

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TENTANG PERAWATAN
PAYUDARA DAN TEKNIK MENYUSUI DENGAN TERJADINYA BENDUNGAN
PAYUDARA DI RUANG KEBIDANAN RSI IBNU SINA BUKITTINGGI
TAHUN 2017**

Debby Yolanda¹

Prodi D III Kebidanan Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi

e-mail : debbydiko@gmail.com

Abstrak

Salah satu penyebab tidak tercapainya ASI eksklusif adalah masalah dalam menyusui seperti bendungan payudara. Bendungan payudara merupakan penyempitan duktus lakteferi oleh kelenjer yang tidak dikosongkan dengan sempurna. Salah satu penyebab bendungan payudara adalah tidak melakukan perawatan payudara dan teknik menyusui yang salah. Di ruang kebidanan RSI Ibnu Sina Bukittinggi peneliti menemukan sebagian besar ibu mengalami bendungan payudara karena pengetahuan dan sikap ibu tentang perawatan payudara masih rendah dan negatif serta teknik menyusui yang salah. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap ibu tentang perawatan payudara dan teknik menyusui dengan terjadinya bendungan payudara. Penelitian ini menggunakan survey analitik dengan pendekatan cross sectional, yang dilakukan terhadap 36 ibu postpartum primigravida dengan cara accidental sampling, menggunakan uji statistik Chi-square. Penelitian dilakukan bulan Oktober – Desember 2017. Hasil penelitian yang dilakukan menggunakan uji Chi Square didapatkan nilai p value variabel pengetahuan (0,064), sikap (0,064), teknik menyusui (0,47). Apabila nilai p value < 0,05 maka Ho ditolak, dan apabila nilai p value > 0,05 artinya Ho ditolak. Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap ibu tentang perawatan payudara dengan terjadinya kejadian bendungan payudara di ruang kebidanan RSI Ibnu Sina Bukittinggi Tahun 2017 dan ada hubungan yang signifikan antara teknik menyusui dengan terjadinya bendungan payudara di ruang kebidanan RSI Ibnu Sina Bukittinggi tahun 2017. Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk lebih mensosialisasikan tentang perawatan payudara dan teknik menyusui yang benar.

Kata Kunci : *pengetahuan, sikap, perawatan payudara, teknik menyusui, bendungan payudara*

Abstract

One cause of exclusion of exclusive breastfeeding is a problem in breastfeeding such as breast dam. Breast dam is a narrowing of the lacteferic ducts by a non-empirically perfect gland. One of the causes of breast dam is not doing breast care and breastfeeding techniques are wrong. In the midwifery room of RSI Ibnu Sina Bukittinggi researchers found most mothers suffer from breast dam because knowledge and attitude of mother about breast care is still low and negative and wrong breastfeeding technique. The purpose of this study is to know the relationship knowledge and attitude of mother about breast care and breastfeeding techniques with the occurrence of breast dam. This study used an analytical survey with cross sectional approach, conducted on 36 postpartum primigravida women by accidental sampling, using Chi-square statistical test. The study was conducted from November to Januari 2018 in the midwifery room of RSI Ibnu Sina Bukittinggi. The result of the research using Chi Square test was obtained p value of knowledge variable (0,064), attitude (0,064), breastfeeding technique (0,47). If the value of p value <0.05 then Ho is rejected, and if the value of p value > 0.05 means Ho is rejected. This study shows that there is no significant relationship between knowledge and attitude of mother about breast care with occurrence of breast dam in midwifery room RSI Ibnu Sina Bukittinggi Year 2017 and there is significant relation between technique menyusui with occurrence of breast dam in midwifery room RSI Ibnu Sina Bukittinggi 2017. It is expected that health workers should be more socialized about breast care and proper breastfeeding techniques.

Keywords: *Knowledge, attitude, breast care, breastfeeding techniques, breast dam*

PENDAHULUAN

Derajat kesehatan suatu Negara dinilai dari angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB). Di Indonesia AKB masih tinggi jika dibandingkan Negara berkembang lainnya. Berdasarkan Survei

Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, AKB di Indonesia adalah 32 per 1000 kelahiran hidup. Walaupun angka tersebut mengalami penurunan dari tahun ke tahun, tetapi tentunya masih jauh dari target Sustainable Development Goals (SDGS) yaitu sebanyak 12 per 1000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (Depkes, 2016).

Menurut UNICEF, air susu ibu (ASI) eksklusif dapat menekan AKB, artinya bahwa 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian bayi di dunia setiap tahun dapat dicegah dengan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan sejak jam pertama kelahirannya tanpa memberikan makanan dan minuman tambahan kepada bayi (Sujiyatini, Nurjanah & Kurniati, 2010). Menurut Undang-undang No 33 tahun 2012 ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (PP RI, 2012).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 menunjukkan bahwa pemberian ASI di Indonesia saat ini masih memprihatinkan, persentase bayi yang menyusu eksklusif sampai dengan 6 bulan hanya 15,3%. Hal ini disebabkan kesadaran masyarakat dalam mendorong peningkatan pemberian ASI masih relative rendah (Depkes, 2011).

Penyebab bendungan ASI diantaranya adalah peningkatan produksi ASI, keterlambatan menyusui dini, pengeluaran ASI yang jarang, adanya pembatasan waktu menyusui (Wambach, 2014). Factor lainnya yaitu ibu memilih untuk tidak menyusui atau jika dia mengalami keguguran, bayi lahir mati, ibu dengan virus HIV, TBC, Kanker, ibu yang sedang menjalani pengobatan, ibu dengan pembedahan payudara dan ibu dengan cedera payudara (Fraser, 2009).

Bendungan ASI dapat terjadi ketika sesudah bayi lahir dan plasenta keluar, kadar estrogen dan progesteron turun dalam 2-3 hari. Dengan ini faktor dari hipotalamus yang menghalangi keluarnya pituitary lactogenic hormone (prolaktin) waktu hamil, dan sangat dipengaruhi oleh estrogen, tidak dikeluarkan lagi, dan terjadi sekresi prolaktin oleh hipofisis. Hormon ini menyebabkan alveolus-alveolus kelenjar payudara terisi dengan air susu, tetapi untuk mengeluarkannya dibutuhkan refleks yang menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitelial yang mengelilingi alveolus dan duktus kecil kelenjar-kelenjar tersebut. Refleks ini timbul jika bayi menyusu. Pada permulaan nifas apabila bayi belum menyusu dengan baik, atau kemudian apabila kelenjar-kelenjar tidak dikosongkan dengan sempurna, maka dapat terjadi pembendungan air susu (Wiknjosastro, 2010).

Salah satu faktor penyebab bendungan payudara adalah tidak adanya perawatan payudara sebelum dan sesudah melahirkan, hal ini semakin diperberat dengan rendahnya pengetahuan serta sikap ibu tentang perawatan payudara tersebut. (Setiyaningrum, 2009). Perawatan payudara bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara, memperbanyak atau memperlancar pengeluaran ASI sehingga tidak terjadi kesulitan dalam menyusukan

bayinya. Prosedur dalam manajemen laktasi salah satunya adalah perawatan payudara dengan cara pengurutan (Anggreini, 2010).

Selain itu, kesalahan dalam teknik menyusui juga dapat menyebabkan terjadinya pembengkakan payudara. Cara menyusui yang benar merupakan metode pemberian ASI melalui isapan bayi dengan mengatur posisi bayi dengan benar (Soetjningsih, 2010). Suatu proses pemberian ASI pada bayi dengan cara memasukkan seluruh areola payudara (daerah berwarna coklat di payudara ibu) ke dalam mulut bayi dan dengan posisi menyusui yang benar (Arini, 2012). Tujuan cara menyusui yang benar diantaranya yaitu mencegah agar putting tidak lecet, menghindari agar bayi tidak tersedak, menghindari terjadinya komplikasi khususnya bendungan ASI (Soetjningsih, 2010).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoadmojo, 2010). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kusioner untuk pengumpulan data. Populasi pada penelitian ini adalah ibu postpartum primigravida dengan jumlah sampel 36 responden dengan teknik pengambilan sampel yaitu accidental sampling. Penelitian dilakukan sejak bulan Oktober – Desember 2017 di ruang kebidanan RSI Ibnu Sina Bukittinggi tahun 2017. Menggunakan analisa bivariat dengan uji kai kuadrat (*Chi-square*).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Payudara

No	Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1	Tinggi	14	38,9
2	Rendah	22	61,1
Jumlah		36	100 %

Dari data diatas diketahui lebih dari separoh (61,1%) responden memiliki pengetahuan rendah.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Sikap Ibu Tentang Perawatan Payudara

No	Sikap	Jumlah	Persentase
1	Positif	14	38,9
2	Negatif	22	61,1
Jumlah		36	100 %

Dari data diatas diketahui bahwa lebih dari separoh (61,1%) responden memiliki sikap negatif tentang perawatan payudara.

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Teknik Menyusui Ibu

Teknik Menyusui	Jumlah	Persentase
Benar	13	36,1
Salah	23	63,9
Jumlah	36	100 %

Dari hasil penelitian diketahui bahwa lebih dari separoh (63,9%) responden memiliki teknik menyusui yang salah.

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Ibu Yang Mengalami Bendungan Payudara

Bendungan Payudara	Jumlah	Persentase
Tidak	5	13,9
Iya	31	86,1
Jumlah	36	100 %

Dari data diatas diketahui bahwa lebih dari sebagian besar (86,1%) responden mengalami bendungan payudara

Tabel 5
Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Payudara Dengan Terjadinya Bendungan Payudara

Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Payudara	Bendungan Payudara				Total		P Value
	Tidak	%	Iya	%	N	%	
Tinggi	4	28,6	10	71,4	14	100	0,064
Rendah	1	4,5	21	95,4	22	100	
Jumlah	5	13,9	31	86,1	36	100	

Dari hasil uji statistic didapatkan p value sebesar 0,064. Artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan payudara.

Tabel 6
Hubungan Sikap Ibu Tentang Perawatan Payudara Dengan Terjadinya Bendungan Payudara

Sikap Ibu Tentang Perawatan Payudara	Bendungan Payudara				Total		P Value
	Tidak	%	Iya	%	n	%	
Positif	4	28,6	10	71,4	14	100	0,064
Negatif	1	4,5	21	95,4	22	100	
Jumlah	5	13,9	31	86,1	36	100	

Dari hasil uji statistic menggunakan *Chi-Square* didapatkan p value sebesar 0,064. Artinya tidak ada hubungan antara sikap ibu tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan payudara.

Tabel 7
Hubungan teknik menyusui dengan terjadinya bendungan payudara

Teknik Menyusui	Bendungan Payudara				Total		P Value
	Tidak	%	Iya	%	n	%	
Benar	4	30,8	9	69,2	13	100	0,05
Salah	1	4,3	22	95,7	23	100	
Jumlah	5	13,9	31	86,1	36	100	

Dari hasil uji statistic didapatkan p value sebesar 0,047. Artinya ada hubungan antara teknik menyusui dengan kejadian bendungan payudara.

PEMBAHASAN

Pengetahuan ibu tentang perawatan payudara

Berdasarkan penelitian lebih dari separoh responden memiliki pengetahuan rendah. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Rahajeng Putri Ningrum, Wiwin Anitasari & Dyah Ekarini tahun 2013 yaitu lebih dari sebagian besar (93,3%) responden memiliki pengetahuan tentang perawatan payudara (Ningrum, 2013).

Selain faktor pengalaman, usia juga merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pada penelitian ini rata-rata usia responden berada pada usia produktif yaitu 20-35 tahun. Dimana usia tersebut merupakan usia yang cukup matang untuk kemampuan fisik dan berfikir seseorang dan semakin banyak usia seseorang semakin banyak pula pengalaman yang diperolehnya (Nursalam & Pariani, 2011).

Peneliti berasumsi bahwa penyebab rendahnya pengetahuan responden tentang perawatan payudara salah satunya adalah pengalaman dan usia responden. Hal ini didukung oleh teori yang mengatakan semakin bertambah usia seseorang semakin banyak

pula pengalaman yang diperoleh, dan pengalaman merupakan salah satu cara memperoleh pengetahuan.

Sikap ibu tentang perawatan payudara

Berdasarkan penelitian lebih dari separoh responden memiliki sikap negatif tentang perawatan payudara. Penelitian ini didukung dengan penelitian Penti Dora Yanti tahun 2016, dimana dalam penelitiannya lebih dari separoh (58,2%) responden memiliki sikap negatif terhadap perawatan payudara (Yanti, 2016). Sama halnya dengan pengetahuan, sikap juga dipengaruhi oleh pengalaman, usia, pendidikan, pekerjaan dan yang lainnya. Karena seseorang akan bertindak dan melakukan sesuatu berdasarkan apa yang ia ketahui. Orang yang pengetahuan tinggi akan memiliki sikap positif dan orang yang pengetahuan rendah akan memiliki sikap negatif. Salah satu faktor yang menyebabkan sikap ibu negatif adalah puting ibu lecet saat menyusui sehingga ibu tidak mau menyusui karena rasa nyeri saat ibu menyusui bayinya.

Teknik menyusui

Berdasarkan hasil penelitian diketahui lebih dari separoh memiliki teknik menyusui yang salah. Penelitian ini didukung oleh penelitian Nur Aeni, Ari Andayani & Gipta Galih Widodo tahun 2013 yaitu lebih dari separoh (51,7%) responden teknik menyusui kurang baik (Aeni, 2013). Dalam teori dijelaskan penyebab teknik menyusui yang kurang baik disebabkan karena ibu tidak memasukkan sebagian dan seluruh areola ke dalam mulut bayi. Selain itu cara ibu mendekap bayi yang tidak tepat juga mempengaruhi keaktifan bayi menghisap puting susu ibu. Padahal teknik menyusui yang benar bertujuan untuk mencegah agar puting tidak lecet, menghindari agar bayi tidak tersedak, menghindari terjadinya komplikasi khususnya bendungan ASI (Soetjiningsih, 2005). Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti berasumsi bahwa penyebab tersering teknik menyusui ibu yang salah adalah ibu tidak mengerti bagaimana cara menyusui yang benar, karena kurangnya informasi yang ibu terima tentang bagaimana teknik menyusui yang benar.

Bendungan payudara

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan lebih dari sebagian besar responden mengalami bendungan payudara. Penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Ratna Nevada Ardyan tahun 2014 diketahui lebih dari sebagian kecil (32%) responden mengalami bendungan payudara (Ardyan, 2014).

Dalam penelitian ditemukan pada ibu yang pertama kali melahirkan dan menyusui terjadi kesalahan dalam teknik menyusui membuat sebagian besar ibu mengalami puting susu lecet, akibat areola yang tidak dimasukkan seluruhnya karena merasa sedikit nyeri

sehingga responden tidak mau menyusui bayi pada payudara tersebut. Padahal seharusnya menurut teori, payudara yang mengalami bendungan payudara dan terasa penuh harus dikeluarkan isinya agar mengurangi bendungan dan mengurangi nyeri pada payudara (Saleha, 2009).

Hal ini membuktikan teori bahwa salah satu penyebab bendungan ASI adalah keadaan puting dan inisiasi menyusui dini (Prawirohardjo, 2012).

Hubungan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan terjadinya bendungan payudara

Dari hasil uji statistic didapatkan tidak ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan payudara. Dengan nilai Odds Ratio (OR) 8,400, artinya setiap perubahan pada variabel pengetahuan ibu tentang perawatan payudara akan memicu kenaikan pada variabel bendungan payudara sebesar 8,400 kali.

Dari hal diatas dapat diketahui bahwasanya pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dipengaruhi oleh banyak hal, diantaranya pendidikan, pengalaman, usia dan media massa. Salah satu penyebab tidak adanya hubungan antara pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan terjadinya bendungan payudara adalah peran media massa dan kemajuan teknologi. Dimana dalam teori dikatakan bahwasanya dengan kemajuan teknologi komunikasi dan bermacam-macam media massa dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru (Notoatmodjo, 2007).

Dari hal ini peneliti berasumsi bahwasanya responden mencari dan mendapatkan informasi tentang perawatan payudara menggunakan teknologi seperti membaca artikel-artikel ataupun buku bacaan tentang perawatan payudara dan tentang bendungan payudara, sehingga pengetahuan responden bertambah dan responden juga dapat menghindari agar tidak terjadinya bendungan payudara.

Hubungan sikap ibu tentang perawatan payudara dengan terjadinya bendungan payudara

Dari hasil uji statistic didapatkan tidak ada hubungan antara sikap ibu tentang perawatan payudara dengan kejadian bendungan payudara di ruang kebidanan RSI Ibnu Sina Bukittinggi tahun 2017. Dengan nilai Odds Ratio (OR) yaitu 8,400, artinya setiap perubahan pada variabel sikap ibu tentang perawatan payudara akan memicu kenaikan pada variabel bendungan payudara sebesar 8,400 kali.

Dalam hasil penelitian yang dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwasanya pekerjaan dapat mempengaruhi sikap responden tentang perawatan payudara. Hal ini didukung oleh wawancara yang peneliti lakukan dengan responden, diketahui bahwasanya ibu yang bekerja tidak memiliki banyak waktu untuk melakukan perawatan payudara disebabkan waktu mereka habis untuk bekerja.

Faktor kelelahan sepulang bekerja, bawaan hamil yang membuat cepat lelah serta rasa malas merupakan alasan yang sering dilontarkan responden untuk melakukan perawatan payudara setelah pulang dari bekerja.

Hubungan teknik menyusui dengan terjadinya bendungan payudara

Dari hasil uji statistic didapatkan ada hubungan antara teknik menyusui dengan kejadian bendungan payudara di ruang kebidanan RSI Ibnu Sina Bukittinggi tahun 2017. Dengan nilai Odds Ratio (OR) yaitu 9,778, artinya setiap perubahan pada variabel sikap ibu tentang perawatan payudara akan memicu kenaikan pada variabel bendungan payudara sebesar 9,778 kali.

Agar proses menyusui dapat lancar, maka seorang ibu harus mempunyai keterampilan menyusui agar ASI dapat mengalir dari payudara ibu ke bayi secara efektif. Keterampilan menyusui yang baik meliputi teknik menyusui yang benar, posisi menyusui dan perlekatan bayi pada payudara yang tepat (Hegar, 2008). Tujuan dari teknik menyusui yang benar yaitu untuk mencegah agar puting tidak lecet, menghindari agar bayi tidak tersedak, menghindari terjadinya komplikasi seperti bendungan payudara (Arini, 2012).

Dari hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwasanya sebagian besar ibu yang mengalami bendungan payudara adalah ibu yang salah dalam teknik menyusui bayi. Kesalahan yang paling sering dilakukan oleh ibu primipara adalah ibu tidak memasukkan sebagian besar areola kedalam mulut bayi, sehingga hisapan bayi cenderung tidak aktif dan puting ibu menjadi lecet. Hal ini terbukti dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan responden lebih dari separoh (55,6%) responden mengatakan bahwasanya ia tidak mengalami puting lecet. Sehingga peneliti berasumsi salah satu penyebab teknik menyusui yang salah sehingga ibu beresiko untuk mengalami bendungan payudara adalah tidak adanya sosialisasi tentang teknik menyusui yang benar oleh petugas kesehatan. Seharusnya untuk kedepan petugas kesehatan lebih menggiatkan program penyuluhan bagaimana teknik menyusui yang benar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian ini untuk sementara waktu di dapatkan disimpulkan bahwa :

- Lebih dari separoh ibu postpartum primipara memiliki pengetahuan rendah tentang perawatan payudara dengan persentase 61,1% (22 responden).
- Lebih dari separoh ibu postpartum primipara memiliki sikap negatif tentang perawatan payudara dengan persentase 61,1% (22 responden).

- Lebih dari separoh ibu postpartum primipara memiliki teknik menyusui yang salah dengan persentase 63,9% (23 responden).
- Lebih dari sebagian besar ibu postpartum primipara mengalami bendungan payudara dengan persentase 63,9% (23 responden).
- Tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan terjadinya bendungan payudara dengan nilai p value = 0,064
- Tidak ada hubungan yang bermakna antara sikap ibu tentang perawatan payudara dengan nilai p value = 0,064,
- Ada hubungan yang bermakna antara teknik menyusui dengan terjadinya bendungan payudara dengan p value = 0,047

REFERENSI

- Aditama, V. S., & Puemomo, D. I. S. (2014). Tiga Faktor Utama Yang Mempengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal STIKES*, 7 (2), 103-112.
- Aeni, N., Andayani, A., & Widodo, G. G. (2013). Hubungan Cara Ibu Menyusui Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Tenganan Kecamatan Tenganan Kabupaten Semarang. 1-6.
- Arduyan, R. N. (2014). Hubungan Frekuensi Dan Durasi Pemberian ASI Dengan Kejadian Bendungan ASI Pada Ibu Nifas.
- Astutik, E. Z., Aini, F., & Yudanari, Y. G. (2015). Pengaruh Pemberian Kompres Daun Kubis Dingin Terhadap Skala Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum Dengan Engorgement Di Kecamatan Bergas. 1-9.
- Dahlan, S. (2013). Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel. Jakarta: Salemba Medika.
- Dahlan, S. (2013). Langkah-langkah Membuat Proposal Penelitian Bidang Kedokteran Dan Kesehatan. Jakarta: CV Agung Seto.
- Darwitri. (2016). Perbedaan Efektifitas Daun Kubis Dingin Perawatan Payudara Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Postpartum Di Kota Tanjung Pinang Tahun 2016. 1-8.
- Fatimah, S., & Fauziah, A. N. (2014). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Menyusui Tentang Cara Menyusui Yang Benar Di Klinik Utama PKU Muhammadiyah Sampangan Surakarta Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, 6 (1), 56-70.
- Hasdianah., Siyoto, S., & Wardani, R. (2015). Buku Ajar Dasar-Dasar Riset Keperawatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Hutasuhut, F. A. (2011). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Di RSUD Dr. Tengku Mansyur Kota Tanjungbalai Tahun 2011. 1-45
- Kementerian Kesehatan RI. (2012). Profil Kesehatan Indonesia 2012.
- Kementerian Kesehatan RI. (2012). Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia 2012.

- Mayasari, F. D. (2015). Studi Tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Perawatan Payudara Dan Teknik Menyusui Dengan Terjadinya Bendungan Payudara Di RSB Permata Hati Malang. 1-42.
- Narula, S., & Kuswandi, K. (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Pekerjaan Ibu Dengan Keberhasilan Teknik Laktasi Pada Ibu Menyusui. *E-Jurnal Obstretika*, 3 (1), 16-32.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nufus, H. (2016). Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI. 22-28.
- Prawirohardjo, S. (2011). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Prawirohardjo, S. (2013). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Putriningrum, R., & Anitasari, W. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Primigravida Tentang Perawatan Payudara Dengan Merawat Payudara Di BPS Sunarsi Sumberlawang Sragen Tahun 2013. 1-56.
- Saleha, S. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sholichah, N. (2011). Hubungan Perawatan Payudara Ibu Postpartum Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di Desa Karang Duren Kecamatan Tengaran Kabupaten Semarang. 1-8.
- Suherni, Widyasih, H., & Rahmawati, A. (2010). *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Sulistiyawati, A. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: ANDI.
- Sutarni, & Pertiwi, H. W. (2014). Hubungan Antara Post Natal Breast Care Dengan Terjadinya Bendungan ASI Di Bidan Praktek Swasta (BPS) Wilayah Kerja Puskesmas Wuryantoro Wonogiri. *Jurnal Kebidanan*, VI (01), 43-56.

