

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PERAWATAN PAYUDARA SELAMA KEHAMILAN DI KLINIK NIAR PATUMBAK TAHUN 2019

MARINA M. SILALAH

Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Medan

Abstrak

Perawatan payudara merupakan salah satu bagian yg harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya, hal ini dikarenakan merupakan organ asesial Penghasil ASI yaitu makanan pokok bayi baru lahir sehingga perawatannya harus dilakukan sedini mungkin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara meliputi: umur, pendidikan, paritas. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian *cross sectional*. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *consecutive sampling* dengan jumlah sampel 40 responden dan alat yang digunakan dalam pengumpulan data dalam bentuk koesioner. Hasil penelitian yang dilakukan pada 40 responden diperoleh bahwa gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara berdasarkan umur mayoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 14 responden (35,0%) berpengetahuan cukup, pengetahuan berdasarkan pendidikan mayoritas SMA sebanyak 12 responden (30%) berpengetahuan cukup, pengetahuan berdasarkan paritas mayoritas multipara sebanyak 10 responden (25%) Dengan hasil tersebut disarankan kepada ibu hamil untuk lebih meningkatkan pengetahuannya mengenai perawatan payudara dengan mencari informasi tentang perawatan payudara dan mengikuti penyuluhan kesehatan dari tenaga kesehatan.

Kata kunci : *Pengetahuan, Perawatan Payudara*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Masa kehamilan terkadang menimbulkan perasaan lesu dan lelah sehingga muncul rasa malas. Walaupun demikian ibu hamil hendaknya tetap merawat tubuhnya, misalnya menjaga kebersihan gigi, rambut, kulit dan pakaian yg dikenakan sesuai dan bersih, serta merawat payudara. Merawat payudara baik selama kehamilan maupun setelah bersalin selain

akan menjaga bentuk payudara juga akan memperlancar ASI (indrasari.nelly,2016).

Menurut SDKI dari laporan hasil survei demografi dan kesehatan dunia tahun 2016 kota medan jumlah ibu hamil sekitar 56,115 orang ibu hamil. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan di bidang kesehatan, pada tahun 2013 didapatkan 46% ketidak lancaran ASI terjadi akibat perawatan

payudara yang kurang, 25% akibat frekuensi menyusui yang kurang dari 8x/hari, 14% akibat BBLR, 10% akibat prematur, dan 5% akibat penyakit akut maupun kronis (Depkes 2013).

Pentingnya melakukan perawatan payudara yaitu bertujuan untuk menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan putting susu, melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga memudahkan bayi untuk menyusui, merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI banyak dan lancar, dan dapat mendeteksi kelainan-kelainan payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasinya.

Asi merupakan makanan pertama, dan terbaik bagi bayi yg bersifat alamiah. Asi mengandung berbagai zat gizi yg dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi baru lahir yg akhirnya bertujuan untuk menurunkan angka kematian pada bayi.

Perawatan payudara merupakan salah satu bagian yg harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya, hal ini dikarenakan merupakan organ esensial penghasil ASI yaitu makanan pokok bayi baru lahir sehingga perawatannya harus dilakukan sedini mungkin. Faktor yang menyebabkan seseorang ibu hamil tidak melakukan perawatan payudara karena kurangnya informasi yang didapat dari tenaga

kesehatan, adanya rasa takut dan malas dan ketersediaan waktu untuk melakukan perawatan payudara selama masa kehamilan dalam trimester III. Perawatan payudara sangatlah penting dilakukan pada trimester II supaya tidak terjadi komplikasi pada saat menyusui bayinya nanti.

Perawatan payudara selama hamil (prenatal breast care) adalah perlakuan yg diberikan kepada payudara untuk persiapan menyusui dengan tujuan memudahkan bayi menghisap ASI, untuk menjaga kesehatan payudara, sehingga mencegah gangguan yg bisa timbul selama menyusui (Indarsari,nelly 2016). Selama kehamilan payudara akan membengkak dan daerah sekitar putting warnanya akan lebih gelap. Keadaan payudara yg bengkak ini, payudara menjadi mudah teriritasi bahkan mudah luka. Ibu-ibu hamil tidak akan mengalami kesulitan dalam pemberian ASI bila sejak awal telah mengetahui bagaimana perawatan payudara (breast care) yg tepat dan benar. Ibu hamil yg tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilan dan perawatan tersebut hanya dilakukan pasca persalinan, maka akan menimbulkan beberapa permasalahan, seperti putting susu tenggelam sehingga bayi sulit menghisap, ASI tidak keluar, produksi asi sedikit dan tidak cukup di konsumsi bayi.

Beberapa permasalahan yg timbul pada ibu hamil yg tidak melakukan perawatan payudara selama kehamilan yaitu putting susu ibu akan terasa nyeri, payudara bengkak, mastitis, abses payudara dan asi tidak lancar sehingga mengakibatkan bayi tidak maumenyusu atau tidak mendapatkan ASI yg maksimal dari ibunya. Keadaan ini akan mengakibatkan kebutuhan gizi bayi tidak akan terpenuhi secara baik dan bayi akan mudah terkena penyakit, bahkan mengalami kematian (Indrasari.Nelly, 2016).

Berdasarkan studi awal yg penulis peroleh dari klinik pratama Niar Patumbak selama 1 tahun terakhir pada Tahun 2018 didapat jumlah ibu hamil 448 orang. pada tgl 7 Januari 2019 melalui teknik wawancara pada 7 orang ibu hamil, 5 diantaranya tidak tahu apa itu perawatan payudara pada masa kehamilan, dan 2 diantaranya hanya sebatas mengetahui tapi tidak tahu cara melakukannya.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik peneliti tertarik melakukan penelitian di klinik Niar Patumbak mengenai “Gambaran Pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan di klinik Niar Patumbak 2019”.

METODE PENELITIAN

Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yg digunakan adalah penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yg bertujuan untuk melihat gambaran fenomena (termasuk kesehatan) yg terjadi didalam suatu populasi tertentu (Notoatmodjo, 2012). Desain penelitian yg digunakan adalah cross sectional desain ini adalah hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek (Notoatmodjo, 2012)

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Klinik Niar Patumbak pada bulan Januari s/d Februari 2019.

Populasi dan Sampel

Yang menjadi populasi adalah ibu hamil di klinik Niar Patumbak yaitu berjumlah 448 ibu hamil dalam waktu 1 tahun terakhir. Sedangkan yang menjadi sampel adalah ibu hamil di klinik Niar Patumbak sebagian dari populasi yg diambil dengan *caraconsecutive sampling* yaitu dilakukan dengan memilih sampel yg memenuhi kriteria penelitian sampai kurun waktu tertentu sehingga jumlah sampel terpenuhi (Sugiono, 2001).

Cara menentukan jumlah elemen/anggota sampel dari suatu populasi peneliti menggunakan rumus Slovin yaitu

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan:

N= Besar Populasi

n= perkiraan jumlah Sampel

e= persen kelonggaran, ketidakevektivan karena kesalahan pengambilan sampel (catatan umumnya digunakan 1% atau 0,01 atau 0,05 dan 10% atau 0,1)

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

$$n = \frac{448}{1 + 448(0,15^2)}$$

$$n = \frac{468}{11,8}$$

$$n = 40 \text{ Orang}$$

Maka, jumlah sampel yang akan diteliti dalam penelitian ini sebanyak 40 orang. Agar karakteristik sampel tidak menyimpang dari populasinya maka perlu ditentukan kriteria yang harus dipenuhi oleh subjek penelitian.

kriteria inklusi:

kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai:

- a. Ibu hamil di klinik niar patumbak
- b. Bersedia menjadi responden

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Pengumpulan Data

Adapun jenis pengumpulan data dalam penelitian ini adalah:

a. Data primer

Pengumpulan data yg dilakukan dengan melakukan observasi dan wawancara langsung dan tatap muka dengan pasien menjadi responden di klinik niar patumbak , bila bersedia menjadi responden dipersilakan untuk menandatangani surat persetujuan, selanjutnya peneliti memberikan penjelasan kepada responden tujuan dari peneliti tersebut dan penjelasan tentang cara pengisian kuisisioner. Bila ada hal yg kurang dimengerti responden dipersilakan untuk bertanya kepada peneliti.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yg diperoleh peneliti dari pegawai dan hasil buku catatan ibu hamil yg berada di klinik niar patumbak

2. Cara Pengumpulan Data

- a. Mengantar surat izin pendahuluan ke klinik Niar Patumbak.
- b. Melakukan survei pendahuluan.
- c. Mengantar surat izin penelitian dengan melampirkan proposal dan menerima surat izin penelitian dari bagian penelitian untuk meneliti ke Niar Patumbak.
- d. Menjelaskan tujuan penelitian pada responden.
- e. Meminta persetujuan (informed consent) pada responden untuk

-
- menandatangani lembar persetujuan.
- f. Menjelaskan cara pengisian kuesioner dan membagikan kuesioner pada responden.
 - g. Memberi kesempatan pada responden selama 10 menit untuk menjawab dan bertanya apabila pertanyaan kurang jelas.
 - h. Peneliti mengumpulkan dan memeriksa ulang kembali lembar kuesioner yg telah diisi.
 - i. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden karena sudah bersedia menjadi responden.

3. Cara Pengisian Kuesioner

Dengan memberikan tanda ceklis pada koesioner yang dibagikan berdasarkan pengetahuan responden..

Pegolahan Data

Tahap pengolahan data :

a. Editing

Pada tahap ini peneliti melakukan *editing* atau memeriksa kembali kelengkapan pengisian indentitas dan hasil jawaban kuesioner yang telah diisi oleh responden kemudian peneliti mendampingi responden agar tidak terjadi kesalahan dalam pengisian kuesioner.

b. Coding

Coding adalah suatu tahap atau proses memberikan kode angka pada kuesioner yang telah diisi oleh responden.

Pada proses ini penelitian membuat kode angka yang mudah di ingat agar lebih mudah digunakan untuk pengolahan data selanjutnya.

c. Entry data

Pada proses ini penelitian memasukkan data yang telah di edit dan diberi kode angka ke dalam program computer (SPSS) untuk diolah dan mendapatkan hasilnya.

d. Tabulating

Pada tahap proses ini peneliti menghitung data dari jawaban kuesioner dan hasil program computer (SPSS) ke dalam table untuk memperoleh pembahasan.

Analisis Data

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat. Analisa Univariate bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakterstik setiap variabel penelitian. Analisis ini hanya menghasilkan distribusi, frekuensi dan persentase responden (Notoatmodjo, 2012).

$$P = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Proporsi

N = Besarnya populasi

n = Banyaknya sampel

(Eko Budiarto,2002)

Kriteria pengetahuan responden menurut Arikunto (2006), dapat dibagi menjadi 3 bagian:

1. Baik : Bila skor yang diperoleh 76%-100%, jumlah jawaban soal yang benar 16-25soal
2. Cukup : Bila skor yang diperoleh 56%-75%, jumlah jawaban soal yang benar 10-15 soal
3. Kurang : Bila skor yang diperoleh < 56% jumlah jawaban soal yang benar >10 soal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1

Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Umur, Pendidikan, Paritas di klinik Niar Patumbak pada tahun 2019

NO	Karakteristik	N	%
1	Umur		
	<20	13	32,5
	20-35	20	50
	>35	7	17,
	Total	40	100
2	Pendidikan		
	SD	4	10
	SMP	6	15
	SMA	22	50
	D3	6	15

	S1	2	5
	Total	40	100
3	Paritas		
	Primipara (pertama kali)	14	35
	Multipara (2-5 kali)	18	45
	Grandemultipara (>5 kali)	8	20
	Total	40	100

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa dari 41 responden dapat dilihat berdasarkan umur mayoritas responden diantaranya berumur 20-35 tahun sebanyak 20 responden (32,5%), berdasarkan pendidikan mayoritas responden yang berpendidikan SMA sebanyak 22 responden (50%), berdasarkan paritas mayoritas responden yg multipara sebanyak 18 responden (945%).

a) Pengetahuan

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan di Klinik Niar Patumbak Tahun 2019

Pengetahuan	N	%
Baik	12	30
Cukup	22	55

Kurang	6	15
Total	40	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 40 responden berdasarkan tingkat pengetahuan diantaranya pengetahuan Baik 12 responden (30%), pengetahuan Cukup 22 responden (55%), pengetahuan kurang 12 responden (15%).

b) Pengetahuan berdasarkan Umur

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan Berdasarkan Umur di Klinik Niar Patumbak Tahun 2019

Umur	Pengetahuan						Total	
	Baik		Cukup		Kurang			
	n	%	n	%	N	%	n	%
<20	4	10	7	17,5	2	5	13	32,5
20-35	5	12,5	14	35	1	2,5	20	50
>35	3	7,5	1	2,5	3	7,5	7	17,5
Total	12	30	24	55	6	15	40	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 40 responden, ada 14 responden (35%) yang berpengetahuan cukup berumur 20-35 tahun.

c) Pengetahuan berdasarkan Pendidikan

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan Berdasarkan Pendidikan di Klinik Niar Patumbak Tahun 2019

Pendidikan	Pengetahuan						Total	
	Baik		Cukup		Kurang			
	n	%	n	%	N	%	n	%
SD	0	0	1	2,5	3	7,5	4	10
SMP	0	0	3	7,5	3	7,5	6	15
SMA	10	25	12	30	0	0	22	55
D3	1	2,5	5	12,5	0	0	6	15,5
S1	1	2,5	1	2,5	0	0	3	5
Total	12	30	22	38	6	15	40	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 40 responden, ada 12 responden (30%) berpengetahuan cukup yang berpendidikan SMA.

d) Pengetahuan berdasarkan Paritas

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Kehamilan Berdasarkan Paritas di Klinik Niar Patumbak Tahun 2019

Paritas	Pengetahuan						Total	
	Baik		Cukup		Kurang			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Primipara (pertama kali)	4	10	9	22,5	1	2,5	14	35

Multipara (2-5 kali)	5	12	10	25	3	7,5	18	45
Grandemu ltipara (>5 kali)	1	2,5	5	12,5	2	5	8	20
Total	10	24,5	24	37,5	6	15	40	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 40 responden mayoritas responden berpengetahuan cukup yang paritas multipara sebanyak 10 responden (25%).

Pembahasan penelitian

1. Pengetahuan

Hasil penelitian dapat diketahui bahwa ada 22 responden (55,0%) yang mempunyai pengetahuan cukup. Hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) (Notoatmodjo, 2014).

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian dwi firda retty ayu,atik hodikoh (2018) yang menyatakan bahwa dari 60 responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 28 responden (47%), berpengetahuan cukup sebanyak 24 responden (40%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 8 responden (13%). Pengetahuan ibu dengan hasil pengetahuan baik dapat dipengaruhi oleh

beberapa faktor. Adapun faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Budiman dan Riyanto (2013) yaitu diantaranya pendidikan, informasi/media massa, usia, lingkungan, pengalaman, sosial budaya dan ekonomi.

2. Pengetahuan berdasarkan umur

Berdasarkan tabel 2 ada 14 responden (35,0%) berpengetahuan cukup berumur 20-35 tahun, hal ini disebabkan karena mayoritas responden kurang aktif dalam mengikuti penyuluhan kesehatan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. Umur ibu sangat menentukan kesehatan maternal karena berkaitan dengan kondisi kehamilan persalinandan nifas, serta cara mengasuh juga menyusui bayinya. ibu yang berumur kurang dari 20 tahun masih belum matang dan belum siap secara jasmani dan sosial dalam menghadapi kehamilan, persalinan serta dalam membina bayi yang dilahirkan(sari luvita,2015).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori notoadmojo (2012) yang mengatakan semakin tua umur seseorang maka pengetahuan yang dimiliki semakin baik dimana dapat dilihat bahwa mayoritas responden berumur 20-35 tahun berpengetahuan cukup. Umur ibu sangat menentukan kesehatan maternal karena dengan kondisi kehamilan, persalinan dan nifas, serta cara mengasuh juga menyusui bayinya. Ibu yang berumur 20-35 tahun,

menurut Hurlock disebut masa dewasa dan disebut juga masa reproduksi, dimana pada masa ini diharapkan orang telah mampu untuk dihadapi dengan tenang secara emosional, terutama dalam menghadapi kehamilan, persalinan, nifas dan merawat bayinya nanti.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sari Luvita dengan judul pengetahuan ibu hamil trimester III tentang perawatan payudara di klinik Pratama Bina Sehat Kasihan, Bantul, Yogyakarta tahun 2015 yang menyatakan bahwa ada 34 responden (57,1%) yang berumur 20-35 tahun berpengetahuan cukup dari jumlah keseluruhan 71 responden (100%).

3. Pengetahuan berdasarkan pendidikan

Berdasarkan tabel 3 ada 12 responden (30%) berpengetahuan cukup berpendidikan SMA dikarenakan pendidikan merupakan hal yang sangat penting yang harus ditempuh oleh seseorang maka akan memudahkan seseorang untuk menerima dan menyerap informasi sehingga pengetahuan tersebut semakin baik.

Hal ini sejalan dengan Sanity, Flora (2015) ia berpendapat pendidikan juga mempengaruhi pengetahuan, semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah orang tersebut untuk menerima informasi, namun seseorang berpendidikan rendah berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Karena

pendidikan seseorang bertujuan untuk membentuk dan meningkatkan kemampuan. Pengetahuan adalah suatu proses belajar yang berarti didalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan kearah yang lebih dewasa, individu, kelompok, atau masyarakat. (Notoatmodjo, 2003)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sari Luvita (2015) mengenai pengetahuan ibu hamil trimester III tentang perawatan payudara di klinik Pratama Bina Sehat Kasihan, Bantul, Yogyakarta, dimana pendidikan terakhir dari sebagian besar responden yaitu SMA yang berjumlah 24 orang (63,2%) dan hanya sebagian kecil responden mempunyai latar belakang berpendidikan.

4. Pengetahuan berdasarkan paritas

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa 40 responden mayoritas paritas multipara berpengetahuan cukup sebanyak 10 responden (25%). Hal ini didukung oleh teori semakin banyak gravida seseorang pengetahuannya akan semakin tinggi, hal ini berkaitan dengan pengaruh pengalaman ibu saat hamil

Paritas diperkirakan ada kaitannya dengan arah pencarian informasi tentang pengetahuan ibu dalam merawat payudara. Hal ini dihubungkan dengan pengaruh pengalaman sendiri maupun orang lain terhadap pengetahuan yang dapat

mempengaruhi perilaku saat ini atau kemudian. Pengalaman yang diperoleh dapat memperluas pengetahuan seseorang dalam merawat payudara(sari luvita,2015).

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian sari luvita (2015) mengenai pengetahuan ibu hamil trimester III tentang perawatan payudara di klinik pratama bina sehat kasihan, bantul, yogyakarta 2015 yaitu mayoritas pengetahuan ibu cukup pada responden multipara sebanyak 21 responden dari 71 responden. Ibu- ibu yang baru pertama kali hamil dan mempunyai anak memiliki masalah- masalah menyusui.Berbeda dengan ibu-ibu yang sudah menyusui sebelumnya lebih baik dari pada pertama.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian “gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara pada masa kehamilan di klinik niar patumbak tahun 2019” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengetahuan responden tentang perawatan payudara selama kehamilan mayoritas berpengetahuan cukup sebanyak 22 responden (55,0%).
2. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan mayoritas berpengetahuan cukup yaitu responden berusia 20-35

tahun sebanyak 14 responden (35,0%).

3. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan mayoritas berpengetahuan cukup yaitu responden berpendidikan SMA sebanyak 12 responden (30,0%).
4. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara selama kehamilan mayoritas berpengetahuan cukup yaitu responden paritas multipara sebanyak 10 responden (25%).

Saran

Setelah melakukan penelitian gambaran pengetahuan ibu hamil tentang perawatan payudara pada masa kehamilan di klinik niar patumbak tahun 2019, maka di bawah ini akan dipaparkan saran yang akan diajukan pada:

1. Bagi petugas kesehatan
Agar semakin meningkatkan mutu pelayanan dan lebih meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil melalui penyuluhan kesehatan baik secara individu maupun massal.
2. Bagi responden
Agar lebih mencari informasi kesehatan khususnya tentang perawatan payudara khususnya tentang cara melakukan perawatan payudara,

alat yang di gunakan dan pada saat kapan dilakukan.

3. Bagi tempat penelitian
Agar memberi penyuluhan kepada masyarakat khususnya ibu hamil untuk mengetahui perawatan payudara secara dini.
4. Bagi peneliti
Agar dapat mengembangkan penelitian dengan variabel dan metode yang lebih lengkap guna menambah pengetahuan dan bermanfaat untuk kedepannya.

Daftar Pustaka

Alimul, Aziz H. 2013. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika

Bandiyah, S. 2009. *Kehamilan,persalinan dan gangguan kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Depkes RI, 2013. *Manajemen Laktasi Buku Panduan bagi petugas kesehatan di puskesmas*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat

Dwi mertisa klevina, luciana ani K, 2015. *Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III dengan Kelancaran Asi pada Post Partum di RSUD dr. Hardjono Ponorogo*.

Indrasari nelly 2016. *Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara*.

Kartika Dewi Sari, 2017. *Hubungan Perawatan Payudara dan Konsumsi Energy dengan Kelancaran ASI pada ibu menyusui*

Kristiyanasari weni, 2017. *Buku Asi Menyusui dan Sadari*.Yogyakarta: Nuha Medica

Manuaba. 2010. *Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan keluarga berencana untuk pendidikan bidan*. Jakarta: EGC

Notoatmodjo, soekidjo, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta,

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan (2015). *Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah*. Medan.

Sari luvita, susi ernawati 2015. *Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III tentang Perawatan Payudara di Klinik Pratama Bina Sehat Kasihan, Bantul: Yogyakarta*.

Saleha. 2013. *Asuhan Kebidanan pada masa nifas*. Jakarta : Salemba Medika

Siwi elisabeth walyani,TH. Endang Purwoastuti, 2017. *Asuhan Kebidanan masa nifas dan menyusui*: Yogyakarta: Pustakabarupress

Sukarni icemi K wahyu P 2013.
Keperawatan maternitas: yogyakarta:
Nuha Medika

Wawan. A dan dewi .M 2018. *Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia*: Yogyakarta: Nuha Medika