

GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KESIAPAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS TABANAN II TAHUN 2023

Ni Nengah Armawati*, Ni Ketut Somoyani, Lely Cintari
Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar
Jalan Raya Puputan Renon, Denpasar, Bali, 80234

ABSTRAK

Pengetahuan ibu akan pentingnya perawatan payudara selama kehamilan dapat mempengaruhi kesiapan dalam pemberian ASI eksklusif, dimana pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal dapat dipersiapkan sejak dini yaitu 1000 Hari Pertama Kehidupan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang perawatan payudara dengan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tabanan II. Penelitian ini merupakan penelitian *cross sectional* dengan jenis penelitian analitik observasional Sampel yang diambil yaitu ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Tabanan II. Besar sampel menggunakan total sampel sebanyak 60 orang. Hasil yang didapat yaitu sebanyak 53,5% ibu hamil memiliki pengetahuan baik tentang perawatan payudara dan sebanyak 83,3% ibu hamil siap dalam pemberian ASI eksklusif. Bagi petugas kesehatan diharapkan meningkatkan cakupan ASI eksklusif melalui peningkatan pengetahuan dengan penyuluhan kesehatan khususnya tentang perawatan payudara selama kehamilan serta memonitor kelanjutan kesiapan responden dalam memberikan ASI eksklusif.

Kata kunci: ASI eksklusif, Perawatan payudara, Pengetahuan

ABSTRACT

Mother's knowledge of the importance of breast care during pregnancy can affect readiness for exclusive breastfeeding. Baby's growth and development can be prepared early on the First 1000 Days of Life. The purpose of this study to know the overview of knowledge about breast care with readiness to give exclusive breastfeeding to third trimester pregnant women in the work area of the Puskesmas Tabanan II. This research is a cross sectional study with observational analytic research. The sample is third trimester pregnant women who check their pregnancy in the Tabanan II Public Health Care. The sample uses a total sample of 60 people. The results of the study 53.5% of pregnant women had good knowledge about breast care and 83.3% of pregnant women were ready to give exclusive breastfeeding. Health workers increase the coverage of exclusive breastfeeding through increased knowledge with health education, especially about breast care during pregnancy as well as monitoring the continuation of the respondent readiness to provide exclusive breastfeeding.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Breast care, Knowledge

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu sebagai makanan utama bagi bayi (Haryono dan Setianingsih, 2014). Majelis Kesehatan Dunia sudah merumuskan Global Nutrition Target 2025, beserta 6 sasaran kesehatan global terkait peningkatan gizi ibu, bayi dan anak-anak target pada tahun 2025. Sasaran kesehatan global diantaranya yaitu peningkatan pemberian ASI eksklusif semasa 6 bulan pertama minimal 50 %. Menurut WHO, bayi yang disusui secara eksklusif di dunia hanya meningkat 2%

*e-mail korespondensi : ngh.armawati@gmail.com

antara tahun 2015-2018.

Pemberian ASI eksklusif terbukti dapat menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) serta meningkatkan status gizi bayi dan balita. Manfaat bagi bayi antara lain untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan otak, kesehatan, dan kelangsungan hidup bayi mengingat ASI kaya akan antibodi dan mengandung zat gizi paling lengkap untuk bayi, serta sesuai bagi pencernaan bayi (Nurhayati, 2015). Pemberian ASI yang tidak optimal beresiko terhadap terjadinya 45 % kematian akibat infeksi saluran pernafasan pada balita. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes, 2014–2018) cakupan ASI eksklusif di

Indonesia tahun 2014, 37,3 %, 2015 sebesar 55,7%, tahun 2016 sebesar 54%, tahun 2017 sebesar 61,33%, pada tahun 2018 terjadi penurunan yang drastis yaitu sebesar 37,3%. Bila dibandingkan sama target yang ditetapkan oleh Kemenkes RI yaitu 80 % maka, capaian ASI eksklusif di Indonesia belum mencapai target.

Turunnya pemberian ASI eksklusif di Indonesia salah satunya disebabkan karena kurangnya kesiapan ibu baik secara fisik maupun mental dalam persiapan menyusui semenjak awal kehamilan (Rinata, 2015). Situasi ini bisa menyebabkan kebutuhan gizi pada bayi belum tercapai dengan baik serta bayi menjadi rentan terjangkit penyakit, serta berdampak pada kematian (Indrasari, 2016). Persiapan menetekei semasa kehamilan adalah hal yang sangat penting , oleh karena adanya perencanaan yang baik, jadi ibu siap untuk menetekei bayinya. Adapun Persiapan itu yaitu pengetahuan dan dukungan psikologis untuk mempersiapkan mental, serta pelayanan kesehatan untuk persiapan fisik ibu. Adanya persiapan dengan baik, jadi ibu merasa lebih yakin serta lebih siap menyusui bayinya secara eksklusif.

Perawatan payudara (*breast care*) selama kehamilan merupakan suatu hal yang harus diperhatikan sebagai persiapan menyusui. Perawatan payudara bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara dan memperbanyak atau memperlancar produksi ASI, sehingga dapat meningkatkan keberhasilan dalam pemberian ASI eksklusif (Dewi, Harapan and Ponorogo, 2017). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Alhadar dan Umaternate (2016) menunjukkan hasil bahwa, dari 20 orang ibu hamil (95%) yang melakukan perawatan payudara, ASI keluar dengan lancar. Penelitian yang dilakukan oleh Adam *et al* (2016) juga menunjukkan bahwa ada hubungan perawatan payudara pada masa kehamilan dengan keberhasilan

pemberian ASI Eksklusif di Kota Tomohon. Menurut Sarwono (2014), Ibu yang tidak melakukan perawatan payudara sejak dini akan berdampak pada timbulnya berbagai masalah pada masa laktasi seperti puting susu terbenam, bendungan ASI dan puting susu lecet, mastitis, abses payudara, serta ASI tidak lancar dan bisa menyebabkan bayi tidak mau menyusui bahkan tidak memperoleh ASI yang optimal dari ibunya.

Pengetahuan merupakan faktor penentu terhadap perubahan perilaku seseorang. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu tentang perawatan payudara, maka akan mempengaruhi pola pikir dan perilaku untuk melakukan perawatan payudara. Menurut Aswar (2013) sikap individu menyambut periode laktasi tergantung pada sikap individu mengenai suatu hal tersebut, sehingga dapat mendorong individu melakukan sikap tertentu pada waktu dibutuhkan. Penelitian yang dilakukan oleh Sriatin (2017), menunjukkan ada hubungan pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dengan kesiapan menghadapi masa laktasi pada ibu hamil di Kabupaten Konawe Selatan.

UPTD Puskesmas Tabanan II merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang berada di Kabupaten Tabanan, memiliki jumlah kunjungan ibu hamil rata-rata 60 kunjungan perbulannya. Hasil studi pendahuluan telah dilakukan di Ruang Poli Kebidanan Ibu dan Anak (KIA) pada tanggal 10 Januari 2023 dengan metode wawancara dengan melibatkan 10 ibu hamil trimester III. Hasil diperoleh sebanyak 7 orang (70 %) tidak mengetahui tujuan dan manfaat perawatan payudara dan 5 orang (50 %) mengatakan bahwa belum siap memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Kurangnya pengetahuan ibu akan pentingnya perawatan payudara selama kehamilan dapat mempengaruhi kesiapan dalam memberikan ASI eksklusif setelah

melahirkan nanti, dimana pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal dapat dipersiapkan sejak dini yaitu 1000 Hari Pertama Kehidupan. Cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Tabanan pada tahun 2021 adalah sebesar 53,3 %. Cakupan ASI eksklusif Puskesmas Tabanan II adalah 7,7 %, sedangkan cakupan tertinggi adalah 100% . Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang perawatan payudara dengan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tabanan II.

METODE

Jenis penelitian dalam penelitian ini yaitu analitik observasional. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tabanan II. Pada penelitian ini sampel yang diambil adalah ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Tabanan II dan memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Besar sampel menggunakan total sampel sebanyak 60 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive sampling*. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer merupakan data yang didapatkan langsung dari responden, yaitu dalam penelitian ini data didapat dari hasil pengisian kuesioner oleh responden sedangkan data sekunder didapat dari catatan register kunjungan antenatal ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Tabanan II. Analisa data menggunakan analisa univariat. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar dengan nomor LB.02.03/EA/KEPK/ 0181 /2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden pada penelitian ini yaitu ibu

hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Tabanan II. Distribusi karakteristik responden disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Tabanan II

Karakteristik (n=60)	Frekuensi	Proporsi (%)
Umur		
20-35 tahun	57	95,0
>35 tahun	3	5,0
Total	60	100
Pendidikan		
Dasar	2	3,3
Menengah	50	83,4
Tinggi	8	13,3
Total	60	100
Paritas		
Multigravida	58	96,7
Grandmultipara	2	3,3
Total	60	100

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar ibu hamil berumur 20 hingga 35 tahun (95%), Ditinjau dari pendidikan terakhir, sebanyak 83,4% ibu hamil memiliki pendidikan terakhir menengah. Sebanyak 96,7% ibu hamil masuk kategori multigravida.

Pengetahuan Ibu Hamil tentang perawatan Payudara

Dari hasil penelitian pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara didapatkan data sesuai pada tabel berikut.

Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Payudara

Kategori	Frekuensi	Proporsi (%)
Baik	32	53,3
Cukup	25	41,7
Kurang	3	5,0
Total	60	100%

*e-mail korespondensi : ngh.armawati@gmail.com

Berdasarkan hasil analisa, sebanyak 53,3% ibu hamil memiliki pengetahuan baik.

Kesiapan Ibu Hamil dalam Pemberian ASI Eksklusif

Berdasarkan hasil penelitian tentang kesiapan ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif dapat lihat secara detail pada tabel berikut:

Tabel 3. Gambaran Kesiapan Ibu Hamil dalam Pemberian ASI Eksklusif

Kategori	Frekuensi	Proporsi (%)
Siap	50	83,3

Tidak siap	10	16,7
Total	60	100%

Berdasarkan kesiapan ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif didapatkan hasil yaitu sebanyak 83,3% ibu hamil siap dalam pemberian ASI eksklusif.

Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara dengan kesiapan ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tabanan II didapatkan data sesuai dengan tabel 4.

Tabel 4

Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Payudara dengan Kesiapan Ibu Hamil dalam Pemberian ASI Eksklusif

Pengetahuan	Kesiapan				Total	
	Siap		Tidak siap		n	%
	n	(%)	n	(%)		
Baik	31	96,9	1	3,1	32	100
Cukup	19	76,0	6	24,0	25	100
Kurang	0	0,0	3	100	3	100
Total	50	83,3	10	16,7	60	100

Tabel 4 menunjukkan sebanyak 96,9% ibu hamil dengan pengetahuan baik memiliki kesiapan dalam pemberian ASI eksklusif.

Ditinjau dari hasil penelitian ini sebagian besar ibu hamil berumur 20 hingga 35 tahun (95%). Sejalan dengan penelitian Astriana (2018) menemukan hampir keseluruhan responden yaitu sebanyak 78,9% berusia 20 hingga 35 tahun. Bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik maupun psikologi. Secara keseluruhan, perubahan fisik terdiri dari perubahan ukuran, perubahan proporsi, dan sebagainya. Perubahan ini terjadi karena pematangan fungsi organ. Tingginya usia seseorang maka tinggi pula pengetahuannya (Astriana, Mia, 2018). Teori menyatakan usia reproduksi sehat untuk wanita adalah antara umur 20 hingga 30 tahun. Sebelum wanita berusia 20 tahun secara fisik kondisi

organ reproduksi seperti Rahim belum cukup siap untuk memelihara hasil pembuahan dan pengembangan janin. Selain itu, secara mental pada umur ini wanita belum cukup matang. Seorang ibu muda biasanya memiliki kemampuan perawatan pra-natal kurang baik karena rendahnya pengetahuan dan rasa malu untuk datang memeriksakan diri ke pusat pelayanan kesehatan (Rahayu et al., 2017).

Ditinjau dari pendidikan terakhir, sebanyak 83,4% ibu hamil memiliki pendidikan terakhir menengah. Sejalan dengan penelitian Maharani (2018) mayoritas pendidikan terakhir responden yaitu pendidikan kategori menengah hingga tinggi (Maharani et al., 2018). Status pendidikan ibu berpengaruh terhadap penerimaan dan keterampilan ibu dalam proses perawatan payudara (Niswatun & Agustina, 2015).

*e-mail korespondensi : ngh.armawati@gmail.com

Sebanyak 96,7% ibu hamil masuk kategori multigravida. Sejalan dengan penelitian Gulo (2023) menyatakan mayoritas responden dalam penelitiannya merupakan multipara (Gulo, 2023). Wardani (2017) mengatakan bahwa paritas dengan multipara mendominasi kelompok kontrol dengan 60%, hal ini menunjukkan mayoritas responden telah memiliki pengalaman menyusui (Wardani E.K, 2017).

Pengetahuan merupakan sesuatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, khususnya pada mata dan telinga dengan objek tertentu. Pengetahuan adalah domain yang berarti dalam terbentuknya sikap terbuka atau *open behavior* (Donsu, 2017). Penelitian ini mendapatkan hasil yaitu sebanyak 53,5% ibu hamil memiliki pengetahuan baik. Sejalan dengan penelitian Sari (2017) menyatakan mayoritas ibu berpengetahuan baik sebesar 53,3% (Sari, 2017). Hasil tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Penelitian Asih (2017) menyatakan tingkat pengetahuan responden sebagian besar masuk kategori baik (Asih et al., 2017). Menurut Astriana (2018) tingginya pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh usia dan faktor lain seperti adanya budaya dan dukungan dari lingkungan sebagai faktor pendukung ibu dalam melakukan perawatan payudara (Astriana, Mia, 2018). Jika pengetahuan ibu lebih luas dan mempunyai pengalaman tentang ASI eksklusif baik yang dialami sendiri maupun dilihat dari teman, tetangga atau keluarga maka ibu akan lebih terinspirasi untuk mempraktikannya. Pengalaman dan pendidikan wanita semenjak kecil akan mempengaruhi sikap dalam kaitannya dengan menyusui di kemudian hari. Seorang wanita yang dalam keluarga atau lingkungan sosialnya secara teratur mempunyai kebiasaan menyusui / sering melihat wanita yang menyusui bayinya

secara teratur akan mempunyai pandangan yang positif tentang pemberian ASI.

Mengacu pada *theory of planned behavior* dalam perilaku pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh niat dalam memberikan ASI eksklusif sedangkan niat memberikan ASI eksklusif dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku, norma subyektif, persepsi kemampuan mengontrol perilaku. Pada penelitian ini kesiapan ibu hamil dalam pemberian ASI eksklusif didapatkan hasil yaitu sebanyak 83,3% ibu hamil siap dalam pemberian ASI eksklusif. Sejalan dengan Marzida (2016) menyebutkan bahwa sebagian besar responden yang ada di Puskesmas Bambanglipuro siap untuk memberikan ASI eksklusif (Marzida, 2016). Program peningkatan penggunaan ASI, khususnya ASI eksklusif merupakan program prioritas karena dampaknya yang luas terhadap status gizi dan kesehatan balita (Sakdiyah, 2016). Peneliti mengasumsikan perempuan yang telah memiliki banyak pemikiran tentang memiliki anak akan menjadi lebih siap untuk berkomitmen untuk menyusui setelah bayi lahir.

Pada penelitian ini sebanyak 96,9% ibu hamil dengan pengetahuan baik memiliki kesiapan dalam pemberian ASI eksklusif dan 3,1% ibu hamil tidak memiliki kesiapan dalam pemberian ASI eksklusif. Penelitian Evi dan Hamdi (2016) ibu hamil yang telah menyiapkan psikologis untuk menyusui, 73% menyiapkan dengan cara tepat dan sisanya menyiapkan dengan cara yang tidak tepat. Ibu hamil yang sudah melakukan persiapan psikologis untuk menyusui, seluruhnya sudah mendapatkan dukungan dari suami, keluarga, serta tenaga kesehatan untuk menyusui setelah melahirkan (Rinata & Syahilda Hamdi, 2016). Harefa (2019) menguraikan kebanyakan ibu sudah ada kesiapan dalam pemberian ASI eksklusif baik secara fisik maupun mental karena berbagai faktor

seperti usia, pengetahuan, serta dukungan dari berbagai pihak dalam pemberian ASI eksklusif (Harefa, 2019). Dampak yang terjadi jika ibu tidak melakukan perawatan payudara menurut studi sigma research menunjukkan ibu akan lebih memilih pemberian susu formula sekitar 61,1% sebagai pengganti ASI (Asnidawati & Ramdhan, 2021). Dampak lain yang kemungkinan muncul yaitu memiliki risiko 8,75 kali lebih besar mengalami bendungan ASI, puting susu *interved* dan *platniple* memicu bayi kesulitan menghisap, produksi ASI sedikit, dapat mengakibatkan infeksi serta muncul benjolan payudara daripada ibu yang melakukan perawatan payudara (Gustirini, 2023).

Teori kesehatan reproduksi menyatakan setiap orang berhak memperoleh pelayanan kesehatan reproduksi yang bermutu, aman, dan dapat dipertanggungjawabkan. Kesehatan perempuan dijamin dalam peraturan pemerintah pada kesehatan reproduksi sehingga mampu melahirkan generasi sehat, berkualitas yang nantinya berdampak pada penurunan angka kematian dan kesakitan. Banyak faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi seperti faktor demografis, faktor budaya dan lingkungan, faktor psikologis, serta faktor biologis (Akbar, 2021).

Adapun kelemahan penelitian ini yaitu kemungkinan terjadinya bias pengukuran karena kuesioner diisi sendiri (*self administered*) sehingga tidak dilakukan pendampingan saat proses pengisian. Adapun upaya yang dilakukan untuk mengatasi dampak bias yaitu dengan melakukan uji validitas dan reliabilitas kuesioner sebelum kuesioner disebar.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa sebanyak 53,3% ibu hamil memiliki pengetahuan baik tentang

perawatan payudara pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Tabanan II serta sebanyak 83,3% ibu hamil siap dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Tabanan II.

SARAN

Adapun saran yang ingin disampaikan yaitu kepada kepada puskesmas/bidan koordinator diharapkan meningkatkan cakupan ASI eksklusif melalui peningkatan pengetahuan dengan penyuluhan kesehatan khususnya tentang perawatan payudara selama kehamilan serta memonitor kelanjutan kesiapan responden dalam memberikan ASI eksklusif. Bagi ibu hamil diharapkan selalu berusaha menambah pengetahuan ibu tentang perawatan payudara selama kehamilan. Bagi peneliti lain apabila ingin membuat penelitian serupa dengan penelitian ini diharapkan melanjutkan penelitian untuk mencari hubungan masing-masing variabel dengan kesiapan pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil trimester III.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Puskesmas Tabanan II, responden, dan semua pihak yang telah membantu kami dalam menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, A., Alim, A. dan Sari, N. Pemberian Inisiasi Menyusu Dini Pada Bayi Baru Lahir. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 2(2). 2016.
- Akbar. *Teori Kesehatan Reproduksi by Hairil Akbar, Muhammad Qasim, Wuri Ratna Hidayani, Nyoman Sri Ariantini, Ramli, Ria Gustirini, Janner Pelanjani Simamora, Hasria Alang, Fitriah Handayani, Aysanti Yuliana*. 2021. (p. 127).
- Alhadar, Farida, Irawati, U. Pengaruh

*e-mail korespondensi : ngh.armawati@gmail.com

- Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas. *Jurnal Riset Kesehatan*. 2016. 6(1), 7–12
- Asih, T. A., Susanto, D., Hidayah, S. N., & Kunci, K. (2017). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan di Desa Pesurungan Lor Kota Tegal 2017.
- Asnidawati, A., & Ramdhan, S. Hambatan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2021. 10(1), 156–162.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.548>
- Astriana, Mia, yeti trisnawati. Pengetahuan Ibu Hamil tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan di Puskesmas Tanjungpinang. 2018. IX(01), 39–45.
- Azwar S. Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. Pustaka Pelajar. Yogyakarta. 2013.
- Dewi, Y. P., Harapan, A. and Ponorogo, M. .Hubungan Pengetahuan Ibu Balita Usia 7-36 Bulan Tentang Asi Eksklusif Dengan Kegagalan Ibu Dalam Memberikan Asi Eksklusif. *Jurnal Delima Harapan*. 2017.
- Donsu, T. D. J. Teori pengetahuan dan Perilaku Manusia. Pustaka Baru Press. Yogyakarta. 2017.
- Gulo, et al. Hubungan Perawatan Payudara Ibu pada Masa Post Partum dengan Menyusui Eksklusif di Puskesmas Ulu Moro'o Nias Barat Tahun 2022. 2023. 7(1).
- Gustirini. Perawatan Payudara untuk Mencegah Bendungan ASI pada Ibu Post Partum. *Midwifery Care Journal*. 2023. 2(1), 9–14.
- Harefa. Gambaran Kesiapan Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019. 2019.
- Haryono R, Setianingsih, S. Manfaat Asi Eksklusif Untuk Buah Hati Anda. Yogyakarta: 2014.
- Indrasari, N. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara. *Jurnal Keperawatan*. 2016. 12(1), 1–7.
- Maharani, A. A., Prabamukti, P. N., & Sugihantono, A. Hubungan Karakteristik Ibu, Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Asi Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Pegandan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*. 2018. 6(5), 696–703.
- Marzida, et al. Kesiapan Ibu Hamil terhadap Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 2016.
- Niswatun, N., & Agustina, I. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap kemampuan Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*. 2015. 2(3), 237–241.
<https://doi.org/10.26699/jnk.v2i3.art.p237-241>
- Nurhayati, I., Maulida, I., & Chikmah, A. M. Hubungan pola nutrisi pada ibu nifas dengan kecukupan ASI pada bayi di desa Mejasem timur kecamatan Kramat Kabupaten Tegal Tahun 2013. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*. 2015. 3(1).
- Rahayu, A., Noor, M. S., Yulidasari, F., Rahman, F., & Andini Octaviana Putri. Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. In *Journal of Chemical Information and Modeling (Vol. 53, Issue 9)*. 2017.
- Rinata, E., & Syahilda Hamdi, H. P. Persiapan Asi Eksklusif Ibu Hamil Di Rb Eva Candi Sidoarjo. *Midwiferia*. 2016. 1(2), 125.

- <https://doi.org/10.21070/mid.v1i2.356>
Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. Jakarta. 2018
- Sakdiyah, et al. Gambaran Efikasi Diri dalam Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Tegalrejo Yogyakarta. 2016. 147(March), 11–40.
- Sari, Y. P. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Pendidikan Ibu dengan Perawatan Payudara Pada Saat Hamil di Puskesmas Pembina Palembang Tahun 2016. 2017.
- Sriatin. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Perawatan Payudara Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Laktasi Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Ranomeeto Kabupaten Konawe Selatan. 2017.
- Wardani E.K, H. U. R. & A. R. Relationship Between Sociodemographic Factors and Mother's Participation in Breast Feeding Support Group with Exclusive Breastfeeding Success in Banyuwangi. *Journal of Maternal and Child Health*. 2017. 2(4), 335–344.