

**HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG PERAWATAN PAYUDARA
DENGAN KELANCARAN PENGELUARAN ASI IBU POST PARTUM DI UPTD
PUSKESMAS TAKALALA KABUPATEN SOPPENG**
***THE RELATIONSHIP OF PUBTER WOTHER'S KNOWLEDGE ABOUT CARE BREAST
WITH FLOW EFFECT OF MILK POST PARTUM MOTHER AT UPTD PUSKESMAS
TAKALALA SOPPENG DISTRICT***

Ernawati ¹, Sallang ²

¹Puskesmas Takalala, Kabupaten Soppeng, Indonesia

²Dinas Kesehatan Kabupaten Soppeng, Indonesia

ernamong@gmail.com

*corresponding author

ABSTRAK

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi ibu nifas memiliki pengetahuan tentang perawatan payudara akan memberikan manfaat, baik dirinya maupun bayinya. Sedangkan ibu nifas yang kurang mengetahui tentang perawatan payudara akan sulit mengetahui dan melakukan perawatan payudara di rumah, sehingga diperlukan pengetahuan yang luas dan tepat mengenai perawatan payudara masa nifas. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI Ibu Post Partum di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional Study* adalah jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran/ observasi data variabel independen dan dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang berada di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng tahun 2024 sebanyak 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang berada di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng sebanyak 30 orang menggunakan teknik pengambilan sampel secara *Total Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sampel, responden yang berpengetahuan baik sebanyak 21 orang (70,0%) dan kurang sebanyak 9 orang (30,0%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sampel, responden yang mengalami kelancaran ASI sebanyak 23 orang (76,7%) dan kurang lancar sebanyak 7 orang (23,3%). Hasil penelitian ada hubungan pengetahuan dengan perawatan payudara pada ibu nifas dengan kelancaran ASI dengan nilai $p=0,014 < \alpha=0,05$, ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Disarankan kepada ibu agar dalam melakukan perawatan payudara untuk memahami teknik dan cara melakukan agar ibu dapat melakukan ketika berada di rumah yang bisa dilakukan oleh suami maupun keluarga dan kepada instansi Puskesmas agar dapat meningkatkan pelayanan kepada ibu post partum khususnya dalam pelaksanaan pijat oksitosin demi kelancaran ASI

Kata Kunci : Pengetahuan, Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu Post Partum

ABSTRACT

One of the factors that influences knowledge is information that postpartum mothers have knowledge about breast care that will benefit both themselves and their babies. Meanwhile, postpartum mothers who do not know enough about breast care will find it difficult to know and carry out breast care at home, so extensive and appropriate knowledge is needed regarding breast care during the postpartum period. The aim of this research is to determine the

relationship between postpartum mothers' knowledge about breast care and the smooth production of breast milk for postpartum mothers at the UPTD of the Takalala Community Health Center, Soppeng Regency. The research design used is quantitative with a Cross Sectional Study approach, a type of research that emphasizes the timing of measurement/observation of independent and dependent variable data. The population in this study were all postpartum mothers who were at the UPTD of the Takalala Community Health Center, Soppeng Regency in 2024, totaling 30 people. The sample in this study was 30 postpartum mothers who were at the UPTD of the Takalala Community Health Center, Soppeng Regency, using the Total Sampling technique. The research results showed that of the 30 people sampled, 21 respondents (70.0%) had good knowledge and 9 people (30.0%) had poor knowledge. The research results showed that of the 30 people sampled, 23 respondents experienced smooth breastfeeding (76.7%) and 7 people (23.3%) experienced less fluency. The results of the research showed that there was a relationship between knowledge of breast care in postpartum mothers and smooth breastfeeding with a value of $p=0.014 < \alpha=0.05$, this means that H_0 was rejected and H_a was accepted. It is recommended that when carrying out breast care, mothers understand the techniques and how to do it so that mothers can do it when they are at home, which can be done by their husbands and family, and for Puskesmas agencies to improve services for post partum mothers, especially in carrying out oxytocin massage for smooth breastfeeding.

Keywords: Knowledge, Breast Care to Smooth Post Partum Mother's Breast Milk Expenditure

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa atau waktu sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar lepas dari rahim sampai enam minggu berikutnya, disertai dengan pulihnya kembali organ-organ yang berkaitan dengan kandungan, yang mengalami perubahan seperti permukaan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan (Suherni, 2020).

Menurut data WHO (*World Health Organisation*) tahun 2021 jumlah bayi diberi ASI mencapai sekitar 24,6%. Sedangkan pada tahun 2022 mengalami peningkatan menjadi 32,7% dan pada tahun 2023 jumlah bayi diberi ASI sekitar 38,4%. Negara Maju seperti Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami mastitis rata-rata mencapai 10%. Faktor lain penyebab kejadian ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara (Kemenkes, 2023).

Di Indonesia durasi rata-rata pemberian Air Susu Ibu (ASI) hanya

berlangsung selama 18 hari hanya sekitar 17,9% dan hanya sekitar 28% bayi dibawah 6 bulan yang diberi ASI Eksklusif. Hal ini cenderung memprihatinkan karena perlu diketahui bahwa betapa pentingnya seorang ibu melakukan perawatan payudara demi untuk kelancaran ASI nya (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2022 menunjukkan bahwa jumlah bayi sebanyak 17.761 sedangkan jumlah bayi yang diberi ASI hanya sebanyak 8.956 (58.78%). Sedangkan pada tahun 2023 sebanyak 15.732 sedangkan jumlah bayi yang diberi ASI sebanyak 8.856 orang (58.76%) (Dinkes Provinsi Sulawesi Selatan, 2023).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Soppeng tahun 2021 jumlah bayi yang diberi ASI eksklusif sebanyak 3.873 orang (73,2%). Sedangkan pada tahun 2022 jumlah bayi yang diberi ASI eksklusif sebanyak 3.731 orang (72,8%). Sedangkan pada tahun 2023 jumlah

bayi diberi ASI eksklusif sebanyak 3.913 orang (74,2%) (Kemenkes, 2023).

Perawatan payudara setelah melahirkan bertujuan agar payudara senantiasa bersih dan mudah di hisap oleh bayi. Banyak ibu yang mengeluh bayinya tidak mau menyusui, bisa jadi ini disebabkan oleh faktor teknis seperti puting susu yang masuk atau posisi yang salah. Selain faktor teknis ini tentunya Air Susu Ibu juga di pengaruhi oleh asupan nutrisi dan kondisi psikologis ibu (Sulistyawati, 2021).

Perawatan payudara selama masa menyusui bertujuan agar payudara senantiasa bersih dan mudah untuk diisap oleh bayi. Setiap selesai menyusui, payudara segera dibersihkan dari ceceran air susu agar tidak menjadi media bakteri untuk berkembang. Untuk itu perawatan payudara mencegah terjadinya infeksi pada payudara seperti mastitis (infeksi mammae). Penyakit infeksi yang paling sering terjadi pada payudara adalah mastitis puerperalis. Mastitis dan abses payudara terjadi pada semua populasi dengan kebiasaan atau tanpa kebiasaan menyusui (Sarwono, 2020).

Banyak faktor yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI secara eksklusif, salah satunya berkaitan dengan kendala yang biasa dialami oleh seorang ibu seperti ASI tidak lancar, dan pembendungan ASI. Ibu yang mengalami proses menyusui yang tidak lancar akan mengalami beban pikiran bahkan menyebabkan kecemasan dan kondisi ini akhirnya membuat ibu tidak lagi memberikan ASI dengan cukup pada bayi, sehingga membuat bayi mengurangi isapannya. Seorang ibu tidak memberikan ASI pada bayi akan mengakibatkan produksi ASI statis dan bahkan terjadi penyumbatan karena berkurangnya kinerja hormon oksitosin prolactin. Oksitosin merupakan hormon yang mempunyai peran dalam

mendorong sekresi air susu (*milk let down*) (Devi, 2021).

Penelitian dilakukan oleh Mario Katuuk (2020) dengan judul Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum di Ruangan Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe berdasarkan uji *chi-square* diperoleh nilai $p\ value=0,011$. Hal ini berarti nilai p lebih kecil dari nilai α ($\alpha=0,05$), dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak.

Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Devi Elvira (2022) dengan judul Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Sikap Dalam Melakukan Perawatan Payudara di Rumah Sakit Kartika Husada Kabupaten Kubu Raya menunjukkan bahwa sebagian responden berpengetahuan kurang, kategori sikap menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki sikap tidak mendukung.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi ibu nifas memiliki pengetahuan tentang perawatan payudara akan memberikan manfaat, baik dirinya maupun bayinya. Sedangkan ibu nifas yang kurang mengetahui tentang perawatan payudara akan sulit mengetahui dan melakukan perawatan payudara di rumah, sehingga diperlukan pengetahuan yang luas dan tepat mengenai perawatan payudara masa nifas (Meita, 2023).

Data yang diperoleh dari UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng tahun 2021 jumlah ibu nifas sebanyak 79 orang. Sedangkan tahun 2022 jumlah ibu nifas sebanyak 86 orang dan tahun 2023 jumlah ibu nifas sebanyak 83 orang serta pada bulan Januari s.d Mei 2024 jumlah ibu nifas sebanyak 45 orang (Rekam Medik, 2024).

Berdasarkan hal-hal di atas sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu Post Partum di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng Tahun 2024?

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional Study* adalah jenis

penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran/ observasi data variabel independen dan dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang berada di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng tahun 2024 sebanyak 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang berada di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng sebanyak 30 orang menggunakan teknik pengambilan sampel secara *Total Sampling*.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng Tahun 2024

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
20-35 Tahun	27	90.0
>35 Tahun	3	10.0
Total	30	100

Sumber : *Data Primer 2024*

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 orang yang dijadikan sebagai sampel, responden berumur 20-

35 tahun sebanyak 27 orang (90,0%) dan umur >35 tahun sebanyak 3 orang (10,0%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng Tahun 2024

Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
SD	3	10.0
SMP	9	30.0
SMA	14	46.7
Perguruan Tinggi	4	13.3
Total	30	100

Sumber : *Data Primer 2024*

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 30 orang yang dijadikan sebagai sampel, responden berpendidikan SD sebanyak 3 orang

(10,0%), SMP sebanyak 9 orang (30,0%), SMA sebanyak 14 orang (46,7%) dan perguruan tinggi sebanyak 4 orang (13,3%).

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan
Di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng Tahun 2024**

Pekerjaan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
IRT	27	90.0
PNS	2	6.7
Honorer	1	3.3
Total	30	100

Sumber : *Data Primer 2024*

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 30 orang yang dijadikan sebagai sampel, responden bekerja sebagai IRT sebanyak 27 orang (90,0%), PNS sebanyak 2 orang (6,7%) dan honorer sebanyak 1 orang (3,3%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng Tahun 2024

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	21	70.0
Kurang	9	30.0
Total	30	100

Sumber : *Data Primer 2024*

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sampel, responden yang berpengetahuan baik sebanyak 21 orang (70,0%) dan kurang sebanyak 9 orang (30,0%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Kelancaran ASI di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng Tahun 2024

Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Kelancaran ASI	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Lancar	23	76.7
Kurang Lancar	7	23.3
Total	30	100

Sumber : *Data Primer 2024*

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sampel, responden yang mengalami kelancaran ASI sebanyak 23 orang (76,7%) dan kurang lancar sebanyak 7 orang (23,3%).

Tabel 6 Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu Post Partum di UPTD Puskesmas Takalala Kabupaten Soppeng Tahun 2024

Pengetahuan	Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Kelancaran ASI				Jumlah		Nilai <i>p</i>
	Lancar		Kurang Lancar				
	n	%	n	%	n	%	0.014
Baik	19	63,3	2	6,7	21	70,0	
Kurang	4	13,3	5	16,7	9	30,0	
Total	23	76,7	7	23,3	30	100	

Sumber : Data primer 2024

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sebagai sampel, responden berpengetahuan baik dan mengalami kelancaran ASI sebanyak 19 orang (63,3%) dan 2 orang (6,7%) kurang lancar. Sedangkan berpengetahuan kurang dan mengalami kelancaran ASI sebanyak 4 orang (13,3%) dan 5 orang (16,7%) kurang lancar. Berdasarkan hasil analisis *Chi Square* diperoleh nilai $p=0,014 < \alpha=0,05$, ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada hubungan pengetahuan dengan perawatan payudara pada ibu nifas dengan kelancaran ASI

PEMBAHASAN

Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore. Manfaat perawatan payudara yaitu menjaga kebersihan payudara, terutama kebersihan puting susu agar terhindar dari infeksi sehingga sangat penting untuk dilakukan perawatan payudara hendaknya dilakukan sedini mungkin selama kehamilan dan pada masa nifas, dalam upaya mempersiapkan bentuk dan fungsi payudara sebelum terjadi laktasi. Jika persiapan kurang dapat terjadi gangguan penghisapan pada bayi akibat ukuran puting yang kecil atau puting tenggelam. Akibat lain bisa

terjadi produksi ASI akan terhambat serta kondisi kebersihan payudara ibu tidak terjamin sehingga dapat membahayakan kesehatan bayi. Dipihak ibu, akibat perawatan yang kurang pada masa nifas ibu belum siap menyusui sehingga jika bayi disusukan ibu akan merasakan geli atau perih pada payudaranya. Perawatan payudara dapat memelihara kebersihan payudara karena dengan melakukan perawatan payudara artinya kita akan membersihkan payudara dengan menggunakan air secara langsung payudara akan terawat, akan terjaga kebersihannya dan akan terhindar dari infeksi. Meningkatkan produksi ASI, dengan perawatan payudara berarti akan meningkatkan produksi ASI karna dengan melakukan hal tersebut maka akan memperlancar atau merangsang sel-sel air susu sehingga produksi ASI akan lancar. Dengan demikian maka akan terhindar pula dari abses payudara dan bendungan ASI.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sebagai sampel, responden berpengetahuan baik dan mengalami kelancaran ASI sebanyak 19 orang (63,3%) dan 2 orang (6,7%) kurang lancar. Sedangkan berpengetahuan kurang dan mengalami kelancaran ASI sebanyak 4 orang (13,3%) dan 5 orang (16,7%) kurang

lancar. Berdasarkan hasil analisis *Chi Square* diperoleh nilai $p = 0,014 < \alpha = 0,05$, ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian ada hubungan pengetahuan dengan perawatan payudara pada ibu nifas dengan kelancaran ASI.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Mario Katuuk (2020) dengan judul Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe berdasarkan uji *chi-square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,011$. Hal ini berarti nilai p lebih kecil dari nilai α ($\alpha = 0,05$), dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Devi Elvira (2022) dengan judul Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Sikap Dalam Melakukan Perawatan Payudara di Rumah Sakit Kartika Husada Kabupaten Kubu Raya menunjukkan bahwa sebagian responden berpengetahuan kurang, kategori sikap menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki sikap tidak mendukung.

Menurut peneliti hasil penelitian yang bersikap positif yang tidak melakukan perawatan payudara dikarenakan faktor pendidikan yang kurang mendukung serta tidak mendapat informasi tentang pentingnya perawatan payudara yang melakukan perawatan payudara dikarenakan responden mengetahui serta peduli terhadap pentingnya perawatan payudara, responden yang bersikap negatif yang tidak melakukan perawatan payudara dikarenakan kurangnya informasi serta lingkungan yang tidak mendukung terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara sehingga responden tersebut tidak peduli

terhadap perawatan payudara pada masa nifas.

Peneliti berasumsi bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi ibu nifas memiliki pengetahuan tentang perawatan payudara dan dukungan suami akan memberikan manfaat, baik dirinya maupun bayinya. Sedangkan ibu nifas yang kurang mengetahui tentang perawatan payudara akan sulit mengetahui dan melakukan perawatan payudara di rumah, sehingga diperlukan pengetahuan yang luas dan tepat mengenai perawatan payudara masa nifas dimana dalam keluarga inti tugas suami sebagai kepala keluarga selain bertugas mencari nafkah, suami juga memiliki peran lainnya yaitu sebagai seorang pendamping setia yang ada di saat suka maupun duka serta sebagai rekan yang baik dalam membantu meringankan tugas istri seperti membantu pekerjaan rumah tangga dan pengasuhan anak. Peran suami pada tipe keluarga inti tentunya akan jauh lebih besar jika dibandingkan dengan tipe keluarga besar. Pada tipe keluarga besar terdapat anggota keluarga lainnya yang menjadi kepala keluarga serta pengambil keputusan terbesar dibandingkan suami. Sehingga peran suami juga akan lebih sedikit dalam pemberian ASI eksklusif karena didominasi oleh keluarga lainnya seperti orangtua dari suami atau istri.

PENUTUP

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sampel, responden yang berpengetahuan baik sebanyak 21 orang (70,0%) dan kurang sebanyak 9 orang (30,0%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 orang dijadikan sampel, responden yang mengalami kelancaran ASI sebanyak 23 orang (76,7%) dan

kurang lancar sebanyak 7 orang (23,3%).

Hasil penelitian ada hubungan pengetahuan dengan perawatan payudara pada ibu nifas dengan kelancaran ASI dengan nilai $p=0,014 < \alpha=0,05$, ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, 2021. *Anatomi Payudara*. Jakarta : TIM
- Ade Ayu Prawita. 2020. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara di Klinik Pratama Niar Medan*. *Jurnal Kebidanan Komunitas Vol. 1 No. 3 Hal. 133-141* | e-ISSN 2614-7874.
- Amaliyah, 2020. *Manfaat Air Susu Ibu*, Yogyakarta : Fitramaya.
- Budiman. 2020. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC.
- Bobak. 2021. *Buku Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC
- Cunnningham, FG. 2021. *Obstetri Williams*. Jakarta : EGC
- Devi, 2021. *Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Sikap Dalam Melakukan Perawatan Payudara di Rumah Sakit Kartika Husada Kabupaten Kubu Raya*. *Volume 7 Nomor 1 Mei 2021*.
- Depi, 2023. *Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu*. *Koloni: Jurnal Multidisiplin Ilmu, 2 (2), Tahun 2023 e-ISSN: 2828-6863*.
- Eni, RA. 2022. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Eni, 2021. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di Klinik Alisah Tahun 2021*. *Evidance Bassed Journal (EBJ)*, E-ISSN ;2722-8355.
- Hidayat, Az. 2020. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*, Salemba Medika: Jakarta
- Herry Rosyati. 2022. *Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur Tahun 2022*. *Jurnal Kedokteran dan kesehatan*. ISSN 0216-3942.
- Intan, 2022. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas Dengan Perawatan Payudara*. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Volume 12 Nomor 4, Oktober 2022 e-ISSN 2549-8134; p-ISSN 2089-0834*.
- Kemenkes. 2023. *Profil Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*
- Lubis, 2022. *ASI eksklusif*. Jakarta : EGC
- Lela, 2022. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di Puskesmas Kotarih Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2022*. *Jurnal Jikki Vol 2 No. 3 November (2022) Hal 01-08, P-ISSN : 2809-7181 E-ISSN : 2809-7173*.
- Mario Katuuk. 2021. *Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahun 2021*. *e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 6 Nomor 1 , 19 Februari 2021*.

- Marmi. 2021. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta : EGC
- Mukarramah, 2021. *Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Kassi-Kassi, Makassar. Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar Vol. 12 No. 01 2021 e-issn : 2622-0148, p-issn : 2087-0035.*
- Meita, 2023. *Hubungan Perawatan Payudara Pada Masa Kehamilan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas. Jurnal 'Aisyiyah Medika. Volume 8, Nomor 2, Agustus 2023.*
- Maimunah, 2020. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Konsumsi Nutrisi Dan Peran Suami Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Area Selatan Kota Medan Tahun 2020. Jurnal Kebidanan Vol 6, No 4, Oktober 2020 : 446-452.*
- Notoatmodjo, S. 2020. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nova, 2023. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI di Kecamatan Tapung. Collaborative Medical Journal (CMJ) P-ISSN : 2615-0328 Vol.6 No.1, Januari 2023 E-ISSN : 2615-6741.*
- Rukiyah. AY. 2020. *Asuhan Kebidanan IV Patologi*. Jakarta : TIM
- Saleha. 2021. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*, Jakarta : Penerbit Salemba Medika.