STUDI TENTANG PRODUKTIF ASI DIKAITKAN DENGAN ANATOMI PAYUDARA DI POSYANDU DESA WADUNG PAKISAJI KABUPATEN MALANG

dr. Andre, Feni Wilarsih
Program Studi Diploma IV Bidan Pendidik
Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang
andre@gmail.com, wilarsihfeni@yahoo.com

ABSTRAK

Perawatan payudara merupakan suatu usaha yang dilakukan agar kondisi payudara baik, demi mencapai keberhasilan menyusui. Perawatan payudara pada masa nifas bertujuan memperbanyak atau memperlancar produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan teknik menyusui, bentuk puting dan perawatan payudara terhadap produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan.

Penelitian ini marupakan jenis penelitian survei analitik. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Survey cross sectional. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Desa Wadung Pakisaji-Malang. Penelitian berjalan dalam kurun waktu mulai bulan Februari hingga Maret 2013. Dalam penelitian ini di ambil sampel sebanyak 34 ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 1-6 bulan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling non random.

Masing-masing variabel bebas terdapat berpengaruh terhadap produksi ASI nilai t hitung X1 = 6.433 > t tabel = 2.042 , nilai t hitung X2 = 5.094 > t tabel = 2.042, nilai t hitung X3 = 9.972 > t tabel = 2.042 maka variabel hubungan teknik menyusui, bentuk putting dan perawatan payudara berpengaruh secara signifikan terhadap produksi ASI.

Kata kunci: produktif ASI, anatomi payudara, ibu menyusui

PENDAHULUAN

Weni (2009) menyatakan bahwa menyusui adalah proses memberikan makanan pada bayi dengan menggunakan air susu ibu langsung dari payudara ibu. Air susu ibu (ASI) memiliki semua nutrisi yang dibutuhkan bayi. ASI juga memberikan keuntungan dalam melindungi bayi terhadap penyakit seperti diare, pneumonia, diabetes dan kanker. Dengan menghisap ASI, bayi menjadi lebih dekat dengan ibu, membantunya merasa aman dan dilindungi (Thompson, 2008).

Teknik menyusui yang baik dan benar adalah apabila areola sedapat mungkin semuanya masuk ke dalam mulut bayi, tetapi hal ini tidak mungkin dilakukan pada ibu yang kalang payudaranya besar. Untuk ini, maka sudah cukup bila rahang bayi supaya menekan tempat penampungan air susu (sinus laktiferus) yang terletak dipuncak areola di belakang puting susu. Teknik salah, yaitu apabila bayi menghisap pada puting saja, karena bayi hanya dapat menghisap susu sedikit dan pihak ibu akan timbul lecet-lecet pada puting susu. Dalam menyusui usahakan sebagian besar areola dapat masuk ke mulut bayi, sehingga puting susu berada dibawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak di bawah areola (Weni, 2009).

Perawatan payudara merupakan suatu usaha yang dilakukan agar kondisi payudara baik, demi mencapai keberhasilan menyusui. Perawatan payudara pada masa nifas bertujuan memperbanyak atau memperlancar produksi ASI. Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara dan mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan hormon oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. ASI tersebut diproduksi oleh alveoli yang merupakan bagian hulu dari pembuluh kecil air susu. ASI merupakan makanan yang paling cocok bagi bayi karena mempunyai nilai gizi yang paling tinggi dibandingkan dengan

makanan bayi yang dibuat oleh manusia ataupun susu yang berasal dari hewan seperti susu sapi, susu kerbau, atau susu kambing. Pemberian ASI secara penuh sangat dianjurkan oleh ahli gizi di seluruh dunia. Tidak satupun susu buatan manusia (susu formula) dapat menggantikan perlindungan kekebalan tubuh seorang bayi, seperti yang diperoleh dari susu kolostrum (Suherni, 2009).

Lakukan perawatan payudara selama menyusui. Untuk mengurangi sakit pada payudara maka lakukan pengurutan payudara secara perlahan, kompres air hangat sebelum bayi menyusui karena panas dapat merangsang aliran ASI kemudian kompres air dingin setelah menyusui untuk mengurangi rasa sakit dan pembengkakan. Sehingga dengan pengurutan payudara secara perlahan, mengompres air hangat dan air dingin pada payudara, serta membersihkan puting secara benar dan teratur diharapkan ASI dapat keluar lancar dan proses laktasi pun berjalan lancar.

Ada beberapa ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Desa Wadung diberikan susu formula dengan alasan ASI tidak lancar. Dengan adanya masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Studi Tentang Produktif Asi Dikaitkan Dengan Anatomi Payudara di Posyandu Desa Wadung Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa desain penelitian adalah suatu upaya untuk memahami dan memecahkan masalah secara ilmiah, sistematis, dan logis.

Penelitian ini marupakan jenis penelitian survei analitik. Penelitian survei analitik adalah penelitian yang menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena atau antara faktor resiko dengan faktor efek (Notoatmodjo, 2010).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Survey cross sectional. Survey cross sectional merupakan suatu penelitian dimana data yang menyangkut variabel bebas atau risiko dan variabel terikat atau variabel akibat, akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2010).

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Posyandu Desa Wadung Pakisaji-Malang. Peneliti memilih tempat tersebut atas pertimbangan waktu, biaya serta memudahkan pengambilan data. Penelitian berjalan dalam kurun waktu mulai bulan Februari hingga Maret 2013.

Variabel penelitian dan definisi operasional

Variabel adalah ukuran atau cirri-ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan kelompok yang dimiliki oelh kelompok lain (Notoatmodjo, 2010).

Variabel adalah suatu konsep dari berbagai level dari abstrak yang di definisikan sebagai suatu alat untuk pengukuran atau manipulasi suatu penelitian (Nursalam, 2003).

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat). Variabel independen (bebas) adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Sedangkan variabel dependen (terikat) merupakan variabel yang di pengaruh atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel independen (bebas) (Sugiyono, 2008).

Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas yaitu : teknik menyusui (X_1), bentuk putting (X_2) dan perawatan payudara (X_3), sedangkan variabel tidak bebas adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas yaitu produki ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan (Y).

Populasi dan Sampel

Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan dari objek penelitian atau yang akan di teliti. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 1-6 bulan sebanyak 50.

Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa sampel adalah bagian yang diambil dari keseluruhan obyek yang di teliti dan di anggap mewakili seluruh populasi. Dalam penelitian ini di ambil sampel sebanyak 34 ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 1-6 bulan

Sampling adalah cara atau teknik - teknik tertentu, sehingga sampel tersebut mewakili populasinya. Pengambilan sampel dalam

penelitian ini menggunakan teknik sampling non random yaitu pengambilan sampel yang tidak didasarkan atas kemungkinan yang dapat diperhitungkan, tetapi semata-mata hanya berdasarkan kepada segi-segi kepraktisan belaka. Sampel dalam penelitian memenuhi kriteria inklusi yaitu ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel. Yang memenuhi kriteria inklusi ibu-ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 1-6 bulan dan bertempat tinggal di Desa Wadung serta bersedia menjadi responden (Notoatmodjo, 2010).

Analisa Data

Untuk menganalisi hubungan antara variabel hubungan teknik menyusui, bentuk putting, dan perawatan payudara terhadap produksi ASI ibu menyusui pada Bayi usia 1-6 bulan, digunakan tehnik analisis regresi linier berganda adalah sebuah tehnik analisis yang secara simultan membangun suatu hubungan matematis antara dua atau lebih variabel (X) dan sebuah variabel terikat (Y) yang bersekala interval (Sugiyono, 2000).

Adapun spesifikasi model regresi linier berganda adalah sebagai berikut :

$$Y = \beta o + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + £$$

Dimana :

Y : Produksi ASI / varabel terikat

X_1 : Variabel teknik menyusui / variabel bebas

X_2 : Variabel bentuk putting / variabel bebas

X_3 : Variabel perawatan payudara / variabel bebas

B_0 : Koofisien regresi

£ : Eror/ galat

Sugiyono (2002) menyatakan bahwa untuk menguji pengaruh X1, X2, dan X3 secara bersama-sama digunakan pendekatan analisis ragam liniear

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini mendeskripsikan tentang hubungan antara teknik menyusui, bentuk putting, dan perawatan payudara terhadap produksi ASI pada bayi usia 1-6 bulan. Secara umum yang menjadi responden adalah ibu-ibu mempunyai anak berusia 1-6 bulan di Desa Wadung Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang. Dari 34 lembar wawancara yang diisi oleh responden maka karakteristik responden dapat diuraikan sebagai berikut :

Tabel 1 Distribusi Subyek Penelitian berdasarkan Umur Ibu Yang Mempunyai Anak Usia 1-6 Bulan

Kelompok Umur	Jumlah	Prosentase (%)
< 20 tahun	3	8.8 %
20-25 tahun	12	35.3 %
26- 30 tahun	4	11.7 %
31-35 tahun	14	41.2 %
> 35 tahun	1	3 %
Jumlah	34	100%

Dari tabel 1 diatas menunjukan bahwa responden terbanyak berumur 31-35 tahun yaitu sebanyak 14 orang (41.2 %), 12 orang (35.3 %) berumur 20-25 tahun, 4 orang (11.7 %) berumur 26-30 tahun, 3 orang (8.8 %) berumur < 20 tahun dan berumur lebih dari 35 tahun sebanyak 1 orang (3 %).

Tabel 2 Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Ibu Yang Mempunyai Anak Usia 1-6 Bulan

Kelompok Pendidikan	Jumlah	Prosentase (%)
SD	9	26.5 %
SMP	22	64.7 %
SMA	2	5.8 %
PT	1	3 %
Jumlah	34	100 %

Berdasarkan dari tabel 2 diatas, dapat diketahui bahwa sebagaian besar ibu yang mempunyai anak usia 1-6 bulan yang menjadi responden mempunyai pendidikan SMP sebanyak 22 orang (64.7 %), 9 orang (26.5 %) berpendidikan SD, 2 orang (5.8%) berpendidikan SMA, sedangkan lulusan PT 1 orang (3 %).

Tabel 3 Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Pekerjaaan Ibu Yang Mempunyai Anak Usia 1-6 Bulan

Kelompok Pekerjaan	Jumlah	Prosentase (%)
IRT	21	61.7 %
Swasta	12	35.3 %
PNS	1	3 %
Jumlah	34	100 %

Berdasarkan dari tabel 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 21 orang (61,7 %), 12 orang (35.3 %) sebagai bekerja swasta dan 1 orang (3 %) bekerja sebagai PNS.

Adapun data penunjang yang berhasil dikumpulkan oleh peneliti yang meliputi usia anak ibu, urutan anak dan kelancaran produksi ASI akan dijelaskan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 4 Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Usia Anak Ibu

Kelompok usia anak ibu saat ini	Jumlah	Prosentase (%)
1 bulan	6	17.6 %
2 bulan	5	14.8 %
3 bulan	4	11.8 %
4 bulan	6	17.6 %
5 bulan	7	20.6 %
6 bulan	6	17.6 %
Jumlah	34	100 %

Diketahui bahwa bayi usia 5 bulan sebanyak 7 orang (20.6 %), bayi usia 1 bulan, 4 bulan dan 6 bulan sebanyak 6 orang (17.6 %), bayi usia 2 bulan sebanyak 5 orang (14.8 %) dan bayi usia 3 bulan sebanyak 4 orang (11.8 %).

Tabel 5 Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Urutan Anak Keberapa

Kelompok Urutan Anak keberapa	Jumlah	Prosentase (%)
Anak pertama	10	29.4 %
Anak kedua	17	50 %
Anak ketiga	7	20.6 %
Jumlah	34	100 %

Berdasarkan dari tabel 5 diatas diketahui bahwa urutan anak ke dua sebanyak 17 orang (50 %), urutan anak pertama sebanyak 10 orang (29.4 %), dan urutan anak ketiga sebanyak 7 orang (20.6 %).

Tabel 6 Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan kelancaran ASI yang Mempunyai Anak Usia 1-6 Bulan

Kelompok Kelancaraan Produksi ASI	Jumlah	Prosentase (%)
ASI keluar tidak ditekan	20	58.9 %
ASI keluar saat ditekan	8	23.5 %
ASI keluar sedikit saat ditekan	6	17.6 %
Jumlah	34	100 %

Berdasarkan dari tabel 6 diatas dapat diketahui bahwa 20 orang (58.9 %) ASI keluar tidak ditekan, 8 orang (23.5 %) ASI keluar saat ditekan, dan 6 orang (17.6 %) ASI keluar sedikit saat ditekan.

PEMBAHASAN

Pada penjelasan sebelumnya penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan teknik menyusui, bentuk puting dan perawatan payudara terhadap produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan.

Indikator untuk mengukur variable bebas masing-masing adalah :

1. Teknik menyusui (X1)
   a. Posisi ibu menyusui
   b. Posisi mulut bayi saat menyusui
   c. Lama menyusui
   d. Sehari berapa kali ibu menyusui
2. Bentuk puting (X2)
   a. Bentuk puting
   b. Kondisi puting
3. Perawatan payudara (X3)
   a. Waktu perawatan payudara
   b. Berapa hari sekali perawatan payudara
   c. Bahan dan alat perawatan payudara
4. Produksi ASI (Y)
   Berdasarkan cc (…)

Dari analisis statistika secara deskriptif yang telah dilakukan nilai rata-rata dari masing-masing variabel bebas teknik menyusui (X1), bentuk putting (X2), dan perawatan payudara (X3) dan variabel tidak bebas produksi ASI (Y) dapat dilihat pada tabel 7 seperti berikut ini

Tabel 7 Nilai Rata-Rata, Nilat Terkecil, Nilai Terbesar dan Nilai Deviasi Standar

No.	Variabel	Rata-rata	Terkecil	Terbesar	SD
1.	Teknik menyusui (X1)	10.82	7	12	1.466
2.	Bentuk putting (X2)	5.55	4	6	0.746
3.	Perawatan Payudara (X3)	10.61	8	12	1.279
4.	Produksi ASI (Y)	25.29	10	30	7.064

Hasil analisis regresi linier berganda pengaruh masing-masing variabel bebas teknik menyusui (X1), bentuk putting (X2), dan perawatan payudara (X3) terhadap variabel tidak bebas produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan (Y) di Posyandu Desa Wadung kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang seperti terlihat pada tabel 7 diatas dapat diketahui bahwa variabel bebas teknik menyusui (X1), bentuk putting (X2), dan perawatan payudara (X3) secara bersama-sama berpengaruh nyata ($\alpha = 0,05$) terhadap variabel tidak bebas produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan (Y). Skor rata-rata variabel teknik menyusui sebesar 10.82 dengan skor minimum 7 dan skor maksimum 12, untuk variabel bentuk putting skor rata-rata 5.55 dengan skor minimum 4 dan skor maksimum 6 sedangkan pada perawatan payudara skor rata-rata 10.61 dengan skor minimum 8 dan skor maksimum 12.

Sedangkan skor rata-rata untuk variabel produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan sebesar 25.29 dengan skor minimum 10 dan skor maksimum 30. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat tabel 4.7 yang menunjukan pengaruh variabel bebas adalah besar, hal tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien determinasi yaitu sebesar 73.6%. Dengan demikian berarti bahwa teknik menyusui (X1), bentuk putting (X2), dan perawatan payudara (X3) berpengaruh terhadap produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan dapat dijelaskan sebesar nilai R Square sebesar 73.6% sedangkan sisanya 26.4% dipengaruh olah variabel-variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Tabel 8 Analisis Ragam Regresi Linier Berganda, Variabel Teknik Menyusui (X1), Bentuk Putting (X2), dan Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui pada Bayi Usia 1-6 Bulan

Sumber Variasi	Derajat Bebas	Jumlah Kuadrat	Ragam	F_{hitung}	$F_{0,05}$
Regresi	3	1211.683	403.894	27.831	2.98
Galat	30	435.376	14.513	-	-
Total	33	1647.059	-	-	-

Dengan nilai $R^2 = 0.736$ atau 73.6%

Persamaan regresi linier berganda dari hasil analisis variabel bebas teknik menyusui (X1), bentuk putting (X2), dan perawatan payudara (X3) terhadap variabel tidak bebas produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan (Y) adalah sebagai berikut :

$Y = 25.329 + 2.366\ X1 + 3.248\ X2 + 1.656\ X3$

Berdasarkan persamaan diatas terlihat bahwa koefisien regresi bernilai positif, yang artinya semakin meningkatnya nilai variasi variable teknik menyusui (X1), bentuk puting (X2) dan perawatan payudara (X3) berhubungan terhadap produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan dengan nilai koefisien regresi 2.366 artinya semakin tinggi teknik menyusui dengan benar maka semakin tinggi angka keberhasilan produksi ASI ibu menyusui pada bayi usai 1-6 bulan, dengan putting susu yang menonjol maka semakin baik produksi ASI hal ini dapat dilihat dari koefisien regresi sebesar 3.248 sedangkan untuk variabel perawatan payudara dengan benar maka akan semakin tinggi keberhasilan produksi ASI hal ini dapat dilihat pada koefisien regresi 1.656.

Tabel 9 Nilai Koefisien Regresi Standar Error, t hitung dan t tabel Variabel Teknik Menyusui (X1), Bentuk Puting (X2), dan Perawatan Payudara (X3)

Variabel	Koefisien Regresi	Standar Error	t_{hitung}	t_{tabel}
Teknik Menyusui (X1)	0.491	0.368	6.433	2.042
Bentuk puting (X2)	0.343	0.638	5.094	
Perawatan payudara (X3)	0.588	0.166	9.972	
Perawatan payudara (X3)	0.588	0.166	9.972	

Untuk mengetahui pengaruh masing-masing variable bebas dapat dilihat pada tabel 9 diatas. Nilai koefisien regresi variable teknik menyusui (X1) sebesar 6.433, nilai koefisien bentuk puting (X2) sebesar 5.094 dan perawatan payudara (X3) adalah sebesar 9.972.

Berdasarkan data pada tabel 9 dapat dilihat dari nilai t_{hitung} dan tingkat kesalahan (nilai p), Nampak bahwa variabel bebas yang paling dominan pengaruhnya terhadap produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan adalah perawatan payudara (X3), hal ini dapat dilihat dari $t_{hitung} = 9.972$ yang lebih besar dari nilai $t_{tabel} = 2.042$ dibandingakan dengan variabel yang lainnya. Hal ini dapat dipahami karena perawatan payudara dapat dilakukan dengan benar dan teratur pada saat hamil trimester kedua dan pada saat menyusui maka akan mempengaruhi produksi ASI.

Maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa dari hasil pengujian dengan menggunakan analisis regresi linier berganda tentang hubungan teknik menyusui, bentuk puting, dan perawatan payudara terhadap produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan di Posyandu Desa Wadung, bahwa ketiga variabel tersebut mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI ibu menyusui pada bayi usia 1-6 bulan.

KESIMPULAN

1. Jika dilihat dari F_{hitung} variabel hubungan teknik menyusui, bentuk putting dan perawatan payudara terhadap produksi ASI. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis yaitu $F_{hitung} = 27.831 > F_{tabel}$ 2.98 pada $\alpha = 0,05$.
2. Jika dilihat dari koofisien determinan (R^2) maka hubungan teknik menyusui (X1), bentuk putting (X2) dan perawatan payudara (X3) berpengaruh terhadap produksi ASI (Y) sebesar 73,6% dan sisanya 26,4% di pengaruhi faktor lain yang tidak diteliti. Semakin baik hubungan teknik menyusui, bentuk putting dan perawatan payudara terhadap produksi ASI akan semakin membaik.
3. Masing-masing variabel bebas terdapat berpengaruh terhadap produksi ASI nilai t_{hitung} X1 = 6.433 > t_{tabel} = 2.042 , nilai t_{hitung} X2 = 5.094 > t_{tabel} = 2.042, nilai t_{hitung} X3 = 9.972 > t_{tabel} = 2.042 maka variabel hubungan teknik menyusui, bentuk putting dan perawatan payudara berpengaruh secara signifikan terhadap produksi ASI.

SARAN

1. Untuk ibu-ibu pada kehamilan trimester ke dua harus melakukan perawatan payudara dengan benar 2 hari sekali sebelum mandi agar dapat melaksanakan teknik menyusui dengan benar serta putting susu menjadi menonjol dan bersih.
2. Kepada petugas kesehatan agar mempertahankan asuhan kebidanan yaitu dengan mengajarkan atau memberikan penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu menyusui tentang teknik menyusui yang benar dan perawatan payudara sedini mungkin untuk meningkatkan produksi ASI.
3. Untuk mahasiswa kebidanan agar dipakai sebagai acuan dalam memberikan asuhan kebidanan kepada masyarakat, terutama tentang teknik menyusui pada ibu-ibu yang menyusui bayi usia 1-6 bulan dan perawatan payudara kepada ibu hamil dan ibu menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi dan Sunarsih. 2011. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Salemba Medika, Jakarta.

Eny dan Diah. 2009. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Mitra Cendika Offset, Jogjakarta.

Junah. 2011. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Ar. Ruzz Media, Jogjakarta.

Luwia, Melissa dan dr.MHA. 2003. *Problemmatik dan Perawatan Payudara*. Kawan Pustaka, Jakarta.

Notoatmodjo. 2010. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.

Pusdiknakes, 2003. *Buku 4: Asuhan Kebidanan Post Partum*. Salemba Medika, Jakarta.

Siti. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Salemba Medika, Jakarta.

Suherni. 2009. *Perawatan Masa Nifas*. Fitramaya, Jogjakarta.

Sugiyono. 2008. *Statistika untuk Penelitian*. CV. Alfabeta, Bandung.

Weni. 2009. *ASI Menyusui dan Sadari*. Nuhamedika, Jogjakarta.