa sulit dan mempromosikan *psychological well-being* secara keseluruhan. Hal ini pula lah yang menentukan tingkat ASI eksklusif dalam menyusui. Dukungan tenaga kesehatan dapat memengaruhi seseorang secara signifikan dengan meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental, memberikan rasa aman dan kepercayaan diri, serta motivasi dan dukungan psikologis (Yuliana, 2021). Menurut Widiastuti dan Ramayanti (2022), dalam menyusui, *psychological well-being* ibu memainkan peran penting dalam keberhasilan proses ini.

Ibu yang merasa didukung secara emosional dan mental cenderung memiliki pengalaman menyusui yang lebih positif dan berkelanjutan. Dukungan tenaga kesehatan menjadi dorongan untuk mencapai keberhasilan menyusui yang optimal, dan ketika dukungan tenaga kesehatan terwujud, *psychological well-being* pun terwujud. Sukriani dan Noordiati (2022) menyatakan bahwa kepuasan dalam menyusui dapat dirasakan ketika ibu memiliki *psychological well-being* yang baik, didukung oleh tenaga kesehatan, serta merasa percaya diri dan nyaman dalam proses menyusui. Seperti yang dijelaskan Arini dkk, (2022), Ibu akan merasakan percaya diri dan nyaman dalam menyusui apabila dukungan tenaga kesehatan hadir secara konsisten, memberikan edukasi yang tepat, serta menawarkan bantuan emosional dan praktis. Semakin terpenuhi dukungan tenaga kesehatan, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* ibu dalam menyusui.

Seorang ibu menyusui yang mulai memasuki fase kehidupan sebagai tanggungjawabnya menjalani tugas dari Allah SWT, yang dimana proses menyusui merupakan fitrah bagi setiap perempuan yang mana tugas tersebut tidak dapat diambil alih oleh laki-laki. Kondisi yang Sejahtera sangat penting ada di dalam proses ibu menyusui, karena setiap ibu memiliki naluri yang kuat untuk bisa memberikan yang terbaik kepada anaknya. Sebagaimana firman Allah mengatakan, "*Kami mewasiatkan kepada manusia (agar berbuat baik) kepada kedua orang tuanya. Ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah dan menyapihnya dalam dua tahun. (Wasiat Kami,). Bersyukurlah kepada-Ku dan kepada kedua orang tuamu."* Hanya kepada-Ku (kamu) kembali." (QS. Luqman 31:14), berkaitan dengan pentingnya bagi anak untuk menghormati dan memberikan penghargaan kepada orang tua, termasuk ibu yang telah menjalankan tugasnya sebagai perempuan. Ayat ini mendorong umat untuk memberikan dukungan yang baik kepada ibu menyusui untuk menjaga kesehatan dan *psychological well-beingnya*, termasuk dukungan tenaga kesehatan.

Simpulan

Berdasarkan hasil Analisa, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan tenaga kesehatan terhadap *psychological well-being* ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Kayu Tangi. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan tenaga kesehatan, maka semakin meningkat pula *psychological well-being* ibu menyusui. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan tenaga kesehatan, maka semakin menurun juga *psychological well-being* ibu menyusui. Penelitian ini menekankan pentingnya dukungan tenaga kesehatan saat ibu menjalani proses menyusui agar *psychological well-being* ibu lebih kuat sehingga ibu merasa lebih percaya diri dan nyaman dalam memberikan ASI dan bisa tercapai pemberian ASI eksklusif selama dua tahun. *Psychological well-being* ibu menyusui yang tinggi akan cenderung memiliki kesehatan emosional yang stabil, ikatan emosional yang kuat dengan bayi, dan pengalaman menyusui yang positif.

Daftar Pustaka

- Alini, A., & Novrika, B. (2023). Pkm dukungan kesehatan mental ibu hamil di desa pulau rambai wilayah kerja puskesmas kampa. *COVIT (Community Service of Tambusai)*, 3(2), 17-25.
- Aprila, N., & Astiningsih, N. W. W. (2022). Hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dan pendidikan ibu dengan pemberian asi eksklusif pada bayi usia 6-12 bulan di posyandu wilayah kerja puskesmas harapan baru samarinda. *Borneo Studies and Research*, 3(3), 2525-2536.

- Aprilia, D., & Fitriah, A. (2017). Efektivitas kelas edukasi (ke) menyusui untuk meningkatkan efikasi diri ibu menyusui dalam memberikan asi eksklusif di banjarmasin. *Muadalah*, 4(2).
- Apriliani, S. (2024). Dukungan suami, dukungan nakes dan tingkat pengetahuan serta hubungannya terhadap kepatuhan ibu hamil melakukan anc. *Indonesia Journal of Midwifery Sciences*.1(3), 388-397.
- Arini, A., Octaviana, I., & Masfufah, M. (2022). Penyuluhan tentang teknik menyusui pada ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas kawatuna palu. *Medani: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 35-38.
- Arvina, O. (2008). Persepsi ibu bekerja tentang pemberian asi eksklusif terhadap bayi usia 0-6 bulan di kelurahan kalibanteng kidul kecamatan semarang barat (*Doctoral dissertation, Universitas Diponegoro*).
- Astutik, R. Y., Anggraeni, S., & Istighosah, N. (2022). Pendidikan kesehatan: cara menyusui yang benar pada ibu menyusui di era pasca pandemi covid-19. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(Suplemen HKN), 1-5.
- Augustia, U. A., & Kristiana, I. F. (2016). Studi kasus tentang gambaran proses pengembangan kepercayaan diri pada anak tunarungu. *Jurnal Empati*, 5(1), 74-77.
- Aziza, M., Nuriyyatiningrum, N. A. H., & Zikrinawati, K. (2023). Gambaran psychological well-being pada pegawai di bidang pendidikan diniyyah dan pondok pesantren di kementerian agama provinsi jawa tengah. *Psychopedia: Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 8(1), 32-42.
- Azwar, S. (2021). *Metode penelitian psikologi* (edisi 2). Pustaka Pelajar
- Beggs, B., Koshy, L., & Neiterman, E. (2021). Women's perceptions and experiences of breastfeeding: a scoping review of the literature. *BMC Public Health*, 21(1), 2169.
- Çankaya, S., & Ataş, A. (2023). The relationship of psychological well-being and cognitive emotions with breastfeeding self-efficacy in mothers in the postpartum period. *Developmental Psychobiology*, 65(3), e22371.
- Delvina, V., Kasoema, R. S., & Fitri, N. (2022). Faktor yang berhubungan dengan produksi air susu ibu (asi) pada ibu menyusui. *Human Care Journal*, 7(1), 153-164.
- Dewi, A. D. C. (2018). Hubungan pendidikan dan dukungan tenaga kesehatan dengan ASI eksklusif di puskesmas merdeka Palembang tahun 2018. *Masker Medika*, 6(2), 389-395.
- Deyreh, E., & Abidizadegan, A. (2021). Effectiveness of emotion-regulation training in resilience, psychological wellbeing, and quality of life among mothers with mentally disabled children. *Razavi International Journal of Medicine*, 9(4), 97-106.
- Fau, S. Y., Nasution, Z., & Hadi, A. J. (2019). Faktor predisposisi ibu usia remaja terhadap pemberianasi eksklusifpada bayi di kecamatan luahagundre maniamolo kabupaten nias selatan. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 165-173.
- Fitriani, D. A., Astuti, A. W., & Utami, F. S. (2021). Dukungan tenaga kesehatan dalam keberhasilan ASI eksklusif: A scoping review. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia ISSN*, 5(1), 26- 35.

- Gassman-Pines, A., Ananat, E. O. and Fitz-Henley, J. (2020). Covid-19 and parent-child psychological well-being. *Pediatrics*. pp. 1–23.
- Gonçalves-Ferri, W. A., Pereira-Cellini, F. M., Coca, K., Aragon, D. C., Nader, P., Lyra, J. C., & BRACOVID Project Collaborative Group. (2021). The impact of coronavirus outbreak on breastfeeding guidelines among brazilian hospitals and maternity services: a cross- sectional study. *International breastfeeding journal*, 16, 1-11.
- Gurnida, D. A., Nurihsan, A. J., & Effendi, J. S. (2022). Hubungan antara pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, peran petugas kesehatan, dan hak menyusui terhadap pola pemberian asi eksklusif pada ibu pekerja di sektor industri yang memiliki fasilitas menyusui. *Gizi Indonesia*, 45(1), 59-66.
- Hernanto, F. F., Yaner, N. R., & Permana, R. A. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi psychological well being ibu hamil dan ibu menyusui saat masa pandemi covid-19 di surabaya. *NERSMID: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 5(2), 235-246.
- Hidayah, S. N., Chikmah, A. M., & Baroroh, U. (2020). Pengalaman ibu menikah dini yang gagal memberikan asi eksklusif. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(1), 11-15.
- Ilska, M., & Przybyła-Basista, H. (2017). Partner support as a mediator of the relationship between prenatal concerns and psychological well-being in pregnant women. *Health Psychology Report*, 5(4), 285–295.
- Istighosah, N. (2022). Pengaruh paritas dengan kejadian stress psikologi ibu menyusui minggu pertama post partum di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 48-55.
- Jati, N. M. K. P., & Pramadi, A. (2023). Mindfulness-based cognitive therapy untuk meningkatkan psychological well-being pada individu dewasa awal dengan emotional loneliness. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 11(3), 110-115.
- Kamariyah, N. (2014). Kondisi psikologi mempengaruhi produksi asi ibu menyusui di bps aski pakis sido kumpul surabaya. *Journal of Health Sciences*, 7(1).
- Karlina, E. (2017). Pemberian asi kepada anak menurut thanthawi jauhari dalam al jawāhir fī tafsīr alqurān al karīm. (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Kodrat, Laksono. (2010). *Dahsyatnya ASi & Laktasi*. Yogyakarta: Media Baca.
- Lakey, B., & Cohen, S. (2000). Social support theory and measurement. In S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists* (pp. 29–52). Oxford University Press.
- Maulina, R. H., Merida, S. C., & Novianti, R. (2022). Dukungan sosial dengan psychological well-being pada ibu yang mendampingi anak pada masa pembelajaran daring. *Jurnal Sudut Pandang*, 2(12), 10-23.
- Maya, A. J., Moukarzel, S., Kremers, S. P. J., & Gubbels, J. S. (2021). Factors related to breastfeeding support in lebanese daycare centers: a qualitative study among daycare directors and employees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6205.
- McKay, T., & Walker, B. R. (2021). Mindfulness, self-compassion and well-being. *Personality and Individual Differences*, 168. 110412

- Melia, R., Arif, A., & Anggraini, A. (2023). Hubungan peran tenaga kesehatan, keberhasilan gizi menyusui dan kesiapan mental-psikologi ibu dengan keberhasilan menyusui bayi di puskesmas talang betutu palembang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4354-4364.
- Modak, A., Ronghe, V., & Gomase, K. P. (2023). The psychological benefits of breastfeeding: fostering maternal well-being and child development. *Cureus*, 15(10).
- Nasution, N. I., Andayani, L. S., & Sanusi, S. R. (2022). Effect of Instrumental and Emotional Support to Exclusive Breastfeeding in Rantau Utara District in 2021. *International Journal of Science and Healthcare Research*, Vol 7(2), 91-95
- Omnihara, H. W., Marpaung, W., & Mirza, R. (2019). Kepercayaan diri ditinjau dari dukungan sosial pada penyandang tuna netra. *Psycho Idea*, 17(2), 114.
- Pasyola, N. E., Abdullah, A. M., & Puspasari, D. (2021). Peran parenting self-efficacy dan optimisme terhadap psychological well-being ibu yang memiliki anak intellectual disability. *Sympathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 131-142.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Perintalo, J. (2019). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar
- Rahmania, Munir, A., & Budiman, Z. (2019). Hubungan lokus kendali internal dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada penyandang disabilitas di aceh tengah. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 1(1), 49-58.
- Ravaldi, C., Mosconi, L., Wilson, A. N., Amir, L. H., Bonaiuti, R., Ricca, V., & Vannacci, A. (2022). Exclusive breastfeeding and women's psychological well-being during the first wave of COVID-19 pandemic in Italy. *Frontiers in Public Health*, 10, 965306.
- Rohma, R. N., & Syah, A. M. (2021). Psychological well being pada wanita. *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 21-30.
- Rollins, N. C., Bhandari, N., Hajeerhoy, N., Horton, S., Lutter, C. K., Martines, J. C., & Victora, C. G. (2016). Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices?. *The lancet*, 387(10017), 491-504.
- Ryff, C. D. (2015). Psychological wellbeing revisited: advances in science and practice. *Psychother Psychosom*, 83(1).
- Ryff, C. D. and Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), pp. 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: a eudamonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(13).
- Sakalidis, V. S., Rea, A., Perrella, S. L., McEachran, J., Collis, G., Miraud, J., & Geddes, D. T. (2021). Wellbeing of breastfeeding women in australia and new zealand during the covid-19 pandemic: a cross-sectional study. *Nutrients*, 13(6), 1831.
- Setiawan, H., Pratomo, H., Nafilata, I., & Yuliana, R. (2023). Dukungan sosial dan stress reduction pada ibu hamil di era pandemi covid-19: studi pendekatan literature review. *VISI KES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 22(1), 12-19.

- Setyaji, E. D., Marsanti, A. S., & Ratnawati, R. (2020). Hubungan dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan minum obat penderita skizofrenia. *Jurnal Health Sains*, 1(5), 281-287.
- Sukriani, W., & Noordiat, N. (2022). edukasi asi eksklusif melalui whatsapp group dan pendampingan pada tujuh hari pertama kelahiran: exclusive breastfeeding education through whatsapp group and assistance on the first seven days of birth. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(Special-1), 164-168.
- Sugiono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Alfabeta.
- Sulfemi, W. B., & Yasita, O. (2020). Dukungan sosial teman sebaya terhadap perilaku bullying. *Jurnal Pendidikan*, 21(2), 133-147.
- Susanti, R. N. (2017). Efektivitas pelatihan mindfulness untuk meningkatkan psychological well-being ibu bekerja yang mengalami work-family conflict. (*Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945*).
- Sutrisminah, E., Hudaya, I., & Wahyuningsih, W. (2022). Hubungan dukungan tenaga kesehatan terhadap pemberian exclusive breastfeeding (ebf) pada ibu bekerja. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 48-55.
- Tria, T. D., & Yunus, S. (2022). Pola interaksi masyarakat desa dengan tenaga kesehatan pada masa covid-19 (studi kasus di desa jaluk, kecamatan ketol, kabupaten aceh tengah). *Jurnal Sosiologi Dialektika Sosial*, 8(1), 32-43.
- Tegawati, L. M. (2016). Pelatihan “orangtua sadar” untuk meningkatkan psychological well-being pada orangtua yang memiliki anak usia remaja. *Jurnal Ilmu Ekonomi dan Sosial*, 5(2), 170-187.
- Wattimena, I., Susanti, N. L., & Marsuyanto, Y. (2012). Women's psychological strengths in breastfeeding. *Journal of the National Public Health*, 7(2), 56-62.
- WHO. (2020). “Pekan menyusui dunia: unicef dan who menyerukan pemerintah dan pemangku kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di indonesia selama covid- 19.”
- Wibowo, M. E. S. (2022). Studi fenomenologi terkait psychological well-being pada pelaku usaha batik di kampoeng batik kauman kota pekalongan. *INOBIIS: Jurnal Inovasi Bisnis dan Manajemen Indonesia*, 5(4), 489-504.
- Widiastuti, Y. P., & Ramayanti, E. D. (2022). Tingkat pengetahuan ibu menyusui berpengaruh terhadap upaya untuk meningkatkan produksi ASI selama pandemi COVID 19. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 7(2), 97-106.
- Yuksel, A., & Bayrakci, H. (2019). Self-efficacy, psychological well-being and perceived social support levels in pregnant women. *International Journal of Caring Sciences*, 12(2), 1-10.