

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN IBU MENYUSUI DENGAN PERILAKU IBU  
DALAM PERAWATAN PAYUDARA DI WILAYAH KERJA POSKESDES  
RASAU JAYA I KABUPATEN KUBU RAYA TAHUN 2017**

**Melyani<sup>1</sup>, Chahyani Erlita<sup>2</sup>**

Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak  
Email korespondensi: akbidpbpontianak@gmail.com

**Abstrak**

Menurut World Health Organization (WHO), pemberian ASI saja pada bayi sampai usia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun. Perawatan Payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara pengetahuan ibu menyusui dengan perawatan payudara di Wilayah Kerja Poskesdes Rasau Jaya I Kabupaten Kubu Raya Tahun 2017. Desain penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi dengan jumlah sampel sebanyak 53 orang responden yaitu ibu menyusui yang berada di Wilayah Kerja Poskesdes Rasau Jaya I. Data ini dikumpulkan dengan menggunakan cara kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku ibu dalam perawatan payudara. Hasil penelitian ini sebagian dari responden (52,83%) yaitu 28 orang berpengetahuan kurang dan sangat sedikit dari responden (11,32) yaitu 6 orang yang memiliki pengetahuan baik tentang perawatan payudara. Hasil uji *Chi-Square* dengan melihat nilai pada tabel diketahui nilai *P value* 0,001 peneliti membandingkan dengan nilai  $\alpha$  0,05, Maka peneliti menyimpulkan  $P 0,001 < 0,05$  dengan demikian  $H_0$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Menyusui dengan Perilaku ibu dalam Perawatan Payudara di Wilayah Kerja Poskesdes Rasau Jaya I Kabupaten Kubu Raya Tahun 2017. Kesimpulan dari penelitian ini ada hubungan antara Pengetahuan Ibu Menyusui Dengan Perilaku Ibu Dalam Perawatan Payudara di Wilayah Kerja Poskesdes Rasau Jaya I Kabupaten Kubu Raya Tahun 2017. Saran peneliti perlu diadakan penyuluhan tentang cara melakukan perawatan payudara dan memberikan brosur atau leaflet mengenai teknik perawatan payudara saat menyusui.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Ibu Menyusui, Perilaku, Perawatan Payudara

**Pendahuluan**

Menyusui merupakan hal yang terbaik untuk bayi karena Air Susu Ibu (ASI) mudah dicerna dan memberikan gizi dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan bayi. ASI membantu melindungi bayi dari penyakit dan infeksi, mencegah alergi makanan. Menyusui lebih nyaman dan lebih murah dari pada susu formula. ASI selalu siap dan pada suhu yang stabil dengan temperatur tubuh. Pada keadaan normal semua wanita dapat menyusui (Atikah, 2010).

Menyusui adalah hubungan yang berkelanjutan dalam kehidupan antara ibu dan bayi. Proses setelah Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dilanjutkan dengan pemberian ASI

eksklusif selama 6 bulan dan diteruskan hingga dua tahun (Sujiyatini, dkk, 2010). Menurut World Health Organization (WHO) menerangkan pemberian ASI saja pada bayi sampai usia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun. Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dianjurkan oleh pedoman internasional yang didasarkan pada bukti ilmiah tentang manfaat ASI baik bagi bayi, ibu, keluarga, maupun Negara (Tri Sunarsih, 2011).

Menurut Reni Heryani, (2012) masalah dalam pemberian ASI adalah puting susu tidak menonjol atau masuk kedalam seorang bayi

<sup>1</sup> Dosen Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak

<sup>2</sup> Dosen Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak

mungkin akan mengalami kesulitan air susu pada puting yang tidak menonjol atau yang masuk kedalam payudara. Puting susu lecet atau luka disebabkan karena saat ibu memegang bayi atau menyusui bayi dengan posisi yang tidak benar, bendungan ASI bila ASI tidak keluar dan tidak dihisap oleh bayi maka payudara akan bengkak, edema, sakit, kulit mengkilat, payudara penuh terasa berat, panas dan keras, dan mastitis atau abses payudara adalah peradangan pada payudara memerah, bengkak kadang kala diikuti rasa nyeri dan panas, suhu tubuh meningkat. Terasa ada masa pada terjadi 1-3 hari pasca persalinan disebabkan oleh sumbatan sel susu yang berlanjut.

Selain terlihat indah, perawatan payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur akan memudahkan si bayi konsumsi ASI. Pemeliharaan ini juga bisa merangsang produksi ASI dan mengurangi resiko luka saat menyusui (Saryono, 2009) Masalah-masalah yang sering terjadi pada ibu menyusui adalah puting susu datar/ terbenam, payudara bengkak (*engorgement*), puting susu lecet, penyumbatan kelenjar payudara, mastitis, abses payudara, kelainan anatomi puting dan bayi enggan menyusu.

Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore (Nugroho, 2014) Perawatan payudara adalah perawatan yang dilakukan pada payudara yang bengkak agar dapat menyusui dengan lancar dan mencegah

masalah-masalah yang sering timbul pada saat menyusui (Anik, 2015).

Pelaksanaan perawatan payudara setelah melahirkan dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari sesudah dilahirkan. Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore (Nugroho, dkk 2014). Memasang handuk pada bagian perut bawah dan bahu sambil melepaskan pakaian atas kemudian mengompres kedua puting dengan kapas yang dibasahi minyak kelapa atau baby oil. Llicinkan telapak tangan dengan minyak lakukan pengurutan dengan telapak tangan sambil menghentakkan payudara, kemudian tangan kiri menopang payudara kiri, tangan kanan melakukan pengurutan dengan menggunakan sisi kelingking, setelah itu mengompres payudara dengan air hangat dan air dingin secara bergantian.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Berdasarkan pengalaman dan penelitian, diperoleh bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Maulana, 2009).

Menurut penelitian Nifatul Mustabsyiroh, 2011 Hubungan Pendidikan, Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perawatan Payudara Ibu Menyusui Pasca Persalinan Di Wilayah Puskesmas Sayung 1 Demak. Analisa data yang digunakan penelitian adalah analisis statistik diperoleh pendidikan ibu menyusui sebagian besar adalah SD yaitu sebanyak 18 orang (30,5%), tingkat pengetahuan ibu menyusui

tentang perawatan payudara sebagian besar adalah kurang 27 orang (45,8%), perawatan payudara yang dilakukan oleh ibu menyusui sebagian besar adalah tidak baik 36 orang (61,0%) analisis Chi Square  $p = 0,007$  lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ) artinya terdapat Hubungan pendidikan, Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perawatan Payudara Ibu Menyusui Pasca Persalinan di Wilayah Puskesmas Sayung 1 Demak.

Menurut Vika Wulandari, 2012 Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku perawatan payudara pada saat menyusui di wilayah kerja Puskesmas Karangdowo Klaten. Hasil penelitian menunjukkan 26 responden (53,1%) dengan pengetahuan baik, 12 responden (24,5%) dengan pengetahuan cukup dan 11 responden (22,4%) dengan pengetahuan kurang responden dalam perawatan payudara diketahui 23 responden (46,9%) dengan perilaku baik, sedangkan 26 responden (53,1%) mempunyai perilaku yang kurang dalam perawatan payudara. Hasil uji statistic dengan uji Chi Square diperoleh nilai  $\chi^2 = 12,863$  dengan nilai  $p = 0,002$ , artinya terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku perawatan payudara selama menyusui di wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo.

Puskesmas Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya memiliki 6 Poskesdes, peneliti memilih salah satu Poskesdes yaitu Poskesdes Rasau

Jaya I karena didalamnya merangkap 6 posyandu, yaitu Posyandu Sehat, Posyandu Cintani, Posyandu Mekar Kembali, Posyandu Sehati, Posyandu Mawar Merah dan Posyandu Mentari. Berdasarkan informasi dari bidan di Poskesdes Rasau Jaya I terdapat masalah pada ibu menyusui seperti sindrom asi kurang, puting susu tenggelam dan kurangnya kebersihan pada payudara.

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Posyandu Cintani pada bulan April didapatkan dari 10 orang ibu menyusui, yang mengetahui perawatan payudara 4 orang, 6 orang lainnya belum mengetahui perawatan payudara sedangkan yang melakukan perawatan payudara didapat 4 orang dan 6 orang yang tidak melakukan perawatan payudara.

**Metode**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *deskriptif korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari hingga Mei 2017 di wilayah kerja Poskesdes Rasau Jaya I Kabupaten Kubu Raya. Populasi penelitian yaitu ibu menyusui sebanyak 106 orang. Peneliti menentukan kriteria sampling sehingga sampel sebanyak 53 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner kemudian diolah dan dianalisis menggunakan analisis univariate serta analisis bivariate menggunakan uji *chi square*.

**Hasil dan Pembahasan**

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Pengetahuan Kurang	28	52,8

Cukup	19	35,8
Baik	6	11,4
Perilaku Perawatan Payudara		
Tidak Melakukan	44	83,1
Melakukan	9	16,9

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian dari responden berpengetahuan kurang (52,89%) yaitu 28 orang dan sangat sedikit dari responden (11,32%) yaitu 6 orang yang memiliki pengetahuan baik. Berdasarkan hasil jawaban responden diketahui juga bahwa hampir seluruh dari responden yaitu 45 orang (84,9%) menjawab benar pada soal pengetahuan nomor 6 tentang kapan mulainya dilakukan perawatan payudara pada masa menyusui. Sebagian besar dari responden yaitu 35 orang (66,0%) menjawab salah pada soal

pengetahuan nomor 16 tentang langkah ketiga dalam perawatan payudara pada masa menyusui.

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa hampir seluruh dari responden yaitu 44 (83,1%) orang yang tidak melakukan perawatan payudara pada masa menyusui. Berdasarkan hasil jawaban responden diketahui juga alasan tidak melakukan perawatan payudara adalah karena tidak mengetahui cara melakukan perawatan payudara dengan benar dan baik.

Tabel 2. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Menyusui dengan Perilaku Ibu dalam Perawatan Payudara

Variabel	Perilaku Perawatan Payudara				Total		X <sup>2</sup>	P value
	Melakukan		Tidak Melakukan		n	%		
	n	%	n	%				
Baik	4	66,7	2	33,3	6	100	14,302	0,001
Pengetahuan Cukup	4	21,1	15	78,9	19	100		
Kurang	1	3,6	27	96,4	28	100		

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 53 responden yang diteliti diperoleh responden yang memiliki pengetahuan kurang dan sangat sedikit dari responden (3,6%) sebanyak 1 orang melakukan perawatan payudara, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik terdapat sebagian besar dari responden (66,7%) sebanyak 4 orang melakukan perawatan payudara.

hubungan antara pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku ibu dalam perawatan payudara di Wilayah Kerja Poskesdes Rasau Jaya I Kabupaten Kubu Raya Tahun 2017.

Hasil uji statistik yang telah diuraikan pada tabel 4.1 diperoleh nilai *Chi-Square* yaitu 0,001 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada

hubungan antara pengetahuan dari 53 responden tentang pengetahuan perawatan payudara pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Poskesdes Rasau Jaya I didapatkan sebagian dari responden (52,83%) yaitu 28 orang berpengetahuan kurang, sebagian kecil dari responden (35,85%) yaitu 19 orang berpengetahuan cukup dan sangat sedikit dari

responden yaitu 6 orang yang memiliki pengetahuan baik.

Menurut Notoadmodjo, (2010) Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) dengan sendirinya, pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga) dan penglihatan (mata). Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda. Hal ini sependapat dengan teori Mubarak, (2012) Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, kebudayaan dan informasi.

Berdasarkan dari jawaban responden dari tiap item pertanyaan hampir seluruh dari responden yaitu 45 orang (84,9%) menjawab benar pada soal pengetahuan nomor 6 tentang kapan mulainya dilakukan perawatan payudara pada masa menyusui. Sebagian besar dari responden yaitu 35 orang (66,0%) menjawab salah pada soal pengetahuan nomor 16 tentang langkah ketiga dalam perawatan payudara pada masa menyusui. Menurut Nugroho, (2014) Pelaksanaan perawatan payudara setelah melahirkan dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari sesudah dilahirkan. Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore.

Hal ini sejalan dengan Nifatul Mustabsyiroh, 2011 Hubungan Pendidikan,

Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perawatan Payudara Ibu Menyusui Pasca Persalinan Di Wilayah Puskesmas Sayung 1 Demak Analisa data yang digunakan penelitian adalah analisis statistic chi square Analisis statistik diperoleh pendidikan ibu menyusui sebagian besar adalah SD yaitu sebanyak 18 orang (30,5%), tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang perawatan payudara sebagian besar adalah kurang, 27 orang (45,8%), perawatan payudara yang oleh ibu menyusui sebagian besar adalah tidak melakukan 36 orang (61,0%).

Hal ini tidak sesuai dengan penelitian Vika Wulandari, (2012) Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku perawatan payudara pada saat menyusui di wilayah kerja Puskesmas Karangdowo Klaten. Hasil penelitian menunjukkan 26 responden (53,1%) dengan pengetahuan baik, 12 responden (24,5%) dengan pengetahuan cukup dan 11 responden (22,4%) dengan pengetahuan kurang.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pendidikan mempengaruhi pengetahuan, sebagian dari responden (43,3%) yaitu 23 orang berpendidikan SMA dan (30,1%) berpendidikan SMP. Sejalan dengan teori menurut Mubarak, (2012) pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang pada orang lain terhadap sesuatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan

menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan, informasi, dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

Menurut peneliti berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian dari responden berpendidikan kurang (52,89%) yaitu 28 orang dikarenakan kurangnya pengalaman dan informasi. Berdasarkan pengalaman dan penelitian, diperoleh bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Maulana, 2009).

Berdasarkan hasil perilaku tentang perawatan payudara diketahui bahwa ibu dalam perawatan payudara dari 53 responden didapatkan bahwa sangat sedikit dari responden (16,98%) yaitu 9 orang yang melakukan perawatan payudara dan hampir seluruh dari responden (83,02) yaitu 44 orang yang tidak melakukan perawatan payudara pada masa menyusui.

Menurut Hikmawati, (2011) Perilaku adalah semua kegiatan atau aktifitas manusia, baik yang dapat diamati secara langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Perilaku adalah semua respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar).

Menurut Nugroho, (2014) Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI. Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore. Menurut Anik, (2015) perawatan payudara *postpartum* atau setelah melahirkan yaitu segala usaha yang dilakukan agar kondisi payudara baik, demi

mencapai keberhasilan menyusui sebagai kelanjutan perawatan payudara pada masa kehamilan.

Pelaksanaan perawatan payudara yang baik dan benar yaitu Pelaksanaan perawatan payudara setelah melahirkan dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari sesudah dilahirkan. Perawatan payudara dapat dilakukan dua kali sehari yaitu saat mandi pagi dan mandi sore (Nugroho, dkk 2014). Memasang handuk pada bagian perut bawah dan bahu sambil melepaskan pakaian atas kemudian mengompres kedua puting dengan kapas yang dibasahi minyak kelapa atau baby oil. Llicinkan telapak tangan dengan minyak lakukan pengurutan dengan telapak tangan sambil menghentakkan payudara, kemudian tangan kiri menopang payudara kiri, tangan kanan melakukan pengurutan dengan menggunakan sisi kelingking, setelah itu mengompres payudara dengan air hangat dan air dingin secara bergantian.

Berdasarkan hasil jawaban responden diketahui juga alasan tidak melakukan perawatan payudara adalah sebanyak (33,73%) yaitu 20 orang tidak mengetahui cara melakukan perawatan payudara dengan baik dan sebanyak (33,95%) yaitu 18 orang dengan alasan sibuk bekerja. Hal ini sejalan dengan teori menurut Hikmawati, (2011) dipengaruhi oleh faktor eksternal yakni lingkungan, baik lingkungan fisik sosial budaya dan ekonomi. Serta faktor yang mempengaruhi perilaku yakni faktor predisposisi yang berwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, dan lain-lain.

Hal ini sesuai dengan penelitian Nifatul Mustabsyiroh, (2011) Hubungan Pendidikan, Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perawatan Payudara Ibu Menyusui Pasca Persalinan Di Wilayah Puskesmas Sayung 1 Demak didapatkan hasil penelitian tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang perawatan payudara sebagian besar adalah kurang 27 orang (45,8%), perawatan payudara yang oleh ibu menyusui sebagian besar adalah tidak melakukan 36 orang (61,0%).

Hal ini sesuai dengan penelitian Vika Wulandari, 2012 Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku perawatan payudara pada saat menyusui di wilayah kerja Puskesmas Karangdowo Klaten. Hasil penelitian responden dalam perawatan payudara diketahui 23 responden (46,9%) dengan perilaku baik, sedangkan 26 responden (53,1%) mempunyai perilaku yang kurang dalam perawatan payudara.

Menurut peneliti perilaku ibu dalam perawatan payudara pada ibu menyusui di Wilayah Poskesdes Rasau Jaya I kabupaten kuburaya Tahun 2017 masih sedikit yang melakukan, karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan perawatan payudara sendiri dirumah. Hubungan antara pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku ibu dalam perawatan payudara diketahui bahwa dari 53 responden yang diteliti diperoleh responden yang memiliki pengetahuan kurang dan sangat sedikit dari responden (3,6%) sebanyak 1 orang melakukan perawatan payudara, dan diketahui yang memiliki pengetahuan cukup dari responden (22,1)

sebanyak 4 orang melakukan perawatan payudara, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik terdapat sebagian besar dari responden (66,7%) sebanyak 4 orang melakukan perawatan payudara.

Berdasarkan uji *Chi-Square* dengan melihat nilai pada tabel diketahui nilai *P value* 0,001 peneliti membandingkan dengan nilai  $\alpha$  0,05, Maka peneliti menyimpulkan  $P < 0,001 < 0,05$  dengan demikian  $H_0$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku ibu dalam perawatan payudara di Wilayah Kerja Poskesdes Rasau Jaya I Kabupaten Kubu Raya Tahun 2017.

Hal ini sesuai dengan penelitian Nifatul Mustabsyiroh, 2011 Hubungan Pendidikan, Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perawatan Payudara Ibu Menyusui Pasca Persalinan Di Wilayah Puskesmas Sayung 1 Demak. Hasil Penelitian dengan analisis Chi Square  $p = 0,007$  lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ) yang artinya terdapat Hubungan pendidikan, Tingkat Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perawatan Payudara Ibu Menyusui Pasca Persalinan di Wilayah Puskesmas Sayung 1 Demak.

Hal ini sesuai dengan penelitian Vika Wulandari, 2012 Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku perawatan payudara pada saat menyusui di wilayah kerja Puskesmas Karangdowo Klaten. Hasil uji statistic dengan uji Chi Square diperoleh nilai  $\chi^2 = 12,863$  dengan nilai  $p = 0,002$ , artinya terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku

perawatan payudara selama menyusui di wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo.

### **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian menurut peneliti Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku ibu dalam perawatan payudara sehingga perlu adanya pendidikan dan konseling terhadap ibu menyusui agar lebih memahami tentang perawatan payudara dan lebih terampil untuk melakukan perawatan payudara agar produksi ASI lebih optimal dan dapat mencegah terjadi bendungan ASI pada masa menyusui.

### **Daftar Pustaka**

- Agria, dkk. 2011. Gizi Reproduksi. Yogyakarta: Fitramaya
- Dinas Kesehatan Kubu Raya, 2015. Profil Dinas Kesehatan Kubu Raya. Kubu Raya: Dinkes
- Fitriani, Sinta. 2011. Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Hidayat, Aziz Alimul. 2011. Metodologi Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A.A. 2014. Metodologi Penelitian Kebidanan Teknik Analisis data univariat Data. Jakarta: Salemba Medika
- Heryani, Reni. 2012. Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Hikmawati, Isna. 2011. Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kristiyanasari, Weni. 2009. ASI, Menyusui dan Sadari. Yogyakarta: Nuha Medika
- Maulana, Heri. D. J. 2009. Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC.
- Mubarak, Wahid Iqbal. 2012. Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Maryunani, Anik. 2012. Iniasi Menyusui, ASI Eksklusif, dan Manajemen Laktasi. Jakarta: CV. Trans Info Media
- \_\_\_\_\_. 2015. Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui. Bogor: In Media
- Mansyut, Nurlina, dkk. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jatim: Selaksa Media
- Mustabsyiroh, Nifatul. 2011. Hubungan pendidikan, Tingkat Pengetahuan tentang Perawatan Payudara dengan perawatan payudara ibu pasca persalinan. www.akbid.demak.co.id di akses pada tanggal 28-februari-2017 jam 17.50 WIB
- Notoadmodjo, Sekidjo. 2010. Promosi Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, Taufan, dkk. 2014. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas. Yogyakarta: Nuha Medika
- \_\_\_\_\_. 2011. ASI dan Tumor Payudara. Yogyakarta: Nuha Medika
- Proverawati, Atikah, dkk. 2010. Kapita Selekta ASI dan Menyusui. Yogyakarta Nuha Medika
- Pramita, Dian. 2011. Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara Pada Masa Nifas di Rumah Sakit Yarsi Pontianak. Karya Tulis Ilmiah. Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak (tidak di publikasikan)
- Rukiyah, Ai Yeyeh, dkk. 2010. Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita. Jakarta: Trans Info Media
- Susila, Suyanto. 2015. Metodologi Cross Sectional. Klaten Selatan: Katalog dalam Terbitan
- Sugiono. 2015. Statistik Nonparametris untuk penelitian. Bandung: Alfabeta. CV

- Siswanto.2014. Metodologi Penelitian Kesehatan dan Kedokteran. Yogyakarta: Bursa Ilmu
- Sujiyatini. 2010.Catatan Kuliah Asuhan Ibu Nifas ASKEB III. Yogyakarta Cyrillus Publisher
- Saryono.2009. Perawatan Payudara. Jogjakarta: Mitra Cendikia
- Tri Sunarsih, dkk. 2011. Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. Jakarta: Salemba Medika
- Wulandari, Vika. 2012. Hubungan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui dengan perilaku perawatan payudara pada saat menyusui di wilayah kerja puskesmas Karangdowo Klaten. [www.ejournal.akbid\\_karangdowo.ac.id/index.php/acticle/download/pdf](http://www.ejournal.akbid_karangdowo.ac.id/index.php/acticle/download/pdf) di akses pada tanggal 28-februari-2017 jam 16.10 WIB