

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG MENYUSUI DENGAN KELANCARAN ASI DI RSUD ROKAN HULU

Syukrianti Syahda¹, Yeyen Finarti²
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
Email : syukrianti@gmail.com

ABSTRAK

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi, tidak dapat digantikan dengan makanan lainnya dan tidak ada satupun makanan yang dapat menggantikan ASI. Sering dijumpai pada ibu post partum mengalami Produksi ASI yang kurang dan lambat keluar dapat menyebabkan Ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan pengetahuan ibu tentang menyusui dengan kelancaran ASI di RSUD Rokan Hulu tahun 2019. Penelitian ini menggunakan menggunakan desain *analitik* serta pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi sebanyak 542 orang dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 84 orang ibu. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan tehnik *Accidental Sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner dengan analisa penelitian yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan pengetahuan ibu tentang menyusui dengan kelancaran ASI dengan nilai $p = 0,040$ ($p \leq 0,05$). Diharapkan kepada RSUD Rokan Hulu memberikan penyuluhan kepada ibu-ibu yang mempunyai bayi dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang menyusui dengan kelancaran ASI.

Kata Kunci : pengetahuan ibu, tentang menyusui, kelancaran ASI

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi, tidak dapat digantikan dengan makanan lainnya dan tidak ada satupun makanan yang dapat menggantikan ASI. ASI adalah satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik fisik, psikologi, sosial, maupun spiritual. ASI mengandung nutrisi, hormon, unsur kekebalan faktor

pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi (Hubertin SP, 2014).

ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi. ASI memiliki kandungan yang baik yang tidak terdapat dalam susu formula. Komposisi ASI selalu berubah sesuai dengan kebutuhan bayi prematur maupun bayi yang cukup bulan sehingga bayi yang diberi ASI akan memiliki status gizi yang lebih baik jika dibandingkan dengan yang diberi susu formula maupun

makanan tambahan lain. ASI memberikan gizi yang paling baik sesuai dengan kebutuhan bayi, melindungi dari berbagai infeksi, memberikan hubungan kasih sayang yang mendukung semua aspek perkembangan bayi, termasuk kesehatan dan kecerdasan bayi (Sugiono, 2015).

Sering dijumpai pada ibu post partum mengalami Produksi ASI yang kurang dan lambat keluar dapat menyebabkan Ibu tidak memberikan ASI pada bayinya dengan cukup. Hal ini karena disebabkan oleh beberapa faktor teknis seperti puting susu yang masuk atau posisi yang salah. Selain faktor teknis ini tentunya produksi ASI juga dipengaruhi oleh asupan nutrisi dan kondisi psikologis ibu. Perawatan payudara (*breast care*) merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi. Untuk mempercepat produksi ASI adalah dengan pengosongan payudara lebih sering sehingga cepat pengisian kembali yakni dengan melakukan perawatan payudara secara rutin. Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara yang dilaksanakan, baik oleh ibu post partum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan (Anggraini, 2010).

Menyusui merupakan suatu aktivitas yang bisa mendatangkan kebahagiaan tersendiri bagi ibu, yang memang menjadi kodratnya. Untuk mendukung keberhasilan menyusui,

perlu mengetahui teknik menyusui yang baik dan benar. Salah satu penyebab kegagalan menyusui adalah disebabkan karena kesalahan ibu dalam memposisikan dan meletakkan bayi saat menyusui. Posisi menyusui dapat dilakukan dengan beberapa posisi. Cara menyusui yang tergolong biasa dilakukan adalah dengan duduk, berdiri, atau berbaring.

Pemberiaan ASI yang benar dimulai dari waktu dan teknik menyusui yang benar. Kedua hal ini perlu diketahui ibu agar dapat menyusui bayi dengan baik dan ASI dapat keluar dengan lancar. Cara menyusui merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Cara menyusui yang tidak benar dapat menyebabkan puting susu lecet dan menjadikan ibu enggan menyusui bayinya akibatnya bayi akan jarang menyusu, bila hisapan bayi kurang pada putting susu, lama kelamaan akan menyebabkan produksi ASI menurun, selain itu payudara tidak segera kosong akan menyebabkan terjadinya bendungan ASI sehingga menyebabkan payudara bengkak dan terasa nyeri, bila hal ini tidak segera teratasi dapat menyebabkan mastitis bahkan abses payudara (Dierni, 2007).

Menurut WHO (2009) terdapat 35,6% ibu gagal menyusui bayinya dan 20% diantaranya adalah ibu-ibu di Negara berkembang, sementara itu berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010 dijelaskan bahwa 67,5% ibu yang gagal memberikan ASI

eksklusif kepada bayinya adalah kurangnya pemahaman ibu tentang teknik menyusui yang benar, sehingga sering menderita puting lecet dan retak.

Kegagalan dalam proses menyusui sering di sebabkan karena timbulnya beberapa masalah pada ibu dan bayi. Pada sebagian ibu yang tidak paham bagaimana teknik menyusui yang benar dapat menjadi masalah dalam menyusui. Adapun masalah dalam menyusui adalah puting susu lecet, payudara bengkak, abses payudara (mastitis) (Sulystyawati, 2009).

Kualitas ASI sangat dipengaruhi oleh gizi yang dikonsumsi ibu pada masa kehamilan dan masa nifas. Energi dalam ASI sebanyak 6% dihasilkan oleh protein, 48% dihasilkan oleh lemak dan 46% oleh karbohidrat. Protein utama dalam ASI adalah kasein dan whey. Makanan yang dimakan ibu yang sedang dalam masa menyusui secara tidak langsung mempengaruhi mutu kualitas ataupun jumlah air susu yang dihasilkan. Apabila pemberian ASI berhasil baik, maka berat badan bayi akan meningkat, integritas kulit baik, dan tonus otot serta kebiasaan makan yang memuaskan. Ibu yang menyusui tidak harus ketat dalam mengatur nutrisinya, yang terpenting adalah makanan yang menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi (Ramadani, 2012).

Bayi yang mendapat ASI eksklusif 6 bulan frekuensi terkena

diare sangat kecil, bahkan mulai minggu ke 4 sampai bulan ke 6 bayi jarang defekasi dan sering menjadi keluhan ibu yang datang ke klinik karena bayinya tidak defekasi lebih dari 3 hari. Pada kelompok bayi yang mendapat susu tambahan lebih sering mengalami diare. Dengan demikian kesehatan bayi yang mendapat ASI eksklusif akan lebih baik bila dibandingkan kelompok bayi yang diberi susu formula (Sri Purwati H, 2014).

Baiknya pengetahuan ibu tentang teknik menyusui adalah hasil dari tahu dan mengingat suatu hal setelah seseorang melakukan cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar yang didapat melalui pendengaran, penglihatan maupun pengalaman yang didapat dari petugas kesehatan dan sosial media yang lainnya. Kemampuan ibu dalam menyusui dengan teknik yang benar sangat mendukung dalam perilaku ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya, kegagalan ibu pada saat memberikan ASI kepada bayinya karena disebabkan faktor ketidaktahuan ibu tentang cara-cara menyusui dengan benar, karena teknik menyusui dengan benar akan berpengaruh terhadap pemberian ASI pada bayinya (Romiyati, 2015).

Teknik lain yang dapat mempengaruhi produksi ASI adalah perawatan yang dilakukan terhadap payudara atau *breast care*, bertujuan untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran produksi ASI sehingga

memperlancar pengeluaran ASI. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Afianti (2012), tentang pemijatan payudara dengan senam payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui menunjukkan hasil yang tidak jauh berbeda antara senam payudara dan pemijatan payudara terhadap pengeluaran kelancaran ASI pada ibu menyusui.

Faktor psikologis ibu dalam menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan produksi ASI. Ibu yang stress, khawatir bisa menyebabkan produksi ASI berkurang. Hal ini karena sebenarnya yang berperan besar dalam memproduksi ASI itu adalah otak, otak yang mengatur dan mengendalikan ASI. Sehingga apabila menginginkan ASI dalam jumlah yang banyak, otak harus distimulasi dan diset bahwa kita mampu menghasilkan ASI sebanyak yang kita mau (Proverawati, 2010).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Riau tahun 2017 dari jumlah bayi sebanyak 150.041 bayi, dengan jumlah bayi yang diberikan ASI eksklusif hingga 6 bulan sebanyak 28,57%. Dan berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di RSUD Pasir Pengaraian jumlah ibu yang memiliki bayi dari Januari hingga Juni 2019 berjumlah 542 orang. Dilakukan wawancara kepada 12 orang responden yang ada di RSUD Pasir Pengaraian 8 diantaranya menyatakan bahwa tidak tahu bagaimana cara memperlancar

ASI sehingga terjadi puting susu lecet dan 4 di antaranya menyatakan lancarnya ASI dikarenakan mengkonsumsi obat atau jamu untuk memperlancar ASI. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti mengambil judul tentang “Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Menyusui dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui di RSUD Rokan Hulu”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang menyusui dengan kelancaran ASI pada ibu menyusui di RSUD Rokan Hulu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain *Cross Sectional*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 84 orang ibu nifas yang memiliki bayi yang ada di RSUD Rokan Hulu. Teknik pengambilan sampel secara *Accidental Sampling*. Analisa data yang digunakan adalah uji *Fisher Exact*.

HASIL PENELITIAN

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu tentang Menyusui dengan Kelancaran ASI di RSUD Rokan Hulu

No	Pengetahuan	Jumlah Responden	Persentase (%)
1	Kurang	20	23,8%
2	Baik	64	76,2%
Jumlah		84	100 %

Tabel.2 Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI pada Ibu di RSUD Rokan Hulu

No	Kelancaran ASI	Jumlah	Persentase (%)
1	Tidak Lancar	15	17,9%
2	Lancar	69	82,1%
Jumlah		84	100 %

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Menyusui dengan Kelancaran ASI di RSUD Rokan Hulu

Pengetahuan Ibu	Kelancaran ASI						P-Value	POR (95% CI)
	Tidak Lancar		Lancar		Jlh			
	f	%	f	%	f	%		
Kurang	7	35,0	13	65,0	20	100	0.040	3,769 (1.158-12.270)
Baik	8	12,5	56	87,5	64	100		
Total	15	17,9	69	82,1	64	100		

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 20 orang ibu yang berpengetahuan kurang tentang menyusui terdapat 13 orang (65,0%) dengan kategori ASI lancar, sedangkan dari 64 ibu yang berpengetahuan baik terdapat 8 orang (12,5%) dengan kategori ASI tidak lancar. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai $p\ value = 0.040 \leq 0.05$ yang artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang menyusui dengan kelancaran ASI. Kemudian dari hasil analisis diperoleh $POR = 3,769$ artinya Ibu yang berpengetahuan kurang tentang menyusui mempunyai risiko 4 kali lebih banyak mengalami ASI tidak lancar.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan, dari 20 orang responden yang berpengetahuan kurang terdapat 13 orang (65,0%) dengan kategori ASI lancar. Hal tersebut dikarenakan menurut responden, ASI adalah makanan dan minuman yang penting buat bayi. Dilihat dari sisi ekonomipun, mereka dapat menekan pengeluaran yang besar untuk membeli susu. Selain itu juga ada yang berpendapat, jika ingin

berpergian tidak harus membawa banyak barang seperti botol susu, termos air dan kaleng penyimpan susu yang mesti banyak memakan tempat. Sedangkan dari 64 orang responden yang berpengetahuan baik terdapat 8 orang (12,5%) dengan kategori ASI yang tidak lancar. Hal tersebut dikarenakan, ada beberapa responden berpendapat bahwa ASI nya tidak keluar, padahal sudah dilakukan beberapa cara. Seperti di pompa, di perah, minum obat untuk pelancar ASI dan makan makanan yang dapat memperlancar ASI. Selain itu satu diantara mereka menyampaikan bahwa tidak mau memberikan ASI kepada anaknya karena akan membuat payudaranya menjadi jelek. Ada juga yang mengatakan anaknya tidak kenyang dengan ASI saja. Setelah dilihat ternyata pengetahuan yang mereka ketahui tentang ASI tinggi namun hal tersebut tidak merubah perilaku mereka.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2018), bahwa ibu yang memiliki perilaku perawatan payudara baik mempunyai kelancaran ASI yang baik. Dan ibu yang mempunyai perilaku perawatan payudara cukup dan kurang mempunyai kelancaran ASI yang cukup dan kurang pula. Selain itu, untuk memproduksi ASI yang baik, maka kondisi kejiwaan dan pikiran ibu juga harus tenang. Keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih, dan tegang akan menurunkan volume ASI. Dalam produksi ASI pada ibu yang mengalami perasaan cemas kekhawatiran bisa mengurangi oksitosin. Disini juga memerlukan peran dan dukungan suami agar menciptakan suasana yang nyaman bagi ibu sehingga ibu dapat lebih

rileks dan bisa menerapkan ASI eksklusif.

Selama sembilan bulan kehamilan, jaringan payudara tumbuh dan menyiapkan fungsinya untuk menyedikan makanan bagi bayi baru lahir. Setelah melahirkan, ketika hormon yang dihasilkan plasenta tidak ada lagi untuk menghambatnya kelenjar pituitara akan mengeluarkan prolactin (*hormone laktogenik*). Sampai hari ketiga setelah persalinan, efek prolactin pada payudara mulai bisa dirasakan. Pembuluh darah payudara menjadi bengkak tersisi darah, sehingga timbul rasa hangat, bengkak, dan rasa sakit. Sel-sel acini yang menghasilkan ASI juga mulai berfungsi. Ketika bayi menghisap puting, reflex saraf merangsang *lobus posterior pituitary* untuk mensekresi hormon oksitosin. Oksitosin merangsang reflex *let down* (mengalirkan), sehingga menyebabkan ejeksi ASI melalui sinus aktiferus payudara ke duktus yang terdapat pada puting. Ketika ASI dialirkan karena isapan bayi atau dengan pompa sel-sel acini terangsang untuk menghasilkan ASI lebih banyak. Reflex ini dapat berlanjut sampai waktu yang cukup lama (Saleha, 2009).

Riwayat perawatan payudara juga sangat penting dilakukan selama hamil sampai menyusui. Hal ini dikarenakan payudara merupakan satu-satunya penghasil ASI yang merupakan makanan pokok bayi yang baru lahir sehingga harus dilakukan sedini mungkin (Walyani dan Purwoastuti, 2015). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2016), bahwa ada pengaruh antara perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI di Desa

Bendan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali (nilai $p=0,001 < 0,05$) dengan menggunakan uji *Fisher Exact*.

Kemampuan bayi dalam menghisap ASI yang lemah berpengaruh terhadap produksi ASI yang juga akan berpengaruh terhadap volume ASI. Kemampuan menghisap bayi tersebut secara tidak langsung juga didukung oleh usia dan jenis kelamin bayi. Ketika bayi menghisap payudara ibu, ujung saraf yang ada di puting dirangsang dan rangsangan tersebut oleh serabut *afferent* di bawa ke hipotalamus yang berada didasar otak, lalu memisu hipofise anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin di dalam darah. Meningkatnya hormon prolaktin di dalam darah akan merangsang kelenjar penghasil ASI dalam payudara untuk menghasilkan ASI dalam jumlah lebih banyak sehingga jumlah ASI yang dihasilkan tergantung pada isapan bayi pada payudara ibu. Jadi makin sering rangsangan penyusuan makin banyak pula produksi ASI (Ramaiah, 2007).

KESIMPULAN

Terdapat hubungan anatara pengetahuan Ibu tentang menyusui dengan Kelancaran ASI di RSUD Rokan Hulu dengan nilai $p \text{ value} = 0.040 \leq 0.05$.

SARAN

1. Bagi Responden

Untuk dapat menambah pengetahuan responden tentang Kelancaran ASI dapat melalui mengikuti penyuluhan-

penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan, bacaan dari media-media cetak dan media online. Sehingga ibu mampu untuk meningkatkan pengetahuan dan dapat merubah perilaku ibu untuk kelancaran ASI.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk lebih mengembangkan penelitian ini peneliti bisa melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang berbeda seperti perilaku ibu, pekerjaan dan lain sebagainya. Selain itu juga dapat dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda.

3. Bagi RSUD Rokan Hulu

Tenaga kesehatan harus meningkatkan frekuensi penyuluhan tentang kelancaran ASI dilihat dari berbagai faktor, mulai dari ibu, anak dan keluarga serta mengoptimalkan pelayanan kesehatan dalam memberikan informasi tentang kelancaran ASI

DAFTAR PUSTAKA

Afianti, S. (2012). *Efektivitas pemijatan payudara dengan senam payudara terhadap*

- kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum.* Purwokerto: FKIK Universitas Jenderal Soedirman.
- Anggraini, Yetti. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas.* Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, Wahyu., dkk. (2018). *Hubungan Perilaku Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum.* Well Being, Vol.3 No.2, 2018. STIKes Bahrul 'Ulum Jombang, Jawa Timur.
- Dewi Sunar. P (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif.* Yogyakarta: Diva Press
- Dinas Kesehatan Prov. Riau. (2017). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Riau.* Pekanbaru.
- Djamaludin, dkk. (2010). *Panduan Pintar Merawat Bayi dan Balita.* Jakarta: PT. Agromedia Pustaka.
- Hidayat, A.A. (2011). *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data.* Jakarta: Salemba Medika.
- Hubertin SP, (2014). *Konsep Penerapan ASI Eksklusif.* Buku Saku Untuk Bidan. Jakarta : EGC.
- Istiany & Rusilanti. (2013). *Gizi Terapan.* Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Indana Zulfa. Z, (2011). *Cara Pengukuran ASI.* Di akses tanggal 9 Mei 2019 melalui http://www.indana/zulfa/z/cara_pengukuran_ASI.int.org//2019
- _____. (2011). *Hubungan Inisiasi Menyusui Dini dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Pasca Persalinan di RSUD DR, Moewardi Surakarta dan RSUD Banjarsari Surakarta.* Surakarta: UNS. Perpustakaan.uns.ac.id. Di akses tanggal 9 Mei 2019.
- Inrawati, Dewi. (2017). *Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Teknik Menyusui dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Pakualam Yogyakarta.* Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah.
- Jitowiyono, S & Weni. (2011). *Asuhan Keperawatan neonatus dan Anak.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Khamza. (2013). *Segudang keajaiban ASI yang harus anda ketahui.* Jogyakarta : Flashbooks.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku.* Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.

- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Proverawati.A. (2010). *Kapita Selekta ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Media.
- Romiyati. (2015). *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Dengan Perilaku Pemberian Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Pakualaman Yogyakarta Tahun 2015*. Skripsi STIKes Aisyiyah. Yogyakarta.
<http://digilib.unisayogya.ac.id/743/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20PDF.pdf>
 (Diakses 17 Mei 2019)
- Safitri, Indah. (2016). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Bendan Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali*. FIK-Univ. Muhammadiyah Surakarta.
- Saleha, Sitti. (2009). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sasmita, dkk. (2018). *Tingkat Pengetahuan Ibu Postpartum tentang Gizi Ibu Menyusui di RB Sayang Ibu Undaan Kudus*. Kudus: Akbid Mardi Rahayu. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Vol. 8 No. 1 ISSN: 2088-4109 Diakses tanggal 25 Mei 2019
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/20258/4/Chapter%20II.pdf>
- Scholicah, Nur (2011). *Hubungan Perawatan Payudara pada Ibu Postpartum dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di Desa Karang Duren Kecamatan Tangaran Kabupaten Semarang Tahun 2011*. Akbid Purworejo.
<http://e-journal.akbid-purworejo.ac.id/index.php/jkk3/article/view/52/50/>.
 Diakses tanggal 25 Mei 2019.
- Soetjiningsih. (2010). *Lama Menyusui*. UI. Jakarta. Gramedia.
- _____. (2010). *Breastfeeding Family dalam Indonesia Menyusui*. Jakarta: IDAI.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyawati, A. (2009). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Salemba.
- Walyani dan Purwoastuti. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Yahya. (2010). *Panduan untuk Menyusui*. Jakarta: Bhuana Ilmu Popular.