

## KEBERHASILAN LAKTASI PADA IBU MASA NIFAS YANG MENYUSUI

(*Success of Lactation in Post Partum Mother*)

Yuanita Syaiful\*, Retno Twistiandayani\*, Imam Burhanuddin Baharsyah\*\*

\* Staf Pengajar Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Jl. AR. Hakim No. 2B Gresik, email : ntsyaiful271@gmail.com

\*\* Mahasiswa PSIK FIK Universitas Gresik Jl. AR. Hakim No. 2B Gresik

### ABSTRAK

Laktasi adalah keseluruhan proses mulai dari menyusui ASI, proses produksi ASI, dan refleks menghisap atau menelan ASI. Keberhasilan menyusui dipengaruhi banyak faktor yang terkait meliputi: pengetahuan tentang ASI, teknik menyusui, perawatan payudara, sosial, faktor psikologis, merokok dan minum alkohol. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan faktor pengetahuan tentang ASI, teknik menyusui, perawatan payudara dengan keberhasilan menyusui.

Desain penelitian menggunakan *cross sectional*. Metode sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 28 ibu nifas yang menyusui. Variabel bebas adalah pengetahuan tentang ASI, teknik menyusui, perawatan payudara. Variabel dependen adalah keberhasilan menyusui. Data penelitian ini diambil menggunakan kuesioner, observasi dan wawancara terstruktur.

Hasil perhitungan menggunakan uji statistik *chi square*. Penelitian ini menunjukkan hubungan antara pengetahuan tentang ASI dengan keberhasilan menyusui  $p= 0,000$ . Ada hubungan antara teknik menyusui dengan keberhasilan menyusui  $p= 0,000$ . Ada hubungan antara perawatan payudara dengan keberhasilan menyusui  $p= 0,000$ .

Keberhasilan menyusui dimulai dari peran perawat dalam mendukung manajemen laktasi yang baik sejak masa kehamilan dan melahirkan dan meningkatkan pengetahuan tentang ASI, teknik menyusui yang benar dan mempertahankan pengetahuan dan tindakan tentang perawatan payudara.

**Kata kunci:** Pengetahuan tentang ASI, Teknik menyusui, Perawatan payudara, Keberhasilan laktasi.

### ABSTRACT

*Lactation is the whole process starts from the milk of breast milk in the production process to suck or swallow the breast milk. In the lactation success of many factors associated with it include: knowledge about breast milk, breastfeeding techniques, breast care, social, psychological factors, smoking and drinking alcohol. Based on the background of the problem is the purpose of this research to determine the relationship of the factors of knowledge about breast milk, breastfeeding techniques, breast care with success of lactation.*

*The design of the research used the correlation method cross sectional. Sampling method used was purposive sampling. Samples taken as 28 puerperal that breastfeed. The independent variable was knowledge about breast milk, breastfeeding techniques, breast care. The dependent variable was success of lactation. The research data was taken used a questionnaire, observation and structured interviews.*

*From calculation used the chi square test statistic. If the chi square count ( $X^2_{count}$ ) > chi square table ( $X^2_{table}$ ) that is 9.49. Then the hypothesis was accepted. This research showed correlation between knowledge about breast milk with the success of lactation on ( $X^2_{count}$ ) = 33.714 dan ( $\alpha_{count}$ ) = 0.000. Showed correlation between breastfeeding techniques with the success of lactation on ( $X^2_{count}$ ) = 20.593 dan ( $\alpha_{count}$ ) = 0.000. Showed correlation between breast care with the success of lactation on ( $X^2_{count}$ ) = 20.593 and ( $\alpha_{count}$ ) = 0.000.*

*Based on this research, the suggestion are to achieve the success of breastfeeding milk, the role of nurses in support of a good lactation management since the time of pregnancy and delivery of knowledge about breast milk, breastfeeding techniques is correct and maintain a healthy knowledge of the breast. The must receive attention so as not to cause various problems.*

**Keywords : Knowledge about breast milk, Breastfeeding techniques, Breast are, Success of lactation.**

## PENDAHULUAN

Masa nifas adalah waktu yang diperlukan untuk pulihnya alat kandungan pada keadaan normal yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Pada masa nifas terjadi perubahan fisiologis di antaranya adalah laktasi (Indiarti, 2005). Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses menghisap atau menelan ASI (Riordan, 2002). Berjuta-juta ibu di seluruh dunia berhasil menyusui bayinya tanpa pernah membaca buku tentang keberhasilan laktasi. Bahkan ibu yang buta huruf juga dapat menyusui anaknya dengan baik. Walaupun demikian, dalam lingkungan kebudayaan kita saat ini melakukan hal yang alamiah tidaklah selalu mudah. Dari data awal yang diperoleh peneliti di Bidan desa Siti Maghfiroh Desa Karang Rejo pada bulan September di desa Karangrejo ada 8 ibu masa nifas yang menyusui, di mana dari 8 ibu tersebut yang berhasil laktasinya hanya 5 orang saja. Hal tersebut terjadi akibat dari rendahnya pengetahuan ibu tentang ASI, sehingga banyak dari ibu-ibu tersebut yang lebih memilih memberikan susu formula kepada anaknya dari pada memberikan ASI eksklusif. Dan hal tersebut didukung pula dengan teknik menyusui dari ibu yang kurang benar serta kurang pedulinya ibu-ibu tersebut dalam menjaga perawatan payudaranya. Keberhasilan laktasi merupakan langkah awal pemenuhan gizi bagi bayi apabila keberhasilan laktasi pada ibu baik maka secara tidak langsung bayi tersebut status gizinya akan meningkat. Dalam prosesnya keberhasilan laktasi dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu: pengetahuan tentang ASI, teknik menyusui, faktor perawatan payudara. Faktor lain yang berhubungan dengan keberhasilan laktasi yaitu: faktor kelelahan, faktor sosial (adat, kebiasaan, kepercayaan), faktor psikologis (kehamilan di inginkan atau tidak, cemas atau takut, pengalaman menyusui sebelumnya), merokok dan minum alkohol (Arifin, 2004). Namun sampai saat ini faktor-faktor yang berhubungan dengan keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui belum diketahui secara pasti.

Pemberian ASI eksklusif pada bayi di bawah usia dua bulan berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2005 hanya mencakup 67% dari total bayi yang ada. Persentase tersebut menurun seiring dengan bertambahnya usia bayi, yakni, 54% pada bayi usia 2-3 bulan dan 19% pada bayi usia 7-9 bulan. Fenomena yang lebih memprihatinkan, 13% bayi di bawah dua bulan telah diberi susu formula dan satu dari tiga bayi usia 2-3 bulan telah diberi makanan tambahan. Sebagai gambaran data pemberian ASI berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Angka Cakupan ASI Eksklusif 6 bulan di Indonesia hanya 32,3% (SDKI 2007), masih jauh dari rata-rata dunia, yaitu 38%. Sementara itu, saat ini jumlah bayi di bawah 6 bulan yang diberi susu formula meningkat dari 16,7% pada tahun 2002 menjadi 27,9% pada tahun 2007 (SDKI 2007). Berdasarkan data dinas kesehatan kabupaten Gresik pemberian ASI eksklusif 6 bulan pertama di Gresik persentase tersebut menurun seiring dengan bertambahnya usia bayi yakni, 54% pada bayi usia 3-4 bulan dan 20% pada bayi usia 7-9 bulan. Berdasarkan data awal yang di dapat dari BPS Ibu Siti Maghfiroh pada pertengahan bulan September jumlah ibu nifas di Desa Karangrejo Kecamatan Manyar tiga bulan terakhir ada 30 orang dengan rata-rata 10 orang setiap bulan, seluruh ibu nifas menyusui bayinya, berdasarkan wawancara peneliti dari 8 ibu nifas yang menyusui bayinya, ditemukan sebanyak 6 orang ibu nifas yang mengetahui tentang pentingnya ASI, 5 orang ibu nifas yang menyusui dengan benar dan 4 orang yang mengerti tentang pentingnya perawatan payudara, dan keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui ada 5 orang.

Seiring dengan perkembangan zaman terjadi pula peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi yang demikian pesat. Ironisnya, pengetahuan lama yang mendasar seperti menyusui justru kadang terlupakan. Padahal kehilangan pengetahuan tentang menyusui berarti kehilangan besar, karena menyusui adalah suatu pengetahuan yang selama berjuta-juta tahun mempunyai peran yang penting dalam mempertahankan kehidupan manusia. Bagi ibu hal ini berarti kehilangan kepercayaan diri untuk dapat memberikan perawatan terbaik pada bayinya dan bagi bayi berarti bukan saja kehilangan sumber makanan yang vital, tetapi juga kehilangan cara perawatan yang optimal. Faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan laktasi adalah teknik menyusui. Seorang ibu dengan bayi pertamanya mungkin akan mengalami berbagai masalah hanya karena tidak mengetahui cara menyusui yang sebenarnya sangat sederhana, seperti misalnya cara menaruh bayi pada payudara ketika menyusui. Teknik menyusui yang benar akan membantu bayi dalam menetek sedangkan teknik menyusui yang salah selain membuat bayi menjadi rewel dan enggan menyusu. Teknik menyusui yang salah juga meningkatkan risiko terjadinya *kolik*, puting susu luka dan berdarah, *mastitis*, suplai ASI berkurang dan payudara terasa nyeri (Emma, 2005). Dalam perawatan kebersihan payudara perlu dibersihkan paling kurang sehari sekali. Sebaiknya jangan memakai sabun oleh karena dapat mengakibatkan lecet pada puting susu. ASI yang tersisa pada puting perlu dibersihkan. Puting susu yang dibiarkan basah, misalnya setelah menyusukan bayi akan mudah lecet. Untuk menjaga agar puting tetap kering, kutang perlu dilapis dengan kain bersih yang dapat menyerap ASI yang menetes. Seperti diketahui bahwa pada ASI mengandung *galaktosa* yang berfungsi untuk pertumbuhan jaringan otak, dan juga pembentukan sel saraf, juga pada ASI mengandung *laktosa* yang berfungsi untuk penyerapan kalsium yang sangat penting untuk pertumbuhan tulang. Teknik menyusui yang tidak benar juga akan berpengaruh pada nutrisi bayi sehingga asupan nutrisi pada bayi tidak terpenuhi. Apabila perawatan dalam menjaga kebersihan payudara tidak terjaga maka bayi tidak dapat memperoleh asupan nutrisi yang cukup dan akan mengakibatkan bayi mengalami masalah kurang gizi (Cox, 2006).

Untuk mencapai keberhasilan pemberian ASI, peran perawat dalam mendukung adanya manajemen laktasi yang baik sejak masa kehamilan dan pemberian pengetahuan tentang ASI, tehnik pemberian ASI yang benar dan pengetahuan tentang perawatan dalam menjaga kebersihan payudara. Walaupun menyusui merupakan proses alamiah tetapi tidak semua ibu mengetahui pentingnya ASI bagi bayi, cara menyusui yang benar, dan bagaimana cara menjaga kebersihan payudara, terutama bagi ibu yang pertama kali melakukannya. Hal ini harus mendapat perhatian agar tidak menimbulkan berbagai masalah. Dengan fenomena diatas, maka peneliti tertarik meneliti analisis faktor yang berhubungan dengan keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui.

## **METODE DAN ANALISA**

Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross sectional*, dilaksanakan di Desa Karang Rejo Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik pada bulan September 2012. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang menyusui dan bayinya mulai usia 1-6 minggu di Desa karangrejo. Jumlah populasi sebesar 30 ibu dan bayinya, menggunakan non probability tipe purposive sampling, dimana setiap ibu menyusui yang memenuhi kriteria inklusi dimasukkan sebagai responden penelitian didapat sample 28 responden.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah Faktor Pengetahuan tentang ASI, Faktor Teknik menyusui dan Faktor Perawatan payudara, sedangkan variable dependennya adalah Keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini melalui kuisisioner dan observasi. Lembar kuisisioner pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui Pengetahuan tentang ASI sedangkan lembar observasi pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui Teknik menyusui, Perawatan payudara dan Keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui. Data-data yang sudah berbentuk ordinal dan nominal, dianalisis dengan menggunakan uji statistik *chi square* ( $X^2$ ) dengan taraf signifikan  $p \leq 0,05$ . Bila  $X^2$  hitung

$>X^2$  tabel 9,49 (sebagaimana dalam lampiran *critical values for the Chi-square distribution*) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  di terima.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1. Distribusi Tingkat Keberhasilan Laktasi pada Ibu Masa Nifas yang Menyusui Berdasarkan Pengetahuan tentang ASI.

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 28 responden didapatkan bahwa sebagian besar yaitu 17 (60,71%) responden memiliki pengetahuan tentang ASI baik dengan keberhasilan laktasi, dan sebagian kecil responden dengan pengetahuan tentang ASI kurang mengalami ketidak berhasilan laktasi yaitu 10,72% (3 responden).

Dari perhitungan menggunakan uji statistik *Chi Square* dengan bantuan perangkat lunak *SPSS for Windows* diperoleh hasil chi kuadrat hitung ( $X^2_{hitung}$ ) sebesar 33,714 dengan  $df = 4$ . Hasil tersebut kemudian dibandingkan dengan chi kuadrat tabel ( $X^2_{tabel}$ ) yaitu 9,49 (sebagaimana tersebut dalam lampiran). Jadi  $33,714 > 9,49$  sehingga  $H_1$  diterima artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang ASI dengan keberhasilan laktasi.

Tabel 1 Penilaian Tingkat Pengetahuan Tentang ASI pada Ibu Masa Nifas yang Menyusui di Desa Karang Rejo Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik pada Bulan Januari sampai dengan Maret 2012.

No	Pengetahuan Tentang ASI	Keberhasilan Laktasi pada Ibu Masa Nifas di Desa Karang Rejo Manyar Gresik						Frekuensi	%
		Berhasil		Kurang		Tidak			
		N	%	N	%	N	%		
1	Baik	17	60,71	0	0	0	0	17	60,71
2	Cukup	3	10,72	4	14,29	0	0	7	25,00
3	Kurang	1	3,57	0	0	3	10,72	4	14,29
Jumlah		21	74,99	4	14,29	3	10,72	28	100%
Chi square $X^2 = 33,714$ Asymp. Sig. ( $\alpha$ ) = 0,000 Koefisien phi = 0,736									

Selain itu dapat dilihat signifikansi hasil perhitungan ( $\alpha_{hitung}$ ) sebesar 0,000 angka ini jauh lebih kecil dari 0,05 sehingga  $H_1$  diterima artinya ada hubungan pengetahuan ibu tentang ASI dengan keberhasilan laktasi. Kuatnya hubungan dilihat dari uji koefisien phi adalah 0,736. Ini menunjukkan korelasi yang kuat dengan arah positif, yang berarti bila pengetahuan ibu tentang ASI ditingkatkan maka keberhasilan laktasinya akan semakin baik.

#### 2. Distribusi Tingkat Keberhasilan Laktasi pada Ibu Masa Nifas yang Menyusui Berdasarkan Teknik Menyusui.

Tabel 2 Penilaian Tingkat Teknik Menyusui pada Ibu Masa Nifas yang Menyusui di Desa Karang Rejo Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik pada Bulan Januari sampai dengan Maret 2012.

No	Teknik Menyusui	Keberhasilan Laktasi pada Ibu Masa Nifas di Desa Karang Rejo Manyar Gresik						Frekuensi	%
		Berhasil		Kurang		Tidak			
		N	%	N	%	N	%		
1	Baik	8	28,47	0	0	0	0	8	28,57
2	Cukup	13	46,52	4	14,29	0	0	17	60,71
3	Kurang	0	0	0	0	3	10,72	3	10,72
Jumlah		21	74,99	4	14,29	3	10,72	28	100%
Chi square $X^2 = 20,593$ Asymp. Sig. ( $\alpha$ ) = 0,000 Koefisien phi = 0,637									

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 28 responden didapatkan hampir setengahnya yaitu 13 (46,52%) responden memiliki teknik menyusui yang cukup dengan keberhasilan laktasi, dan sebagian kecil responden yang memiliki teknik menyusui yang kurang dengan ketidakberhasilan laktasi yaitu 10,72% (3 responden).

Perhitungan menggunakan uji statistik *Chi Square* diperoleh hasil chi kuadrat hitung ( $X^2_{hitung}$ ) sebesar 20,593 dengan  $df = 4$ . Hasil tersebut kemudian dibandingkan dengan chi kuadrat tabel ( $X^2_{tabel}$ ) yaitu 9,49 (sebagaimana tersebut dalam lampiran). Jadi  $20,593 > 9,49$  sehingga  $H_1$  diterima artinya ada hubungan antara teknik menyusui ibu dengan keberhasilan laktasi.

Signifikansi hasil perhitungan ( $\alpha_{hitung}$ ) sebesar 0,000 angka ini jauh lebih kecil dari 0,05 sehingga  $H_1$  diterima artinya ada hubungan teknik menyusui dengan keberhasilan laktasi. Kuatnya hubungan dilihat dari uji koefisien phi adalah 0,637. Ini menunjukkan korelasi yang kuat dengan arah positif, yang berarti bila teknik menyusui ibu ditingkatkan maka keberhasilan laktasinya akan semakin baik.

### 3. Distribusi Tingkat Keberhasilan Laktasi pada Ibu Masa Nifas yang Menyusui Berdasarkan Perawatan Payudara

Tabel 3 Penilaian Tingkat Perawatan Payudara pada Ibu Masa Nifas yang Menyusui di Desa Karang Rejo Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik pada Bulan Januari sampai dengan Maret 2012.

No	Perawatan Payudara	Keberhasilan Laktasi pada Ibu Masa Nifas di Desa Karang Rejo Manyar Gresik						Frekuensi	%
		Berhasil		Kurang		Tidak			
		N	%	N	%	N	%		
1	Baik	8	28,47	0	0	0	0	8	28,47
2	Cukup	13	46,52	4	14,29	0	0	17	60,71
3	Kurang	0	0	0	0	3	10,72	3	10,72
Jumlah		21	74,99	4	14,29	3	10,72	28	100%
Chi square $X^2 = 20,593$		Asymp. Sig. ( $\alpha$ ) = 0,000		Koefisien phi = 0,637					

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 28 responden didapatkan hampir setengahnya yaitu 13 (46,52) responden memiliki perawatan payudara yang baik dengan keberhasilan laktasi, dan sebagian kecil responden yang memiliki perawatan payudara yang kurang dengan ketidakberhasilan laktasi yaitu 10,72% (3 responden).

Perhitungan menggunakan uji statistik *Chi Square* diperoleh hasil chi kuadrat hitung ( $X^2_{hitung}$ ) sebesar 20,593 dengan  $df = 4$ . Hasil tersebut kemudian dibandingkan dengan chi kuadrat tabel ( $X^2_{tabel}$ ) yaitu 9,49 (sebagaimana tersebut dalam lampiran). Jadi  $20,593 > 9,49$  sehingga  $H_1$  diterima artinya ada hubungan antara perawatan payudara ibu dengan keberhasilan laktasi.

Signifikansi hasil perhitungan ( $\alpha_{hitung}$ ) sebesar 0,000 angka ini jauh lebih kecil dari 0,05 sehingga  $H_1$  diterima artinya ada hubungan perawatan payudara ibu dengan keberhasilan laktasi. Kuatnya hubungan dilihat dari uji koefisien phi adalah 0,637. Ini menunjukkan korelasi yang kuat dengan arah positif, yang berarti bila perawatan payudara ibu ditingkatkan maka keberhasilan laktasinya akan semakin baik.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

1. Ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang ASI dengan keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui dengan tingkat keeratan hubungan dikatakan kuat.

Pengetahuan yang baik tentang ASI akan menjadi dasar ibu dalam perannya memberikan asupan gizi yang baik dan tepat terhadap bayinya sehingga keberhasilan laktasi dapat ditingkatkan.

2. Ada hubungan antara teknik menyusui ibu dengan keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui dengan tingkat keeratan hubungan dikatakan kuat. Tindakan ibu bayi tentang teknik menyusui kepada bayinya sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki akan memberikan efek terhadap keberhasilan laktasinya. Tindakan dalam menyusui dan sesuai prosedur dalam menyusui bayinya secara nyata berhubungan dengan keberhasilan laktasi.
3. Ada hubungan antara perawatan payudara ibu dengan keberhasilan laktasi pada ibu masa nifas yang menyusui dengan tingkat keeratan hubungan dikatakan kuat. Tindakan ibu bayi tentang perawatan payudaranya sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki akan memberikan efek terhadap keberhasilan laktasinya. Tindakan dalam perawatan payudaranya dan sesuai prosedur dalam membersihkan payudaranya secara nyata berhubungan dengan keberhasilan laktasi.

### **Saran**

1. Agar puskesmas/tempat pelayanan kesehatan melaksanakan program-program penyuluhan kesehatan terutama yang berhubungan dengan upaya peningkatan keberhasilan laktasi.
2. Agar para perawat dan tenaga medis lainnya untuk meningkatkan penyuluhan tentang pengetahuan tentang ASI, teknik menyusui, dan menjaga kebersihan payudara para ibu masa nifas agar dapat mengurangi dan atau mencegah terjadinya ketidakberhasilan laktasi di wilayah kerjanya.
3. Agar para ibu lebih meningkatkan upaya pemberian ASI eksklusif untuk bayinya agar status kesehatan gizi bayinya meningkat.
4. Perlunya dilakukan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar, serta dengan topik faktor-faktor lainnya: (faktor sosial, psikologis, kelelahan, merokok dan minum alkohol) yang berhubungan dengan keberhasilan laktasi dan juga penelitian lanjutan tentang pengaruh penyuluhan tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif terhadap keberhasilan laktasi.

### **KEPUSTAKAAN**

- Alimul H, Aziz (2003). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Arifin Siregar (2004). *Pemberian ASI Eksklusif dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. <http://www.library.usu.ac.id>
- Arikunto, Suharsimi (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Baskoro (2008). *ASI dan Kandungannya*. Jakarta : Erlangga.
- Chumbley, Jane (2004). *Menyusui : Panduan para Ibu Untuk Menyusui dan Mengenalkan Bayi pada Susu Botol*. Jakarta : Erlangga.
- Cox, S. (2006). *Breastfeeding with confidence\_Panduan untuk belajar Menyusui dengan Percaya Diri*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Departemen kesehatan RI, Direktorat bina gizi masyarakat, direktorat jendral bina kesehatan masyarakat (2005). *Manajemen laktasi*. Jakarta.
- Emma Scattergood (2005). *Panduan untuk Orang Tua Baru agar Tetap Tenang Saat Merawat Bayi Untuk Pertama Kali*. Jakarta : PT. Prima Media Pustaka Kelompok Gramedia Majalah.

- Indiarti, M.T. (2005). *Panduan Lengkap Kehamilan, Persalinan dan Perawatan Bayi*, Diaglossia Media, Yogyakarta.
- Mangunkusomo (2007). *Tanda Bayi Cukup ASI*. Yogyakarta : Gramedia.
- Mochtar (2004). *Masa Nifas dan Perubahannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Moody, Jane (2005). *Menyusui : Cara Mudah, Praktis dan Nyaman*. Jakarta : Arcan
- Notoadmodjo (2003). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoadmodjo (2003). *Pendidikan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Panduan Perawatan payudara From: [perawatan-payudara-ibu-menyusui.html/2010/12/05/](http://perawatan-payudara-ibu-menyusui.html/2010/12/05/) [Accessed 15 September 2011]
- Panduan Penyimpanan ASI From :<http://cintalestari.wordpress.com/2008/12/05/panduan-penyimpanan-asi/>:[ Accessed 5 September 2011]
- Paramytha (2007). *Manfaat ASI*. Jakarta : Salemba Medika.
- Perinasia (2004). *Teknik Menyusui Yang Benar* From: <http://www.fkm.undip.ac.id /1034/1/ARTIKELASI.pdf>. [ Accessed 15 September 2011]
- Pudjiadji (2001). *ASI dan Komposisinya*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Prawiroharjo (2002). *Perubahan Bentuk Uterus*. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Riordan, Jan (2000). *Buku Saku Menyusui dan Laktasi*. Jakarta : EGC
- Roesli, Utami (2005). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta : Trubus Agriwidya
- Romana Amd Keb., (2010). *Perawatan Payudara Pasca Melahirkan*. Jakarta : Mitra cendikia.
- Rulina, Suradi (2004). *Manajemen Laktasi*. Jakarta : Program Manajemen Laktasi Perkumpulan Perinatologi Indonesia.
- Sarwono (2002). *Pengertian Masa Nifas dan Penanggulangannya*. Jakarta : EGC
- Sastroasmoro, S dan Ismael S. (2008). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*, Edisi ke-3. Jakarta : Sagung Seto.
- Savitri Ramalah (2006). *ASI dan Menyusui*. Jakarta : PT. Bhuana Ilmu Populer Kelompok Gramedia
- Sri Purwanti, Hubertin (2004). *Konsep Penerapan ASI Eksklusif : Buku Saku Untuk Bidan*. Jakarta : EGC.
- Suhartono (2005). *Faktor-faktor Perilaku* : Surabaya : Mitra cendika.
- Suherni, Hesty Widyasih, Anita R. (2009). *Perawatan Masa Nifas*, Edisi ke-4 Yogyakarta : PT. Fitramaya.
- Sunartyo (2008). *Kandungan Anti body Pada ASI*. Jakarta : EGC.
- Universitas Gresik (2011). *Pedoman Penyusunan Proposal Skripsi*. Gresik: Tidak Di publikasikan.