

Hubungan Perilaku Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum

(The Relation Behavioral Treatment Of Breast With Smoothness Breastfeeding Postpartum Women)

Vendi Eko K¹, Fahrur Rozi², Novy Tri Wahyu Astuti¹

¹STIKes Bahrul 'Ulum Jombang, Jawa Timur.

²AKPER Bahrul Ulum Jombang, Jawa Timur.

E-mail : vendi.awan@gmail.com

ABSTRAK

Sering dijumpai pada ibu post partum mengalami Produksi ASI yang kurang dan lambat keluar dapat menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup. Masalah menyusui pasca persalinan dini adalah putting susu nyeri, lecet, payudara bengkak. Masih banyak ibumenyusui yang tidak melakukan perawatan payudara, kemungkinan hal ini yang menyebabkan ketidaklancaran pengeluaran ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perilaku perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu postpartum di desa Kedunglosari Kabupaten Jombang. Desain penelitian adalah Analitik Korelasi dengan pendekatan Cross Sectional. Populasi ibu postpartum adalah 100 orang, teknik sampling yang digunakan Quota Sampling dan didapatkan sampel sebanyak 30 ibu. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar wawancara. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki perilaku perawatan payudara negative dan terjadi kelancaran pengeluaran ASI 16 responden (53.3%). Analisis menggunakan uji statistic spearman's-rho. Berdasarkan hasil uji statistic menunjukkan p value = $0.002 < \alpha$ (0.05) berarti ada hubungan perilaku perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu postpartum di desa Kedunglosari Kabupaten Jombang. Berdasarkan hal tersebut hendaknya semua ibu postpartum menyadari bahwa pentingnya melakukan perawatan payudara untuk menghindari ketidaklancaran pengeluaran ASI.

Kata kunci: perilaku perawatan payudara, kelancaran pengeluaran ASI.

ABSTRACT

Mostly in mothers postpartum experiencing less milk production and the slow out may cause the mother did not breastfeed her baby enough, the problem of early postpartum breastfeeding is nipple pain, blisters, swollen breasts And there are still many breastfeeding mothers who do not perform breast care, possibility this is causing an insufficient the expenditure of ASI. The purpose of this study is to determine the relationship of behavior breast care with the ASI smoothness of post partum mother in the Kedunglosari village Jombang. The study design used is analytic correlation with cross sectional approach. While the sampling technique used is non-probability sampling method using quota sampling, with 100 people population and the 30 post partum mothers sample. These results indicate that the majority of respondents behave positively in the treatment of breast ammount 16 people (53.3%) and the other half respondents smoothness of ASI ammount 15 people (50%). Data analysis using Spearman Rank Test with significant level that is p value = $0.002 < \alpha$ (12:05) so H_1 there is relationship between breast care with the ASI's smoothness of post partum mothers in Kedunglosari village Jombang. Based on this study, postpartum mothers should all realize that the importance of breast care to avoid the lack of launch expenses ASI.

Keywords: breast care behavior, smoothness ASI expenditure.

PENDAHULUAN

Sering dijumpai pada ibu post partum mengalami Produksi ASI (Air Susu Ibu) yang kurang dan lambat keluar dapat menyebabkan Ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup. Hal ini karena disebabkan beberapa faktor teknis seperti puting susu yang masuk atau posisi yang salah. Selain faktor teknis ini tentunya produksi ASI juga dipengaruhi oleh asupan nutrisi dan kondisi psikologis ibu (Suryono, 2009). Perawatan payudara (*breast care*) merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi. Untuk mempercepat produksi ASI adalah dengan pengosongan payudara lebih sering sehingga cepat pengisian kembali yakni dengan melakukan perawatan payudara secara rutin. Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara yang dilaksanakan, baik oleh ibu post partum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan (Anggraini, 2010). Salah satu masalah menyusui pada masa pasca persalinan dini (masa nifas atau laktasi) adalah puting susu nyeri, puting susu lecet, payudara bengkak, dan mastitis (Ambarwati dan Wulandari, 2008). Keadaan ini memberikan dampak negatif terhadap status kesehatan, gizi serta tingkat kecerdasan anak. Masih banyak ibu yang menyusui yang tidak

melakukan perawatan payudara, kemungkinan hal ini yang menyebabkan ketidaklancaran pengeluaran ASI.

WHO (2012) merekomendasikan ibu diseluruh dunia untuk menyusui bayinya secara eksklusif guna mencapai pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan yang optimal. Di Indonesia, cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2011 yaitu 61,5%. Sedangkan pada tahun 2012 menunjukkan adanya penurunan yakni 48,6% (Kemenkes RI). Data yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan di bidang kesehatan pada tahun 2002 didapatkan 46% ketidak lancaran ASI terjadi akibat perawatan payudara yang kurang, 25% akibat frekuensi menyusui yang kurang dari 8 kali per hari, 14% akibat BBLR (Bayi Baru Lahir), 10% akibat prematur dan 5% akibat penyakit akut maupun kronis (Depkes, 2010). Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada bulan November – Februari di Desa Kedunglosari Kabupaten Jombang terdapat beberapa ibu nifas yang berjumlah 100 orang. Masing – masing tersebut didapatkan 25 orang ibu nifas yang mengalami ketidaklancaran ASI, 15 orang akibat frekuensi menyusui yang kurang dari 8x/hari, 15 orang akibat BBLR, 20 orang akibat premature, 5 orang akibat penyakit akut (Mastitis), dan 10 orang akibat perawatan payudara yang kurang. Berdasarkan hasil

wawancara dengan ibu postpartum terdapat 10 ibu yang belum mengerti cara perawatan payudara.

Ketidaklancaran produksi yang terjadi tersebut dapat diketahui dari tanda-tanda ASI yang tidak lancar, seperti : ASI tidak dapat keluar secara spontan dan memerlukan alat bantu, sebelum disusukan payudara terasa lembek, bayi kencing kurang dari 8x/hari, dan berat bayi tidak mengalami kenaikan yang sesuai dengan umur. Perawatan payudara yang dilakukan tersebut bermanfaat mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Dimana, hormone oksitosin berpengaruh dalam proses pengeluaran ASI dari kelenjar payudara. Dengan adanya hormon ini akan membuat otot saluran ASI dapat berkontraksi, sehingga ASI mudah dihisap oleh bayi. Oleh karena itu, perawatan payudara sangat penting dilakukan ibu yang telah melahirkan untuk mencegah masalah-masalah yang timbul selama laktasi, seperti pembengkakan payudara, penyumbatan saluran ASI, radang payudara dan sebagainya. (Weny Kristiyansari, 2009).

Menurut Indiarti (2007) cara meningkatkan kualitas ASI selain perawatan payudara juga diperlukan minum 8-12 gelas perhari, daun pucuk katuk dan sayur asin membuat air susu lebih banyak keluar, faktor jiwa pun penting, ibu yang hidup tenang lebih banyak mengeluarkan susu daripada ibu yang sedang dalam kesedihan, dengan obat-obatan sesuai petunjuk dokter. Berdasarkan data diatas maka

peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Perilaku Perawatan Payudara dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum di desa Tembelang kabupaten Jombang”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *analitik korelasional*. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Pada penelitian ini variabel yang diukur secara bersamaan dan satu kali adalah perilaku perawatan payudara dan kelancaran ASI. *Populasi dalam penelitian ini sebanyak 100 ibu post partum. Teknik sampling yang digunakan yakni Quota sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 ibu postpartum di Desa Kedunglosari Kabupaten Jombang. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Uji-Spearman's rho* dengan *software SPSS 16* dengan tingkat signifikasi ($\alpha = 0,05$), dimana $p < 0,05$ maka ada hubungan perilaku perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di desa kedunglosari kabupaten Jombang.

HASIL PENELITIAN

Perilaku Perawatan Payudara

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku perawatan payudara

No	Perilaku Perawatan Payudara	Prosentase (%)
1	Positif	46.7%
2	Negatif	53.3%
	Jumlah	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden berperilaku positif dalam perawatan payudara sebanyak 16 orang (53.3%).

Kelancaran ASI

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelancaran ASI

No	Kelancaran ASI	Prosentase (%)
1	Lancar	50%
2	Tidak Lancar	50%
	Jumlah	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan setengahnya dari responden kelancaran ASI sebanyak 15 orang (50%).

Tabulasi Silang Perilaku perawatan payudara dengan kelancaran ASI

Menunjukkan bahwa terjadi ketidaklancaran pengeluaran ASI pada ibu yang berperilaku negatif dalam melakukan perawatan payudara dengan jumlah 12 responden (40.0%), sedangkan yang melakukan perawatan payudara

bahwa sebagian kecil berperilaku positif dalam melakukan perawatan payudara dengan jumlah 3 responden (21.4%).

PEMBAHASAN

Perilaku Perawatan Payudara

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebagian besar dari responden perilaku perawatan payudara negatif sebanyak 16 orang (53.3%), sedangkan positif 14 orang (46.7%).

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku perawatan payudara yang baik dalam kelancaran ASI, karena perilaku perawatan payudara yang baik akan membantu dalam kelancaran ASI pada ibu menyusui. Menurut Skinner (1938) dalam (Notoatmodjo, 2010), merumuskan bahwa perilaku merupakan respons atau reaksi terhadap stimulus (stimulus dari luar). Perilaku memiliki 3 domain yaitu pengetahuan, sikap, dan praktik. Faktor perilaku dibentuk oleh tiga faktor utama yaitu : faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, keyakinan, kepercayaan, nilai-nilai, dan tradisi), faktor pemungkin (umur, status sosial ekonomi, pendidikan, sarana dan prasarana serta sumber daya), faktor pendorong atau penguat (misalnya dengan adanya contoh dari para tokoh masyarakat yang menjadi panutan). Hasil penelitian ini sesuai dengan teori, bahwa ada beberapa faktor yang bisa mempengaruhi perilaku perawatan payudara yaitu usia dan cemas.

Umur dan paritas tidak berhubungan atau kecil hubungannya

dengan produksi ASI yang diukur sebagai intik bayi terhadap ASI. Hal ini karena pemenuhan gizi bayi dan ibu setiap orang berbeda-beda. Apabila seorang ibu dengan pola hidup dan kebiasaan makan yang bergizi walaupun umurnya bisa dikatakan tua maka akan menghasilkan ASI yang bagus juga dibanding wanita muda yang menyusui tanpa diimbangi dengan sistem kebiasaan makan yang baik (Proverawati, 2009).

Umur yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai ia akan berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya (Notoatmodjo, 2010). Pada ibu usia muda perawatan pascalin yang dilakukan akan berbeda dengan ibu yang memiliki usia lebih dewasa. Usiaibu post partum di desa kedunglosari kabupaten jombang, ibu yang berusia 18-25 tahun dengan kategori perilaku positif 4 orang (13.3%), perilaku negatif 4 orang (13.3%), usia 26-35 tahun perilaku positif 8 orang (26.7%) perilaku negatif 6 orang (20%), sedangkan usia 36-45 tahun perilaku positif 2 orang (6.7%) perilaku negatif 6 orang (20%). Dari penelitian ini tidak sesuai dengan teori karena responden yang pernah mendapatkan informasi justru mereka cenderung berperilaku negatif, karena tidak semua orang mendapatkan informasi itu dapat mempengaruhi perilaku perawatan

payudara yang baik, karena suatu informasi juga bisa didapatkan dari pendidikan.

Untuk memproduksi ASI yang baik, maka kondisi kejiwaan dan pikiran harus tenang. Keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih, dan tegang akan menurunkan volume ASI. Dalam produksi ASI pada ibu yang mengalami perasaan cemas kekhawatiran bisa mengurangi oksitoksin. Disini juga memerlukan peran dan dukungan suami agar menciptakan suasana yang nyaman bagi ibu sehingga ibu dapat lebih rileks dan bisa menerapkan ASI eksklusif. Faktor yang ada hubungannya dengan perilaku perawatan payudara adalah cemas pada responden yang cemas perilaku positif 0 (0%), perilaku negatif 1 (3.3%), sedangkan tidak cemas perilaku positif 14 (46.7%), perilaku negatif 15 (50%). Dari penelitian ini tidak sesuai dengan teori karena responden yang pernah mendapatkan informasi justru mereka cenderung berperilaku negatif, karena tidak semua orang mendapatkan informasi baik darimanapun sumbernya itu dapat mempengaruhi perilaku perawatan payudara yang baik, karena suatu informasi juga bisa didapatkan dari pendidikan.

Kelancaran Pengeluaran Asi

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan setengahnya dari responden dengan kategori lancar 15 (50%), dan tidak lancar 15 (50%).

ASI adalah makanan terbaik bagi bayi yang baru lahir. ASI

merupakan makanan yang penting sempurna – bersih, mengandung antibiotik yang sangat penting, dan nutrisi yang tepat (Chumbley, 2004). Karena ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi, maka diharapkan para ibu dapat memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya tanpa terkecuali. Apapun kendalanya tidak boleh dijadikan alasan seorang ibu memberikan makanan susu formula kepada bayinya sampai usia bayi 6 bulan (Wiji, 2013).

Umur dan paritas tidak berhubungan atau kecil hubungannya dengan produksi ASI yang diukur sebagai untuk bayi terhadap ASI. Hal ini karena pemenuhan gizi bayi dan ibu setiap orang berbeda-beda. Apabila seorang ibu dengan pola hidup dan kebiasaan makan yang bergizi walaupun umurnya bisa dikatakan tua maka akan menghasilkan ASI yang bagus juga dibanding wanita muda yang menyusui tanpa diimbangi dengan sistem kebiasaan makan yang baik (Proverawati, 2009).

Umur ibu berpengaruh terhadap produksi ASI. Ibu yang umurnya lebih muda lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan dengan ibu yang sudah tua. Ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang dari 35 tahun lebih banyak memproduksi ASI dari pada ibu-ibu yang lebih tua. Faktor yang ada hubungannya dengan kelancaran pengeluaran ASI adalah usia. Ibu post partum di desa kedunglosari kabupaten jombang, ibu yang berusia 18-25 tahun dengan kategori tidak lancar 4 orang (13%) dan lancar 4 orang (13.3%), 26-35 tahun dengan

kategori tidak lancar 6 orang (20%) dan lancar 8 orang (26.7%), 36-45 tahun dengan kategori tidak lancar 5 orang (17%), dan lancar 3 orang (10%). Dari penelitian ini sesuai dengan teori yang ada sebagian besar yang mengalami kelancaran ASI usianya lebih muda dari pada ibu yang lebih tua.

Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. Faktor yang ada hubungannya dengan kelancaran pengeluaran ASI adalah pola makan 3x sehari dengan kategori tidak lancar 13 orang (43.3%), dan lancar 12 orang (40%) sedangkan tidak mengatur pola makan 3x sehari dengan kategori tidak lancar 2 orang (6.7%) lancar 3 orang (10%). Dari penelitian ini sesuai dengan teori yang ada karena pola makan yang teratur akan sangat berpengaruh terhadap produksi ASI.

Pengaliran ASI dikendalikan pada hormon oksitosin atau disebut juga hormon cinta. Kekhawatiran ibu termasuk perasaan cemas bisa mengurangi oksitosin. Untuk memproduksi ASI yang baik, maka kondisi kejiwaan dan pikiran harus tenang. Keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih, dan tegang akan menurunkan volume ASI. Disini juga memerlukan peran dan dukungan suami agar menciptakan suasana yang nyaman bagi ibu sehingga ibu dapat lebih rileks dan bisa menerapkan ASI eksklusif. Faktor

yang ada hubungannya dengan kelancaran pengeluaran ASI adalah cemas dengan kategori tidak lancar 1 orang (3.3%), dan lancar 0 orang (0%) sedangkan yang tidak mengalami cemas dengan kategori tidak lancar 14 orang (46.7%) dan lancar 15 orang (50%). Dari penelitian ini sesuai dengan teori yang ada karena perasaan cemas bisa mengurangi produksi ASI yang tidak lancar.

Penggunaan alat kontrasepsi pada ibu menyusui, perlu diperhatikan agar tidak mengurangi produksi ASI, contoh alat kontrasepsi yang bisa digunakan adalah kondom, IUD, pil khusus menyusui ataupun suntik hormonal 3 bulanan. Faktor yang ada hubungannya dengan kelancaran pengeluaran ASI adalah KB dengan kategori tidak lancar 9 orang (30%), dan lancar 5 orang (16.7%). Sedangkan tidak memakai KB dengan kategori tidak lancar 6 orang (20%), dan lancar 10 orang (33.3%). Dari penelitian ini sesuai dengan teori yang ada karena setengahnya hasil pemakaian alat kontrasepsi bisa mengalami kurangnya kelancaran ASI dan kelancaran ASI.

Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormone prolactin dan oksitosin. Faktor yang ada hubungannya dengan kelancaran pengeluaran ASI adalah perawatan payudara dengan kategori tidak lancar 14 orang (46.7%) dan lancar 14 orang (46.7%), sedangkan tidak melakukan perawatan payudara

dengan kategori tidak lancar 1 orang (3.3%) dan lancar 1 orang (3.3%). Dari penelitian ini sesuai dengan teori yang ada karena kurangnya perawatan payudara akan mengurangi produksi ASI.

Hubungan Perilaku Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi ketidaklancaran pengeluaran ASI yang tidak melakukan perawatan payudara hampir setengahnya 12 responden (40.0%), sedangkan yang melakukan perawatan payudara bahwa sebagian kecil 3 responden (21.4%) di desa kedunglosari kabupaten jombang. Dari hasil uji *spearman's-rho* yaitu α 0,05, dengan hasil sig, (2-sided) 0,002 dengan demikian hasil tersebut menunjukkan bila adanya hubungan perilaku perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum di desa Kedunglosari Kabupaten Jombang.

Selama sembilan bulan kehamilan, jaringan payudara tumbuh dan menyiapkan fungsinya untuk menyediakan makanan bagi bayi baru lahir. Setelah melahirkan, ketika hormone yang dihasilkan plasenta tidak ada lagi untuk menghambatnya kelenjar pituitara akan mengeluarkan prolactin (hormone laktogenik). Sampai hari ketiga setelah persalinan, efek prolactin pada payudara mulai biasa dirasakan. Pembuluh darah payudara menjadi bengkak tersisi darah, sehingga timbul rasa hangat,

bengkak, dan rasa sakit. Sel-sel acini yang menghasilkan ASI juga mulai berfungsi. Ketika bayi menghisap puting, reflex saraf merangsang *lobus posterior* pituitary untuk mensekresi hormone oksitosin. Oksitosin merangsang reflex *let down* (mengalirkan), sehingga menyebabkan ejeksi ASI melalui sinus aktiferus payudara keduktus yang terdapat pada puting. Ketika ASI dialirkan karena isapan bayi atau dengan pompa sel-sel acini terangsang untuk menghasilkan ASI lebih banyak. Reflex ini dapat berlanjut sampai waktu yang cukup lama (Saleha, 2009).

Jadi sebagian besar ibu yang memiliki perilaku perawatan payudara baik mempunyai kelancaran ASI yang baik. Dan ibu yang mempunyai perilaku perawatan payudara cukup dan kurang mempunyai kelancaran ASI yang cukup dan kurang pula. Hasil penelitian sesuai dengan teori dan penelitian pendukung serupa yang mengatakan bahwa jika perawatan payudara dapat mempengaruhi kelancaran ASI.

KESIMPULAN

Adanya hubungan perilaku perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di desa kedunglosari kabupaten jombang dengan nilai p value = 0.003 $< \alpha$ (0.05).

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi responden untuk memperlancar ASI dengan

perilaku perawatan payudara di Desa Kedunglosari Kabupaten Jombang.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina & Maria, dkk (2015). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kemampuan Perawatan Diri (Self Care) Pada Pasien Pasca Stroke Di Puskesmas Gundih Surabaya* Jurnal :<http://repository.wima.ac.id/3828/> diakses pada tanggal 28 Oktober 2016.
- Akhmad (2009). *Dukungan Keluarga*. Diunduh dari : [http://www: Rajawana.Com/2009/02/25/diakses_pada_tanggal_10_Oktober_2016](http://www.Rajawana.Com/2009/02/25/diakses_pada_tanggal_10_Oktober_2016).
- Arikunto (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar RISKESDAS 2013*. Diunduh dari <http://www.litbang.depkes.go.id> tanggal 26 Oktober 2016.
- Cahyono, B. dkk (2008). *Gaya Hidup dan Penyakit Modern*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hariono & Rahmawati, dkk (2014). *Relationship Family Support With The Indepence Of Stroke Patients (Study In The Inpatient Hospital Caruban)*. Nursing Jurnal Of STIKES Insan Cendekia Medika

- Jombang. Vol 08 No.002 September 2014.
- Hidayat (2009). *Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat (2010). *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Surabaya : Health Book Publishing.
- Ida Farida & Nila Amalia(2009). *Mengantisipasi stroke*. Jogjakarta.
- Jhonson L & Leny R (2010). *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ferani (2010). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Respon Sosial pada Lansia di Desa Sokaraja Lor Kecamatan Sokaraja* Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal Of Nursing) Vol. 5 No. 1 maret 2010.
- Mubarak (2009). *Ilmu Keperawatan Komunitas Konsep dan Aplikasi*. Buku 2. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmojo (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam (2009). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis* edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Hariono & Rahmawati, dkk (2014). *Relationship Family Support With The Independence Of Stroke Patients (Study In The Inpatient Hospital Caruban)*. Nursing Jurnal Of STIKES Insan Cendekia Medika Jombang. Vol 08 No.002 September 2014.
- Setiadi (2008). *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Sudoyo, Aru. W. dkk (2010). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta : Interna Publishing.
- Sugiyono (2007). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Yulianto. A (2011). *Mengapa Stroke Megarah Usia Muda*. Yogyakarta: Javalitera.