

PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU POSTPARTUM GUNA KELANCARAN PRODUKSI ASI DI RSUD DR. R. GOETENG TAROENADIBRATA PURBALINGGA

Hukia Faizatul Khoeriyah¹, P. Sulistyowati², Yuki Octavia R³

¹Politeknik Yakpermas Banyumas Program Studi Keperawatan

^{2,3}Dosen Keperawatan Di Politeknik Yakpermas Banyumas

E-mail:hukiafai@gmail.com¹,sulistyowati5yakpermas@gmail.com²,yukiocta@gmail.com³

ABSTRAK

Latar Belakang ASI merupakan makanan yang terbaik bagi bayi, ASI juga menjadi nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan bayi. Masalah yang menjadi kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif yaitu budaya memberikan makanan sebelum ASI keluar, memberikan tambahan atau mengganti ASI dengan susu formula, menghentikan pemberian ASI karena keluhan yang dialami ibu saat menyusui sehingga menyebabkan produksi ASI tidak lancar. Cara yang dapat dilakukan untuk melancarkan produksi ASI yaitu dengan perawatan payudara.

Tujuan untuk mengetahui kebenaran perawatan payudara guna kelancaran produksi ASI. Selama 3 hari, telah dilakukan penelitian dengan melakukan perawatan payudara kepada 2 responden yang telah dipilih berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan. Setelah dilakukan perawatan payudara kepada 2 responden tersebut maka terbukti bahwa Perawatan payudara mampu melancarkan produksi ASI.

Kata kunci: ASI, Perawatan payudara

ABSTRACT

Background Breast milk is the best food for babies, breast milk is also the best natural nutrition for babies because it contains the energy and substance needs of the baby. The problems that become the failure in exclusive breastfeeding are the culture of giving food before the milk comes out, giving additional or replacing breastmilk with formula milk, stopping breastfeeding because of complaints experienced by the mother while breastfeeding, causing milk production to not go smoothly.

Purpose The way that can be done to increase milk production is breast care. This scientific paper aims to find out the truth of breast care for the smooth production of breast milk. For 3 days, a study was conducted by conducting breast care to 2 respondents who had been selected based on predetermined criteria. After doing breast care to the 2 respondents, it is proven that breast care is able to accelerate milk production.

Keywords: Breast milk, breast care

PENDAHULUAN

Banyak tindakan yang relatif murah dan mudah diterapkan untuk meningkatkan kesehatan dan kelangsungan hidup bayi baru lahir. Salah satunya adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) segera setelah lahir atau biasa disebut inisiasi menyusui dini serta pemberian ASI eksklusif. Hal ini didukung oleh pernyataan *United Nations Childrens Fund* (UNICEF), bahwa sebanyak 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian anak

balita di dunia tiap tahunnya, bisa dicegah melalui pemberian ASI eksklusif selama enam bulan sejak tanggal kelahirannya, tanpa harus memberikan makanan serta minuman tambahan kepada bayi (Fikawati & Syafiq, 2010).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Seorang ibu sering mengalami masalah dalam

pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar. Hal ini akan menjadi faktor penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir (Wulandari & Handayani, 2011).

Menurut Hermayanti (2012), manfaat ASI eksklusif sangatlah besar. Manfaat untuk bayi yaitu melindungi dari infeksi gastrointestinal, tercukupi kebutuhan zat gizinya, ASI juga mengandung zat protektif sehingga bayi jarang menderita sakit. Sementara itu, manfaat untuk ibunya sendiri yaitu menambah kembalinya kesuburan pasca melahirkan sehingga menunda kehamilan berikutnya dan mencegah anemia defisiensi besi karena kembalinya menstruasi yang sempat tertunda, dan ibu lebih cepat kembali langsing.

Hal-hal yang menjadi alasan kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif misalnya budaya memberikan makanan atau minuman sebelum ASI keluar (pralaktal), memberikan tambahan susu formula karena ASI tidak keluar, menghentikan pemberian ASI karena bayi atau ibu sakit, serta ibu ingin menggantinya dengan susu formula (Roesli & Yahmi, 2009). Biasanya ibu-ibu berhenti menyusui bayinya pada bulan pertama postpartum disebabkan karena puting lecet, kesulitan dalam melakukan perlekatan yang benar serta persepsi mereka tentang ketidakcukupan produksi ASI sehingga tidak dapat memuaskan bayi. Penurunan produksi ASI hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI (Mardiyarningsih & Sabri, 2011).

Usaha-usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan dengan perawatan payudara yang bagus meliputi memeras ASI, perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting, sering-sering menyusui bayi meskipun ASI belum keluar, menyusui dini dengan teratur serta pijat oksitosin (Mardiyarningsih & Sabri, 2011). Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara yang dilakukan baik oleh ibu postpartum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari

pertama atau kedua setelah melahirkan. Pijat merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidklancaran produksi ASI. Pemijatan area payudara dengan tekanan ringan hingga sedang merupakan usaha untuk merangsang prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Roesli & Yahmi, 2009).

Dari hasil penelitian oleh Utami, Widodo dan Fajarini (2016) dengan judul pengaruh massage payudara terhadap kelancaran ekskresi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Jatinom, Klaten. Sebanyak 31 responden, sebelum dilakukan massage payudara terdapat 12 responden (38,7%) ASInya lancar dan 19 responden (61,3%) ASInya tidak lancar. Dan setelah dilakukan massage payudara, sebanyak 27 responden (87,1%) ASInya lancar dan 4 responden (12,9%) ASInya tidak lancar. Itu menunjukkan bahwa setelah dilakukan massage payudara produksi ASI menjadi lancar.

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Bidan Praktik Mandiri (BPM) wilayah puskesmas Kebumen II Kabupaten Kebumen pada bulan Juni-Agustus 2017 dengan judul efektifitas pijat oketani terhadap pencegahan bendungan ASI pada ibu postpartum pada ibu postpartum. Dalam penelitian tersebut responden dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, dimana masing-masing kelompok terdiri atas 22 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden yang dilakukan pemijatan (kelompok intervensi) sebanyak 22 responden (100%) tidak mengalami bendungan ASI. Sementara itu, kelompok kontrol didapatkan 5 responden (22,7%) tidak mengalami bendungan ASI dan 17 responden (77,3%) mengalami bendungan ASI. Hasil ini menunjukkan bahwa pemijatan menggunakan minyak zaitun pada ibu postpartum efektif dalam mencegah bendungan ASI (Kusuma, Qomar & Pratiwi, 2018).

Banyak tempat yang bisa dilakukan untuk penelitian kesehatan, salah satunya adalah RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga. Rumah sakit ini adalah salah satu layanan kesehatan milik Pemerintah Kabupaten Purbalingga yang berbentuk RSU, dikelola oleh Pemerintah Daerah Kabupaten dan

termasuk kedalam Rumah Sakit kelas B Pendidikan. RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata mengutamakan upaya penyembuhan, pemulihan dan pencegahan penyakit. Rumah sakit ini sudah sejak lama dikenal dalam pemberian pelayanan kesehatan rawat inap untuk ibu bersalin. Berdasarkan data yang didapatkan dari rekam medis RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga pada bulan Maret-Mei 2017 kunjungan ibu bersalin sebanyak 158 orang (Rekam Medik RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata, 2017 dalam Margareta, 2017).

Berdasarkan beberapa penelitian maka penulis ingin membuktikan perawatan payudara guna memperlancar produksi ASI dengan judul "Perawatan payudara pada ibu postpartum guna kelancaran produksi ASI di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga".

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah ingin membahas tentang perawatan payudara guna memperlancar produksi ASI di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga.

METODE PENELITIAN

Jenis yang akan digunakan dalam penulisan proposal karya tulis ilmiah ini adalah studi kasus. Penelitian studi kasus adalah studi yang mengeksplorasi suatu masalah keperawatan dengan batasan terperinci, memiliki pengambilan data yang mendalam dan menyertakan berbagai sumber informasi (Nursalam, 2008). Penelitian ini menggunakan studi kasus tentang penggunaan minyak zaitun untuk perawatan payudara pada ibu postpartum guna melancarkan ASI di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga.

Fokus studi kasus ini adalah perawatan payudara pada ibu postpartum guna melancarkan produksi ASI di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga.

Definisi operasional adalah mengidentifikasi variable secara operasional berdasarkan karakteristik yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Hidayat, 2011).

Teknik pengumpulan data dalam studi kasus ini adalah peneliti memilih 2 responden sesuai dengan kriteria inklusi dan memberikan lembar persetujuan kepada responden. Kemudian peneliti melakukan pengkajian guna mendapatkan data obyektif dan data subjektif tentang responden dan melakukan observasi sebelum dilakukan tindakan perawatan payudara. Perawatan payudara dilakukan dengan membandingkan kelancaran ASI pada ibu postpartum.

Setelah melakukan tindakan perawatan payudara kepada dua responden tersebut, maka peneliti melakukan observasi kembali dan menuliskan hasilnya di lembar observasi yang telah disediakan. Kemudian dari semua hasil observasi peneliti melakukan pengolahan data untuk membandingkan hasil observasi pada kedua responden dan membuat pembahasan dari perawatan payudara guna melancarkan ASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi perawatan payudara yang dilakukan pada 2 responden selama 3 hari didapatkan data sebagai berikut:

Inisial responden	Pengeluaran ASI		
	H 1	H 2	H 3
Ny. R (21 tahun)	Belum keluar	Belum keluar	Keluar
Ny. A (23 tahun)	Belum keluar	Keluar	Keluar

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa Ny. R ASInya belum keluar pada hari ke 1 dan setelah dilakukan perawatan payudara juga masih belum keluar. Pada hari ke 2 setelah dilakukan perawatan payudara ASInya masih belum keluar. Kemudian pada hari ke 3 setelah dilakukan perawatan payudara ASInya keluar, sedangkan pada Ny. A dapat dilihat bahwa pada hari ke 1 setelah dilakukan perawatan payudara ASInya belum keluar. Kemudian pada hari ke 2 setelah dilakukan perawatan payudara ASInya keluar.

Menurut Jeremy (2009), refleks oksitosin dapat dipengaruhi oleh pikiran, perasaan dan emosi ibu. Perasaan ibu dapat meningkatkan dan juga menghambat pengeluaran oksitosin. Hormon ini akan menyebabkan sel-sel otot yang mengelilingi saluran pembuat susu mengkerut atau berkontraksi sehingga ASI terdorong keluar dari saluran produksi ASI dan mengalir untuk dihisap bayi. Jadi, jika ibu memiliki pikiran, perasaan dan emosi yang kuat maka akan menekan refleks oksitosin dan menghambat kelancaran produksi ASI. Menurut Ambarwati dan Wulandari (2008), selain perawatan payudara terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI seperti makanan dan gizi pada saat ibu menyusui, kondisi psikis, faktor istirahat dan faktor hisapan anak.

Dari hasil penelitian di atas membuktikan bahwa terdapat kesesuaian penelitian dengan teori tersebut. Yaitu nampak perbandingan dalam pengeluaran produksi ASI, pada Ny. R produksi ASInya keluar pada hari ke 3 sedangkan Ny. A produksi ASInya keluar pada hari ke 2. Hal ini dikarenakan Ny. R memiliki kondisi psikologi yang kurang baik. Pada hari pertama Ny. R merasa cemas ketika menyusui bayinya karena ASInya belum keluar yang membuat bayinya menangis, kemudian setelah diberi pemahaman tentang pengeluaran ASI dan Ny. R melakukan perawatan payudara secara rutin pada hari ke 3 ASInya menjadi keluar. Sementara itu, pada Ny. A nampak tenang walaupun bayinya menangis. Karena Ny. A sudah lebih memahami jika kondisi pikirannya dapat mempengaruhi pengeluaran ASInya.

Penelitian ini juga dibuktikan oleh Kamariyah (2017) yang berjudul kondisi psikologi mempengaruhi produksi ASI ibu menyusui di BPS Aski Pakis Sido Kumpul Surabaya yaitu dari 18 responden, sebagian

besar (61,1%) ibu mengalami gangguan psikologis sehingga sebagian besar (72,2%) mengalami ketidaklancaran pada ASI. Terjadinya gangguan psikologis pada ibu adalah dipengaruhi dari faktor responden 100% ibu primipara sehingga terlihat pada penelitian seorang ibu cemas dan panik mendengar bayinya sedang menangis, ibu kebingungan karena masih baru pertama menghadapi situasi yang seperti itu dan itu menjadi faktor kesiapan ibu memasuki fase baru menjadi seorang ibu, dalam kondisi baru ibu memerlukan kesiapan dan kematangan dalam menerima pengalaman baru dalam hidupnya yaitu menjadi seorang ibu. Maka, semakin baik kondisi ibu melahirkan semakin baik pula produksi ASInya.

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan perawatan payudara pada 2 responden tersebut maka terbukti bahwa produksi ASI menjadi lancar. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Mardiyarningsih dan Sabri (2011) yaitu usaha-usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan adalah dengan perawatan payudara yang bagus yang meliputi memeras ASI, perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting, sering-sering menyusui bayi meskipun ASI belum keluar, menyusui dini dengan teratur serta pijat oksitosin. Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami, Widodo dan Fajarini (2016) kepada 31 responden menunjukkan hasil bahwa setelah dilakukan pijat payudara sebanyak 27 responden (87,1%) ASInya lancar dan 4 responden (12,9%) ASInya tidak lancar.

Hal ini juga dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Nontji (2014) dengan judul pengaruh metode demonstrasi cara perawatan payudara di RSIA Siti Khadijah Muhammadiyah Makasar menunjukkan bahwa

86,7% ibu postpartum ASInya keluar lancar setelah melakukan perawatan payudara dengan benar karena diberikan penjelasan dan demonstrasi perawatan payudara.

Indikasi kelancaran ASI dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Kriteria observasi	Ny. R (21 tahun)		Ny. A (23 tahun)	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
	Y	T	Y	T
a. Keadaan payudara ibu tidak tegang setelah bayi menyusui	✓	✓	✓	✓
b. Keadaan payudara ibu bersih	✓	✓	✓	✓
c. Frekuensi bayi menyusui dalam sehari 6-8 kali sehari	✓	✓	✓	✓
d. Frekuensi BAK bayi 6-8 kali sehari	✓	✓	✓	✓
e. Kondisi bayi setelah disusui, maka akan tertidur 2-3 jam	✓	✓	✓	✓

Kelancaran dari produksi ASI tersebut didukung dari hasil observasi pada tabel diatas, yaitu setelah dilakukan perawatan payudara dan produksi ASI menjadi lancar terlihat payudara ibu tidak tegang lagi karena bayi sudah dapat menyusui. Hal ini sesuai dengan teori dari Purnomo (2003) dalam Wijayanti dan Setyaningsih (2016), yaitu indikasi kelancaran produksi ASI dilihat dari faktor ibu antara lain dapat dilihat dari payudara terasa lembut dan ringan setiap kali menyusui, ibu dapat merasakan aliran ASI ketika bayi menyusui, ibu merasa nyaman dan tidak kesakitan ketika menyusui bayinya.

Dari hasil penelitian pada tabel di atas bayi menyusui 6-8 kali sehari dan tertidur dengan tenang 2-3 jam setelah menyusui. Menurut teori yang dikemukakan oleh Roesli (2008), bila bayi cukup mendapatkan nutrisi maka rata-rata frekuensi bayi menyusui antara 8-12 kali dalam sehari dan bayi akan tertidur dengan tenang atau nyenyak 2-3 jam setelah menyusui, hal ini menunjukkan bahwa bila bayi

semakin sering menyusui maka ASI yang diproduksi semakin banyak karena semakin tinggi kadar oksitosin pada peredaran darah yang akan merangsang prolaktin untuk terus memproduksi.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2013), yaitu frekuensi bayi minum ASI pada waktu lahir akan lebih lama dan dengan waktu yang cukup pendek yaitu 8 kali dalam sehari yang meningkat pada minggu pertama dan kedua, hal ini menunjukkan bahwa bayi mendapatkan cukup ASI namun bila bayi tidak mendapatkan cukup ASI maka bayi akan sering menangis.

Dari hasil observasi pada tabel di atas bayi buang air kecil 6-8 kali sehari setelah menyusui dengan lancar. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryani (2013), yaitu frekuensi bayi buang air kecil pada hari pertama setelah lahir adalah 6 kali dalam 24 jam, pada minggu pertama adalah 9 kali/hari dan pada minggu kedua adalah 10 kali/hari, ini menunjukkan bahwa bayi mendapatkan cukup ASI.

Sementara itu menurut Ambarwati dan Wulandari (2009), akibat yang timbul jika tidak melakukan perawatan payudara adalah anak susah menyusui karena payudara kotor, puting susu tenggelam sehingga bayi susah menyusui, ASI menjadi lama keluar sehingga bayi rewel, produksi ASI terbatas karena kurang dirangsang melalui pemijatan dan pengurutan, terjadi pembengkakan dan peradangan pada payudara serta kulit payudara terutama pada bagian puting, puting mudah lecet dan mengalami mastitis. Hal ini sesuai dengan hasil observasi yaitu sebelum dilakukan perawatan payudara keadaan payudara ibu tidak bersih, bayi susah menyusui dan sulit tertidur karena produksi ASI tidak lancar sehingga keadaan payudara ibu menjadi tegang sebelum menyusui.

SIMPULAN

Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara yang dilakukan baik oleh ibu postpartum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan. Pijat merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pemijatan area payudara dengan tekanan ringan hingga sedang merupakan usaha untuk merangsang prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 2 responden dapat disimpulkan bahwa, setelah dilakukan perawatan payudara pada 2 responden tersebut maka produksi ASI terbukti menjadi lancar. Dari hasil penelitian didapatkan responden pertama produksi ASInya lancar di hari ke 3 sedangkan responden kedua produksi ASInya lancar pada hari ke 2. Hal ini dikarenakan responden kedua lebih tenang ketika menghadapi bayinya yang menangis. Hal ini juga terbukti bahwa faktor psikologis mempengaruhi kelancaran produksi ASI.

Indikasi dari kelancaran ASI yaitu keadaan payudara ibu tidak tegang setelah bayi menyusu, keadaan payudara ibu bersih setelah dilakukan Perawatan payudara, frekuensi bayi menyusu 6-8 kali dalam sehari yang membuat bayi merasa tenang dan nyaman sehingga bayi dapat tertidur lelap 2-3 jam setelah disusui, dan yang terakhir adalah bayi BAK 6-8 kali dalam sehari. Dari semua penjelasan dan telah dibuktikan dengan penelitian, perawatan payudara terbukti dapat melancarkan produksi ASI.

SARAN

Untuk petugas kesehatan terus mensosialisasikan tentang perawatan payudara baik secara langsung melalui penyuluhan maupun melalui media sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis banyak terimakasih kepada:

1. Ns. Roni Purnomo, M. Kep., selaku Direktur Akademi Keperawatan Yakpermas Banyumas.
2. P. Sulistyowati, M. Kep selaku pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Ns. Yuki Octavia R., M. Kep selaku pembimbing pendamping yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Ambarwati, E. R & Wulandari, D. (2009). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Moco Media.
- Bulechek, G., Butcher K. H., Dochterman, M., Wagner, M. (2016). *Nursing Interventions Classification (NIC)*,

edisi ke-6. Singapore: Elsevier Singapore Pte Ltd.

Sine Kabupaten Ngawi. Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>

Ernawati, E., & Rosidah, N. (2017). Motivasi Ibu Nifas dalam Perawatan Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Tegalrejo Kabupaten Magelang Tahun 2013. *Journal of Health*, 4(1), 42-48. Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>

Kamariyah, N. (2017). Kondisi Psikologi Mempengaruhi Produksi ASI Ibu Menyusui di Bps Aski Pakis Sido Kumpul Surabaya. *Journal of Health Sciences*. Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>

Fikawati, S., & Syafiq, A. (2010). Kajian implementasi dan kebijakan air susu ibu eksklusif dan inisiasi menyusui dini di Indonesia. *Makara Kesehatan*, 14(1), 17-24. Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>

Kusumawati, K., Qomar, U. L., & Pratiwi, P. (2018). Efektifitas Pijat Oketani terhadap Pencegahan Bendungan ASI pada Ibu Postpartum. *Proccending of the URECOL*, 271-277. Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>

Herdman, T., & Kamitsuru, S. (2015). *Nanda International Inc. diagnosis Keperawatan: definisi & klasifikasi 2015-2017*. Jakarta: EGC.

Mardiyarningsih, E., & Sabri, L. (2011). Efektifitas kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi asi ibu post seksio di rumah sakit wilayah Jawa Tengah. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 6(1), 31-38. Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>

Hermayanti, D. (2012). Persepsi Keluarga Tentang Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif. *Saintika Medika*, 6 (1). Dikutip dari <https://schoolar.google.co.id/scholar>

Margareta, L. (2017). *Asuhan Keperawatan pada Ny. K P3A1 Nifas Hari Ke-0 Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Post MOW Di Ruang Bougenvile RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga*. Universitas Muhamadiyah Purwokerto. Dikutip dari https://repository.uhb.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1871

Hidayat, A. A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.

Husada, S. (2013). *Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Polindes Desa Girikerto Kecamatan*

- Marmi. (2009). Asuhan kebidanan pada masa nifas "puerperium care". Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Mitayani. (2013). Asuhan Keperawatan Maternitas. Jakarta: Salemba Medika.
- Nontji, W. (2014). Pengaruh metode demonstrasi care perawatan payudara di RSIA Siti Khadijah I Muhammadiyah Makasar. Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novita, N. (2011). Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2008). Konsep Dasar Keperawatan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Pawestri. (2018). Perawatan Payudara Ibu Post Partum. Dikutip dari <https://youtu.be/Ru89qpH8jM>
- Puspita, E. (2009). Asuhan Kegawatdaruratan Maternal dan Neonatal. Jakarta: Trans Info Media
- Roesli, U., & Yahmi, E. (2009). Manajemen Laktasi. Jakarta: IDAI.
- . (2008). Mengenal ASI Eksklusif. Jakarta: Trubus Agriwidya
- Sarwono. (2009). Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Saryono, & Pramitasari, R. D. (2009). Perawatan payudara. Jogjakarta: Mitra Cendekia.
- Suryani, E. (2013). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum di BPM Wilayah Kabupaten Klaten. Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan, 2(2). Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>
- Taufiqurrohman, M. (2009). Pengantar Metodologi Penelitian Untuk Ilmu Kesehatan. Surakarta: LPP UNS.
- Utami, D., Widodo, S., & Fajarini, Y. I. (2016). Pengaruh massage payudara terhadap kelancaran ekskresi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Jatinom. Jurnal Ilmu Kesehatan STIKES Duta Gama Klaten, 8(2). Dikutip dari <https://scholar.google.co.id/scholar>
- Wijayanti, T., & Setyaningsih, A. (2016). Efektifitas Breast Care Post Partum

Terhadap Produksi ASI. Jurnal
Kebidanan. Dikutip dari
<https://scholar.google.co.id/scholar>

Wulandari, S.R., & Handayani, S. (2011).
Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas.
Yogyakarta: Gosyen Publishing.

Yuliarti, N. (2010). Keajaiban ASI Makanan
Terbaik untuk Kesehatan, Kecerdasan,
dan Kelincahan Si Kecil. Yogyakarta:
Gosyen Publishing