



Hubungan Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di UPTD Puskesmas Motoboi Kecil

The Relationship Between Knowledge About Breast Care and Breast Care Behavior in Postpartum Women at UPTD Motoboi Kecil Community Health Center

Suci Rahayu Ningsih¹, Hafsia K.N. Mokodompit², Echa E.S. Amir³

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan Institut Kesehatan Dan Teknologi Graha

(*Korespondensi Penulis: hafsiamokodompit92@gmail.com)

Abstrak

Latar belakang : Masa persalinan hingga tiga bulan masa menyusui. Sekitar 51,5% ibu pasca persalinan yang menderita peradangan payudara (mastitis) sehingga menyebabkan adanya lecet pada puting susu dan abses sehingga menyebabkan ibu tersebut berhenti menyusui bayinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang perawatan payudara dengan perilaku dalam perawatan payudara pada ibu nifas di UPTD Puskesmas Motoboi Kecil. **Metode :** analisis dengan cara kuantitatif menggunakan metode *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling* dengan jumlah 43 sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Selanjutnya data yang terkumpul dan diolah dengan cara menggunakan computer dengan program SPSS Versi 25 untuk analisa dengan uji statistic. **Hasil Penelitian :** Pengetahuan perawatan payudara ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Motoboi Kecil pengetahuan tinggi sebanyak 29 ibu nifas (67,4%). Perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil mayoritas baik yaitu sebanyak 35 ibu nifas (81,4%). Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan uji Chi-square diperoleh nilai *p-value* = 0,009 lebih kecil dari nilai *p-value* ≤ 0,05 yang berarti H_0 ditolak **Kesimpulan :** ada hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil.

Kata kunci : Perawatan, Payudara, Nifas, Pengetahuan

Abstract

*Background: The birth period is up to three months of breastfeeding. Around 51.5% of postpartum mothers suffer from breast inflammation (mastitis), which causes blisters on the nipples and abscesses, causing the mother to stop breastfeeding her baby. The aim of this study was to determine the relationship between knowledge about breast care and behavior in breast care among postpartum mothers at the UPTD Motoboi Kecil Community Health Center. Method: quantitative analysis using analytical descriptive methods with a cross sectional approach. The sampling technique in this research was total sampling with a total of 43 samples. Data collection uses a questionnaire. Next, the data is collected and processed using a computer with the SPSS Version 25 program for analysis with statistical tests. Research Results: Knowledge of breast care for postpartum mothers in the Motoboi Kecil Health Center Working Area was high for 29 postpartum mothers (67.4%). The majority of breast care behavior among postpartum mothers in the UPTD working area of the Motoboi Kecil Health Center is good, namely 35 postpartum mothers (81.4%). Based on the results of statistical tests using the Chi-square test, the *p-value* = 0.009 is smaller than the *p-value* ≤ 0.05, which means H_0 is rejected. Conclusion: there is a relationship between breast care knowledge and breast care behavior among postpartum mothers in the UPTD work area Motoboi Kecil Health Center*

Keywords: Care, Breast, Postpartum, Knowledge

PENDAHULUAN

Pelayanan kesehatan ibu nifas akan memberikan asuhan berupa, pemeriksaan tanda vital seperti tekanan darah, suhu, nadi, respirasi, dan saturasi oksigen, pemeriksaan funus uteri pemeriksaan lokhea, dan cairan per vaginam lain, pemeriksaan payudara dan pemberian anjuran asi eksklusif, pemberian komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) kesehatan ibu nifas dan bayi baru lahir, termasuk keluarga berencana pasca persalinan, pelayanan keluarga berencana pasca persalinan.⁵

Badan Kesehatan Dunia WHO menyebutkan bahwa jumlah kasus infeksi payudara yang terjadi pada wanita seperti kanker payudara mencapai lebih 1,2 juta diantaranya infeksi payudara berupa mastitis pada ibu nifas.⁶ Masa persalinan hingga tiga bulan masa menyusui. Sekitar 51,5% ibu pasca persalinan yang menderita peradangan payudara (mastitis) sehingga menyebabkan adanya lecet pada puting susu dan abses sehingga menyebabkan ibu tersebut berhenti menyusui bayinya.¹

Perawatan payudara pada ibu nifas sangat penting dilakukan sebagai persiapan untuk pemberian ASI eksklusif kepada bayi, Di Provinsi Sulawesi Utara yang mendapatkan ASI Eksklusif hanya sebanyak 19.645 bayi atau dengan presentase 49% dari total jumlah bayi usia 0-6 bulan yang sebanyak 41.014. Pada tahun 2020 Cakupan pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Airmadidi masih dikatakan rendah karena memiliki juga presentase yaitu 47,6%.⁴

Pengetahuan ibu nifas tentang manfaat perawatan payudara masih banyak yang belum memahami bahwa perawatan payudara bertujuan untuk menjaga kebersihan payudara terutama kebersihan puting susu, melenturkan dan menguatkan puting susu sehingga memudahkan bayi untuk menyusui, merangsang kelenjar air susu sehingga ASI banyak dan lancar, dapat mendeteksi kelainan-kelainan pada payudara secara dini dan melakukan upaya untuk mengatasi dan mempersiapkan mental (*psikis*) ibu untuk menyusui.¹¹

Perawatan payudara baik selama kehamilan maupun setelah bersalin, selain menjaga bentuk payudara juga akan memperlancar keluarnya ASI. Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai dengan menyusui. Hal ini karena payudara merupakan satu-satunya penghasil ASI sehingga harus dilakukan sedini mungkin untuk menghindari masalah-masalah pemberian ASI. Namun, ibu nifas masih banyak yang beranggapan perawatan payudara itu tidak penting dan banyak yang mengabaikan pelaksanaan perawatan payudara itu sendiri dan tidak rutin melaksanakannya. Selain itu, dukungan bidan ataupun tenaga kesehatan masih rendah terhadap pelaksanaan perawatan payudara, masa nifas seorang ibu perlu melakukan perawatan payudara dalam rangka meningkatkan proses laktasi, dan juga diperlukan peran aktif petugas kesehatan dalam memberikan informasi dan penyuluhan tentang perawatan payudara secara benar yaitu dimulai sejak hamil sampai masa nifas.²

Berapa penelitian menunjukkan bahwa masih ada ibu nifas yang tidak melakukan perawatan payudara. Berbagai alasan yang membuat ibu tidak melakukan perawatan payudara diantaranya adalah tidak mengerti cara perawatan payudara yang diakibatkan kurangnya informasi dan konseling yang didapat sehingga ibu kurang paham tentang bagaimana cara melakukan perawatan payudara yang baik dan benar saat masa nifas. selain itu masih banyak ibu-ibu yang tidak pernah mendapat penjelasan tentang perawatan payudara dari pelayanan kesehatan, dan ada juga ibu yang mengatakan ibu sibuk bekerja sehingga ibu tidak sempat melakukan perawatan payudara.⁸ Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Hubungan Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Motoboi kecil

METODE

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *Descriptive Analytic* dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional Study* yaitu data yang diambil hanya satu kali dan pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan pada kurun waktu yang sama tempat penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil, Kota Kotamobagu dari bulan Maret sampai Mei 2023. Total Populasi berjumlah 43 ibu pada masa nifas. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dimana jumlah sampel sama dengan populasi, yaitu 43 sampel.

Alat pengumpulan data ini menggunakan kuesioner dalam kuesioner terdapat pertanyaan maupun pernyataan yang harus dijawab setiap responden Kuisisioner dalam penelitian ini terdiri dari: pertama identitas responden, kedua berisi 17 pertanyaan tentang pengetahuan mengenai perawatan payudara, ketiga berisi 20 pertanyaan tentang perilaku perawatan payudara jika jawaban BENAR di nilai 0 dan jawaban SALAH di nilai 1.

Pengelolaan Data yang telah dikumpulkan selanjutnya diolah dengan menggunakan computer dengan program SPSS meliputi *editing, coding, entry data* dan *cleaning data*, setelah itu dilakukan pengujian analisis data, untuk Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan dari masing-masing variabel, baik variabel dependen atau variabel independen dan karakteristik responden, sedangkan Analisa bivariat dilakukan untuk menganalisis hubungan yang signifikan antara variabel dan mengetahui perbedaan yang signifikan antara dua variabel atau lebih untuk membuktikan hipotesis penelitian atau melihat hubungan dua variabel independen (Pengetahuan) dan variabel dependen (Perilaku perawatan payudara pada ibu nifas) dengan menggunakan uji statistic *Chi-Square* dengan tingkat signifikan $\alpha \leq 0,05$. H_0 ditolak jika $\rho \leq 0,05$ maka ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di UPTD Puskesmas Motoboi Kecil, H_0 diterima jika $\rho > 0,05$, maka tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di UPTD Puskesmas Motoboi Kecil.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil

Umur	Frekuensi	%
27-35	26	60,5
17-26	17	39,5
Total	43	100,0

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan tabel 1. di atas dapat diketahui bahwa dari 43 responden dalam penelitian ini, sebagian besar responden yang berumur 27 sampai 35 tahun yaitu sebanyak 26 responden (60,8), dan paling sedikit yaitu responden dengan usia 17 sampai 26 tahun sebanyak 17 responden (39,5).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Pendidikan pada ibu nifas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil

Pengetahuan	Frekuensi	%
SD	5	11,6
SMP	12	20,9
SMA	19	44,2
SARJANA	7	16,3
Total	43	100,0

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 43 responden dalam penelitian ini, responden yang berpendidikan SD sebanyak 5 ibu nifas (11,6%), SMP sebanyak 12 ibu nifas (20,9%), SMA sebanyak 19 Ibu nifas (44,2%) dan sarjana sebanyak 7 ibu nifas (16,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil.

Pengetahuan	Frekuensi	%
Tinggi	29	67,4
Rendah	14	32,6
Total	43	100,0

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 43 responden dalam penelitian ini, sebagian besar responden yang berpengetahuan tinggi yaitu sebanyak 29 responden (67,4%) dan responden yang berpengetahuan rendah yaitu sebanyak 14 responden (32,6%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Motoboi Kecil.

Perilaku	Frekuensi	%
Baik	35	81,4
Kurang	8	18,6
Total	43	100,0

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat diketahui bahwa dari 43 responden dalam penelitian ini, sebagian besar responden yang berperilaku baik yaitu sebanyak 35 responden (81,4%) dan responden yang berperilaku kurang yaitu sebanyak 8 responden (18,6%).

Analisis Bivariat

Tabel 5. Frekuensi Responden Berdasarkan hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu Nifas di Puskesmas Motoboi Kecil

Pengetahuan	Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas						<i>P-Value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Tinggi	27	93,1	2	6,9	29	100	0,009
Rendah	8	57,1	6	42,9	14	100	
Total	35	81,4	8	18,6	43	100	

Sumber : Data Primer, 2023.

Berdasarkan table 5 tabulasi silang hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di UPTD puskesmas motoboi kecil, didapatkan bahwa dari 43 responden yang pengetahuan perawatan payudara tinggi dengan perilaku baik perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 27 ibu nifas (93,1%) dan pengetahuan perawatan payudara tinggi dengan perilaku kurang perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 2 ibu nifas (6.9%), sedangkan pengetahuan perawatan payudara rendah dengan perilaku baik perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 8 ibu nifas (57.1%) dan pengetahuan perawatan payudara rendah dengan perilaku kurang perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 6 (42.9%). Hasil uji *Chi-Square* dari variabel hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil. Hasil uji statistic didapat *p value* = 0,009 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

a. Umur

Hasil tabel 1. di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak ialah umur 27-35 tahun yaitu sebanyak 26 responden (56,8), dan paling sedikit yaitu responden dengan usia 17 sampai 26 tahun sebanyak 17 responden (39,5). Umur mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Hal ini disebabkan oleh kemunduran kondisi fisiologis manusia yaitu proses penuaan yang disertai dengan perubahan komposisi tubuh, perubahan neurohormona dan perubahan daya ingat.⁷

Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia produktif, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia produktif akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca.⁶

b. Tingkat Pendidikan

Hasil tabel 5.2 di atas dapat diketahui bahwa dari 43 responden dalam penelitian ini, responden yang berpendidikan SD sebanyak 5 ibu nifas (11,6%), SMP sebanyak 12 ibu nifas (20,9%), SMA sebanyak 19 Ibu nifas (44,2%) dan sarjana sebanyak 7 ibu nifas (16,3%). Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang untuk berperan serta dalam pembangunan pada umumnya, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki, sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Pendidikan berpengaruh terhadap proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah dalam menerima informasi, semakin banyak informasi maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapat khususnya tentang kesehatan.¹²

c. Pengetahuan Perawatan Payudara

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa dari total 43 responden, jumlah ibu yang memiliki pengetahuan tinggi berjumlah 29 (67,4) responden. hal ini dapat dilihat dari jawaban yang benar pada kuisioner tentang pengertian perawatan payudara. pencapaian pengetahuan tinggi di atas mungkin disebabkan oleh pendidikan responden yang cukup tinggi dan adanya pengalaman dalam cara perawatan payudara dan pernah mendapat informasi. Paramitha menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan seseorang juga mempengaruhi praktik atau tindakan individu yang mana semakin baik pengetahuan maka semakin baik pula praktik individu. Sebaliknya jika pengetahuan responden yang kurang baik dapat mempengaruhi keberhasilan praktik keperawatan yang diberikan juga. Dalam hasil penelitian ini masih ditemukan 14 (32,6%) ibu nifas memiliki pengetahuan yang rendah tentang perawatan payudara pada ibu nifas. Menurut peneliti masih kurangnya pengetahuan ibu nifas dikarenakan kurangnya informasi tentang perawatan payudara pada masa nifas, karena semakin banyak informasi maka semakin banyak pula pengetahuan yang ibu nifas dapatkan.⁸

d. Perilaku Perawatan Paudara

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 43 responden didapatkan sebanyak 35 ibu nifas (81,4%) melakukan perilaku perawatan payudara dan 8 ibu nifas (18,6%) yang tidak melakukan perawatan payudara. Artinya sudah lebih dari 80% ibu nifas melakukan perawatan payudara. Dari penelitian terdahulu yang dilakukan Rambe (2021) tentang hubungan antar tingkat pengetahuan dengan perilaku ibu nifas dan perawatan payudara pada perilaku ibu nifas dalam perawatan payudara didapatkan hasil 58% berperilaku negatif dan 42% berperilaku positif. hasil penelitian menunjukkan presentasi lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian terkait tersebut. berdasarkan hasil penelitian dan teori di atas maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan perawatan payudara yang masih kurang disebabkan kurangnya informasi yang diberikan petugas kesehatan tentang pentingnya melakukan perawatan payudara selama kehamilan.⁶

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara dengan Perilaku Perawatan Payudara pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil

Berdasarkan tabel 5.5 tabulasi silang hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di UPTD puskesmas motoboi kecil, didapatkan bahwa dari 43 responden yang pengetahuan perawatan payudara tinggi dengan perilaku baik perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 27 ibu nifas (93,1%) dan pengetahuan perawatan payudara tinggi dengan perilaku kurang perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 2 ibu nifas (6.9%), sedangkan pengetahuan perawatan payudara rendah dengan perilaku baik perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 8 ibu nifas (57.1%) dan pengetahuan perawatan payudara rendah dengan perilaku kurang perawatan payudara pada ibu nifas sebanyak 6 (42.9%). Dari hasil penelitian didapat p value = 0.009 ($p \leq 0.05$), artinya H_a diterima dan H_0 ditolak.

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan ibu nifas baik dengan perilaku perawatan payudara sesuai dengan prosedur dipengaruhi oleh tingkat pendidikan karena semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka pengetahuan yang diperoleh semakin banyak pula sehingga perawatan payudara akan sesuai dengan prosedur.⁹

Hasil analisis diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil. Berdasarkan yang didapatkan dilapangan bahwa perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil telah sesuai prosedur karena sebagian besar ibu nifas memiliki pengetahuan tinggi. Karena semakin tinggi pengetahuan ibu nifas maka semakin tinggi pula perilaku perawatan payudara pada ibu nifas.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Intan et al, 2018 yaitu Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Perawatan Payudara di Puskesmas Kedugwuni II memiliki nilai p -value $0,001 < 0,05$ berarti signifikan maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perawatan payudara di Puskesmas Kedugwuni II.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil Pengetahuan perawatan payudara ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Motoboi Kecil pengetahuan tinggi sebanyak 29 ibu nifas (67,4%). Perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Motoboi Kecil mayoritas baik yaitu sebanyak 35 ibu nifas (81,4%). Terdapat hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan perilaku perawatan payudara pada ibu nifas di wilayah UPTD Puskesmas Motoboi Kecil dengan hasil analisa *Chi-square* diperoleh $p=0,009$.

SARAN

Perlu dilakukan pelatihan yang berkesinambungan lebih khususnya tentang Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Di UPTD Puskesmas Motoboi Kecil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah berperan serta membantu pada pelaksanaan penelitian ini. Kepala puskesmas motoboi kecil yang telah memberikan izin dan fasilitasnya untuk melaksanakan penelitian di UPTD puskesmas motoboi kecil. Kepada responden penelitian yang telah bersedia untuk mengisi kuesioner penelitian

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI., 2020. Hasil Riset Kesehatan Dasar. Jakarta. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
2. Depkes RI (Depertemen Kesehatan Republik Indonesia) 2021. Profil kesehatan indonesia. Perawatan Payudara
3. Juwita, N.D & Filia, V.T., 2022. *Hubungan Pekerjaan Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilaya Kerja Puskesmas Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara*. Lasallian Healt Journal. 1(1), p.23-30
4. Sandy, M.D., 2023. *Analisis Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara di PMB Choirul Mala Palembang*. Jurnal Ilmiah Kebidanan. 3(1), p. 25-32
5. Ernawati at al., 2022. Perawatan Payudara dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas. Nusantara Hasana Journal, 1 (11), p. 36-39
6. Paramitha, I.A. & Dewantari, E.N., 2022. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas dengan Perawatan Payudara*. Jurnal Ilmiah STIKES Kedal, 12 (4), p. 877-884
7. Kuna, M.R, Ananda, M. Manika, O. Pobela, T (2022). Analisis Penggunaan Obat Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Gogagoman Tahun 2022. *Jurnal CakrawalaIlmiah*, 2(4),1631–1638. https://doi.org/10.53625/Jcijurnal_cakrawala_ilmiah.V2i4.4421
8. Manungkalit, E.M, dkk. 2023. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Perawatan Payudara pada Ibu Post Partum*. Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. 6 (2), p 73-79
9. Wahyuni, dkk., 2022. *Hubungan Perawatan Payudara Dengan Produksi ASI Pada Ibu Nifas*. 9 (03), p. 308-313

10. Rambe, N., 2021. *Hubungan Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Kejadian Benduangan ASI*. Journal Mutiara Ners,4(2), p. 113-119
11. Rahmawati, Ita. 2019. Pengantar Asuhan Kehamilan, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir. Bandung : Manggu Makmur Tanjung Lestari