

Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu

Depi Yupita¹, Sardaniah²

¹Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

²Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia
sardaniah@unib.ac.id

Abstract: *Breast care is one of the most important things to do in order to smooth milk production and overcome problems that hinder the process of exclusive breastfeeding. One of the inhibiting factors that often occur is such as immersed nipples, little milk coming out, nipple blisters, swelling and pain in the breast. If not immediately overcome, these problems will get worse or more serious, resulting in babies not getting exclusively breastfed and meeting the nutritional needs of infants reduced. This study aims to determine the picture of postpartum mothers' knowledge about breast care in Nusa Indah Health Center, Bengkulu City using quantitative descriptive research methods. The population in this study was 102 people. Sampling in this study used purposive sampling techniques with a sample of 50 respondents. The data collection method uses questionnaires and uses univariate analysis. The results of research conducted on 50 respondents obtained that the picture of maternal knowledge of breast care is with good categories as much as (14%), sufficient categories as many as (76%) and less categories as much (10%). It is hoped that the puskesmas can increase the provision of health counseling on matters related to breast care problems.*

Keywords: *Knowledge, Postpartum Mother, and Breast Care*

Abstrak: Perawatan payudara merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk dilakukan supaya memperlancarkan produksi ASI dan mengatasi masalah yang menghambat proses pemberian ASI eksklusif. Salah satu faktor penghambat yang sering terjadi yaitu seperti puting susu terbenam, ASI keluar sedikit, puting susu lecet, pembengkakan dan nyeri pada payudara. Jika tidak segera diatasi permasalahan-permasalahan tersebut akan semakin parah atau serius sehingga mengakibatkan bayi tidak mendapatkan ASI secara eksklusif dan pemenuhan kebutuhan gizi bayi berkurang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 102 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel 50 responden. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dan menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian yang dilakukan pada 50 responden diperoleh bahwa pengetahuan ibu nifas terhadap perawatan payudara yaitu dengan kategori baik sebanyak (14%), kategori cukup sebanyak (76%) dan kategori kurang sebanyak (10%). Diharapkan bagi pihak puskesmas dapat meningkatkan pemberian penyuluhan kesehatan mengenai hal-hal yang berkaitan dengan masalah perawatan payudara.

Kata kunci : Pengetahuan, Ibu Nifas, dan Perawatan payudara

Pendahuluan

Manusia memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, oleh karena itu untuk memenuhi rasa ingin tahu tersebut manusia akan berusaha mengumpulkan atau mencari informasi. Pengetahuan dapat diperoleh melalui pengalaman orang lain atau pun pribadi. Tingkat pengetahuan akan mempengaruhi pola pikir dan sikap seseorang dalam bertindak, salah satunya yaitu pengetahuan ibu tentang cara merawat payudara untuk meningkatkan produksi ASI. Ibu harus mempunyai pengetahuan yang baik terutama mengenai perawatan payudara, karena peran ibu sangatlah

penting untuk melahirkan generasi yang cerdas untuk membangun bangsa (Yolanda, 2020).

Pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara akan membantu ibu dalam mengurangi masalah yang sering terjadi pada saat menyusui bayinya. Ada beberapa faktor penghambat yang sering dialami ibu dalam menyusui bayinya seperti : puting susu terbenam, ASI keluar sedikit, puting susu lecet, pembengkakan dan nyeri pada payudara. Jika tidak segera diatasi permasalahan-permasalahan tersebut akan semakin parah atau serius, oleh karena itu ibu harus bisa melakukan perawatan payudara dengan baik dan benar agar program ASI eksklusif dapat terpenuhi (Wulandari et al., 2022).

World health organization (WHO, 2019), menunjukkan 17.230.142 ibu di dunia mengalami permasalahan pada payudara pada saat menyusui. Ada sekitar (22,5%) ibu yang mengalami masalah pada puting susu, (18%) mengalami ASI yang tidak keluar secara normal atau tidak lancar, dan sekitar (38%) ibu yang mengalami pembengkakan dan nyeri pada payudara. Akibat dari permasalahan tersebut bayi yang seharusnya mendapatkan ASI secara eksklusif malah tidak diperolehnya, dan hanya diberikan susu formula saja (Wulandari et al., 2022).

Data profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia hanya sebesar (56,9%), angka tersebut sudah mencapai target program tahun 2021 yakni (40%) . Ada beberapa provinsi yang Persentase pemberian ASI eksklusif masih sangat rendah yakni di Provinsi Maluku (13%), Provinsi Papua (13,5%), Provinsi Gorontalo (27%), dan Provinsi Sulawesi Utara (30,2%) (Kemenkes RI, 2021). Pemberian ASI eksklusif di Provinsi Bengkulu berdasarkan data dari Dinas Provinsi di tahun 2020, menunjukkan bahwa wilayah Kota Bengkulu hanya (25,55%) ibu yang memberikan ASI secara eksklusif. Sedangkan Angka tersebut jauh tertinggal dari wilayah kabupaten yang berada di Provinsi Bengkulu seperti Kabupaten Lebong (94,27%), Kabupaten Seluma (93,15%) dan Kabupaten Kepahiang (91,13%) (Dinkes Provinsi, 2020).

Berdasarkan data dari profil dinas kesehatan Kota Bengkulu tahun 2022 terdapat 6.122 ibu nifas yang ada di Kota Bengkulu. Diantara 20 puskesmas yang ada di Kota Bengkulu ibu nifas terbanyak berada di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah (99,79%), Puskesmas Sawah Lebar (99,75%) dan Puskesmas Pasar Ikan (99,03%) (Dinkes Kota, 2022). Menurut informasi yang diperoleh peneliti pada saat survei awal tanggal 8 maret 2023 di Puskesmas Nusa Indah yaitu untuk jumlah ibu nifas dalam 3 bulan terakhir adalah berjumlah 102 orang dan petugas pelayanan kesehatan di Puskesmas Nusa Indah mengatakan bahwa memang masih ada ibu yang sering mengalami masalah pada payudara. Diantara 102 orang tersebut ada beberapa ibu yang mengeluhkan bayinya tidak puas saat menyusui dengan masalah yang berbeda-beda, ada yang mengeluh karena air susu sedikit, puting susu sering lecet, dan ada juga yang mengeluhkan payudaranya terasa bengkak dan nyeri.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh seorang tenaga kesehatan untuk membantu

ibu dalam mengatasi masalah yang menghambat proses pemberian ASI Eksklusif yaitu dengan cara mengajarkan ibu melakukan perawatan payudara. Perawatan payudara merupakan suatu tindakan yang dapat dilakukan oleh ibu untuk membantu memelihara kebersihan payudara, melancarkan produksi ASI, mencegah terjadinya bendungan ASI atau mencegah payudara bengkak, menonjolkan puting susu yang terbenam dan menguatkan atau melenturkan puting susu supaya tidak mudah lecet (Zubaidah, 2021).

Perawatan payudara biasanya dilakukan pada hari ke-2 setelah persalinan, tujuannya untuk memperlancar produksi ASI. Sebaiknya Perawatan payudara dilakukan sehari 2 kali yaitu di pagi dan sore hari supaya kebersihan payudara dapat terjaga dan produksi ASI semakin lancar sehingga program ASI Eksklusif dapat terlaksana dan bayi mendapatkan pemenuhan kebutuhan gizi yang seimbang (Zubaidah, 2021). Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti melakukan penelitian dengan judul "Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu".

Metode

Jenis dalam penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif dapat diartikan sebagai suatu metode yang disampaikan dengan cara menggambarkan dan memaparkan fenomena dalam suatu, populasi. Metode deskriptif ini digunakan untuk menganalisa fenomena secara mendalam, luas dan terperinci yang selanjutnya akan ditarik kesimpulan (Notoatmodjo, 2015). Dalam penelitian ini hal yang akan dipelajari adalah pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara.

Pada penelitian ini populasi objek yang akan diteliti yaitu seluruh ibu nifas yang ada di Wilayah Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu sebanyak 102 orang. Penelitian ini menggunakan metode purposive sampling. Dalam penelitian ini sampelnya ada 50 responden. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian yang berupa kuesioner yang telah di adopsi dari salah satu peneliti yang sudah pernah melakukan penelitian yang serupa khususnya di Kota Medan (Ameliani, 2018)

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu pada tanggal 3 April sampai dengan 3 Mei tahun 2023. Puskesmas Nusa Indah merupakan salah satu puskesmas yang ada di Kota Bengkulu. Puskesmas ini berada di Jl. Mawar Kelurahan Nusa Indah Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu, dengan jumlah tenaga kesehatan sebanyak 36 orang yaitu, terdiri dari 2 orang Dokter Umum, 2 orang Dokter Gigi, 10 orang Perawal, 12 orang Bidan, 3 orang

Kesmas, 2 orang Farmasi, 1 orang Analis, 4 orang SLTA, 2 orang Ahli Gizi. Penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada responden sebanyak 50 ibu nifas yang ada di wilayah Puskesmas Nusa Indah dengan 20 pertanyaan. Setelah didapatkan data dari 50 responden maka langkah selanjutnya adalah melakukan pengolahan data dengan hasil seperti tabel 1.

Tabel 1.
Gambaran Karakteristik responden Tentang Perawatan Payudara

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
Tidak berisiko (20-35)	49	98
Berisiko (<35 tahun)	1	2
Pekerjaan		
Beker ja	10	20
Tidak bek erja	40	80
Pendidikan		
Tidak sekolah	0	0
SD	1	2
SMP	8	16
SMA	36	72
P.Tinggi	5	10
Paritas		
Primipara	13	26
Multipara	37	74

Berdasarkan Tabel 1. dapat dilihat bahwa sebagian besar umur responden berada pada kategori tidak berisiko (20-35 tahun) yakni ada sebanyak 49 orang (98%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar pekerjaan responden IRT sebanyak 40 orang (80%). Berdasarkan Pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 36 orang (72%) dan berdasarkan paritas, sebagian besar responden adalah ibu. dengan status multipara sebanyak 37 orang (74%).

Tabel 2
Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	7	14
Cukup	38	76
Kurang	5	10
Total	50	100

Berdasarkan Tabel 2. kategori pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 38 orang (76%), pengetahuan baik 7 orang (14%) dan pengetahuan kurang 5 orang (10%)

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil persentase karakteristik umur pada tabel 4.1 menyatakan bahwa mayoritas responden berumur 20-35 tahun yaitu sebanyak 49 orang (98%) dengan berpengetahuan baik 7 orang (14%), berpengetahuan cukup 37 orang (74%) dan berpengetahuan kurang 5 orang (10%), sedangkan 1 orang (2%) berumur >35 tahun dengan berpengetahuan cukup. Berdasarkan umur dapat dilihat bahwa ibu yang berpengetahuan cukup dan baik ada pada umur 20-35 tahun. Hal ini terjadi karena umur 20-35 tahun merupakan kategori umur dewasa dimana proses daya tangkap yang dimiliki masih sangat tinggi sehingga seseorang akan lebih mudah memahami dan menerima serta melaksanakan informasi-informasi yang disampaikan dari sumber apapun.

Citrawati (2020), umur mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, dimana semakin bertambahnya umur akan membuat daya tangkap seseorang semakin tinggi serta cara berpikir lebih matang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak. Ibu yang umurnya kurang dari 20 tahun dikatakan belum matang dan belum siap dalam menghadapi masa nifas, sedangkan ibu yang berumur 20-35 tahun disebut sebagai masa reproduksi dimana pada masa ini ibu sudah mampu dan siap dalam menghadapi masa nifas. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang sudah pernah dilakukan oleh Wahyuni (2017) yakni dimana didapatkan hasil bahwa dari 32 responden ada 16 orang (50%) yang termasuk kedalam kategori berpengetahuan cukup terbanyak berumur dari 20-35 tahun.

Hasil penelitian Abbas (2017) didapatkan bahwa mayoritas responden berumur >35 tahun yaitu sebanyak 39 orang. Dari 39 responden yang memiliki pengetahuan cukup ada 24 responden, sedangkan pada hasil penelitian penulis dan penelitian Wahyuni (2017) menemukan responden yang berpengetahuan cukup paling banyak ada pada umur 20-35 tahun. Dari perbandingan ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara penelitian yang dilakukan oleh Abbas dengan penelitian penulis dan Wahyuni.

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat dari 50 responden bahwa kelompok pekerjaan paling banyak ditemukan pada IRT sebanyak 40 orang (80%) dengan berpengetahuan baik sebanyak 2 orang, cukup 33 orang dan kurang 5 orang sedangkan yang bekerja ada 10 orang (20%) dengan berpengetahuan baik sebanyak 5 orang dan cukup 5 orang. Dari hasil di atas dapat dilihat bahwa ibu yang bekerja memiliki pengetahuan yang baik dan cukup, hal ini terjadi karena ibu yang bekerja memiliki pengetahuan yang cukup dalam mendapatkan informasi dikarenakan ibu yang bekerja lebih banyak berinteraksi dengan orang-orang yang ada di sekitarnya sehingga dapat memperkaya wawasan dan pengetahuan lebih dari ibu yang hanya diam di rumah saja, kemudian ibu yang bekerja cenderung lebih mudah dalam menerima informasi.

Penelitian Wahyuni (2017) menunjukkan dari 36 responden yang berpengetahuan cukup ada pada responden yang bekerja sebanyak 13 orang (36%), sedangkan hasil penelitian penulis

menemukan responden yang berpengetahuan kurang ada pada responden yang tidak bekerja atau IRT sebanyak 5 orang (10%). Dari perbandingan tersebut dapat dilihat bahwa adanya kesesuaian antara penelitian penuliss dengan penelitian Wahyuni.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Fitriah (2020) yang mengatakan bahwa ibu yang bekerja cenderung lebih update dalam memperoleh informasi dan pengetahuan mengenai perawatan payudara dari berbagai sumber baik itu media masa, tenaga kesehatan maupun orang-orang yang ada disekitarnya.

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat mayoritas pendidikan responden ditemukan pada tingkat SMA yaitu sebanyak 36 orang (72%), SMP ada 8 orang (16%). SD ada 1 orang (2%) dan perguruan tinggi ada 5 orang (10%). Dari tingkat pendidikan responden yang berpengetahuan baik dan cukup terdapat pada responden dengan pendidikan SMA dan perguruan tinggi. sedangkan untuk pengetahuan kurang itu terdapat pada pendidikan SMP dan SD. Hal ini membuktikan bahwa tingkat pendidikan akan menentukan pola pikir dan wawasan seseorang, semakin tinggi tingkat pendidikan, maka semakin mudah seseorang memahami informasi yang diterima sehingga semakin baik pengetahuannya. Fitriah (2020), pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima informasi. Pendidikan adalah proses mengubah sikap dan tata laku, seseorang melalui proses pengajaran dan pelatihan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Abbas (2017) didapatkan data sebanyak 30 responden (33,7%) yang termasuk kategori cukup yakni responden yang berpendidikan SMA, sedangkan hasil penelitian penulis juga menemukan responden yang berpengetahuan cukup paling banyak pada pendidikan SMA. Dari perbandingan ini menunjukkan adanya kesesuaian antara penelitian Abbas dengan penelitian penulis.

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa mayoritas ibu yaitu berstatus multipara ada 37 orang (74%) dan ibu yang berstatus primipara ada 13 orang (26%). Berdasarkan paritas responden yang berpengetahuan baik dan cukup paling banyak terdapat pada ibu multipara. Hal ini terjadi karena ibu mult ipara sudah memiliki pengalaman sebelumnya, semakin sering mengalami hal atau suatu masalah yang berulang maka akan sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan.

Rosyanti (2016), paritas adalah jumlah anak yang pernah dilahirkan oleh seorang ibu. Pada ibu dengan status primipara biasanya akan memiliki pengetahuan yang kurang dari ibu. multipara, hal itu. terjadi dikarenakan ibu primipara belum memiliki pengalaman sedangkan ibu multipara sudah memiliki pengalaman sebelumnya sehingga pengetahuannya lebih baik dibandingkan ibu primipara. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Katuuk (2018) yakni dimana didapatkan hasil bahwa responden yang berpengetahuan baik dan cukup paling banyak ditemukan pada ibu dengan status multipara.

Penelitian Katharina (2021), dari hasil penelitiannya dari 30 responden sebagian besar responden merupakan ibu dengan status multipara yaitu sebanyak 18 orang dan 12 orang berstatus primipara, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan paritas dengan perawatan payudara dikarenakan masih ada ibu, nifas yang berstatus multipara tidak melakukan perawatan payudara sama halnya dengan ibu yang berstatus primipara.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu tahun 2023, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara termasuk kedalam kategori cukup. Hal ini terlihat dari hasil kuesioner yang telah diisi oleh 50 responden, terdapat 7 orang (14%) yang menjawab dengan hasil baik, 38 orang (76%) yang menjawab dengan hasil cukup, dan 5 orang (10%) yang menjawab dengan hasil kurang.

Pengetahuan dalam kategori baik dikarenakan responden sudah banyak mengetahui, memahami, serta dapat mengaplikasikan tentang perawatan payudara dengan benar, sedangkan untuk pengetahuan dalam kategori cukup disebabkan karena responden hanya sedikit mengetahui dan memahami tentang perawatan payudara serta masih kurang dalam mengaplikasikannya dan hal yang paling mendukung tingkat pengetahuan responden yaitu tingkat pendidikan. Dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa responden yang berpengetahuan baik dan cukup berada pada responden yang berpendidikan SMA dan perguruan tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Sulastri (2018) dimana semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang akan lebih mudah dalam menerima dan memahami informasi yang diberikan sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki.

Pengetahuan dalam kategori kurang dikarenakan responden kurang terpapar informasi dari lingkungan sekitar dan rendahnya tingkat pendidikan. Menurut penelitian Citrawati (2020) rendahnya tingkat pendidikan seseorang akan menghambat pengetahuan dan perkembangan sikap seseorang dalam menerima informasi yang diberikan. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Teodora (2019) yang menunjukkan bahwa ibu yang hanya diam dirumah saja atau IRT memiliki pengetahuan yang kurang dibandingkan dengan ibu yang bekerja. Hal ini dikarenakan mereka lebih sibuk dengan pekerjaan rumah yang banyak dan kurangnya minat dalam mencari informasi serta didukung oleh pendidikan yang rendah sehingga membuat seseorang kesulitan dalam memahami informasi yang diberikan.

Peran seorang tenaga kesehatan sangatlah penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang pentingnya melakukan perawatan payudara, salah satunya yaitu dengan cara memberikan penyuluhan atau anjuran melakukan perawatan payudara agar ibu nifas bisa terhindar dari masalah yang dapat muncul pada saat menyusui dan pemberian ASI eksklusif dapat terpenuhi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 50 responden di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu tahun 2023, dapat disimpulkan bahwa mayoritas umur responden yaitu termasuk kedalam kategori tidak berisiko sebanyak 49 orang (98%), sebagian besar pekerjaan responden IRT atau tidak bekerja sebanyak 42 orang (84%), untuk tingkat pendidikan responden mayoritas SMA sebanyak 36 orang (72%), dan dilihat dari paritas yang termasuk multipara ada 37 orang (74%) dan yang primipara ada 13 orang (26%). Pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 38 orang (76%) dari 50 responden.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada ketua prodi, ketua LPPM, kepala puskesmas, responden, dan rekan penelitian yang telah membantu dalam kelancaran proses penelitian ini.

Referensi

- Abbas, M. (2017). Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di RSUD Dewi Sartika Kota Kendari. *Midwifery Journal*, pp. 1-10 International Diabetes Federation. *IDF Diabetes Atlas 10th edition*. <http://idfnews.cmail1.com/t/r-i-kullnk-l-o/> (accessed 4 February 2020).
- Ameliani (2018). *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di Klinik Grace Deli Tua Medan*.
- Anshori, M. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Surabaya* : Airlangga University Press.
- Citrawati, S.D. (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Post Partum Dengan Perilaku Perawatan Payudara. *Health Sciences Journal*, p. 74.
- Damanik, V.A. (2020). Hubungan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Asi Pada Ibu. Nifas. *Jurnal Keperawatan Priority*. 3(2), pp. 13-22.
- Dinkes Kota Bengkulu (2022). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu*.
- Dinkes Provinsi Bengkulu. (2020), Profil Kesehatan Ibu Dan Anak Provinsi Bengkulu. *Nucl. Phys.*, 13(1), pp. 104-116.
- Donsu, J.D. (2021). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Fitriah, F. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Postpartum tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Saronggi. *Journal of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), pp. 25-30.
- Katharina, T. (2021). *Hubungan Usia, Paritas Dan Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Perawatan Payudara Di Puskesmas Sungai Durian Tahun 2021*. 11, pp. 623- 629
- Katuuk, M. (2018). *Hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi asi pada ibu post partum di ruangan dahlia rsd liun kendaghe tahuna kabupaten kepulauan sangihe: 6*.
- Kemendes RI (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2021, Pusdatin. Kemendes.Gold*.
- Mangumpaus, adelvia heppy (2017). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di Puskesmas Campurejo (Kelurahan, *Jurnal Endurance*, 1(July), pp. 50-52.
- Ningsih dkk, E.S. (2021). Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Pada Masa Laktasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(2), pp. 4-13.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Prawirohardjo, S. (2011). *Ilmu Kandungan*. Edisi 3. Jakarta: Yayasan Bisa Pusaka.
- Rosyanti, H. and Sari, W.A. (2016). Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur Tahun 2016. *Jurnal kedokteran dan kesehatan*, 12(2), pp. 137-143
- Sugiyono (2016), *Metode Penelitian Kuantitatif. Kualitatif dan R&D*. Cetakan-24. Bandung Alfabeta.

- Wahyuni, I. (2017). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di Puskesmas Girisubo Gunung Kidul*. STIKes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- Wahyuningsih, S. (2019). *Asuhan Keperawatan Post Partum*. Cetakan-1. Yogyakarta: Cv Budi Utama.
- Wulandari, E. W. et al. (2022). Perawatan Payudara Meningkatkan Produksi Asi Ibu Nifas. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 9(1), pp. 487-491.
- Yolanda, E. (2020). *Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Primipara Tentang Perawatan Payudara Di Bpm Citra Insani Semarang Tahun 2020*, pp. 58-67.
- Yuliana (2017). *Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Sikap Dalam Melakukan Perawatan Payudara Di Rumah Sakit Kartika Husada Kabupaten Kubu Raya*.
- Zubaidah (2021) *Asuhan Keperawatan Nifas*. Yogyakarta: Cv Budi Utama