SAINTEKES: JURNAL SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN
LPPM Institut Teknologi Dan Kesehatan Aspirasi
E-ISSN: 2963-0959

HUBUNGAN TOTOK PAYUDARA DENGAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI DESA BEURANDANG KECAMATAN RANTO PEUREULAK KABUPATEN ACEH TIMUR TAHUN 2021

Nuraini[1], Retno Wahyuni[2], Dewi Hutabarat[3]
[1,2,3]STIKES Mitra Husada Medan

Article Information

Article history:

Received October 5, 2022
Approved October 29, 2022

Keywords:

Breast Milk Production, Full-blooded Breast, Postpartum Mother

Kata Kunci:

Produksi ASI, Totok Payudara, Ibu Nifas

ABSTRACT

Breast milk is a special and very specific product and no single formula product can match the advantages of breast milk. Breast milk contains a complex of nutrients supplemented by immune and growth substances. To produce good breast milk production, it is necessary to do breast care by means of full-blooded breasts. The purpose of this study was to determine the relationship between full-bloodedness and breast milk production in postpartum mothers in Beurandang Village, Ranto Peureulak District, East Aceh Regency in 2021. This type of research is descriptive analytic with a cross sectional approach, which aims to determine the relationship between full-blooded breasts and breast milk production in postpartum mothers. in Beurandang Village, Ranto Peureulak District, East Aceh Regency in 2021. The samples in this study were those who gave birth normally in Beurandang Village, Ranto Peureulak District, East Aceh Regency. And the sampling technique in this research is Total Sampling. In this study, 24 maternity mothers will be selected as respondents, then from 24 respondents will be made into two observation groups, each of which consists of 12 mothers who give birth. less milk. While the other 4 respondents who did not perform full-blooded breasts with sufficient milk production were 33.3% and 66.7% with less milk production. From the results of the Chi square test, it shows that the value of : 0.04 with a significance level of : 0.05 which means the value of < , thus H0 is rejected. Thus, it can be concluded that there is a relationship between full-blooded breasts and breast milk production in postpartum mothers in Beurandang Village. The suggestion of this research is because the importance of the seeds of weight in advancing this country is through preparing healthy children through mothers. So mothers must prepare themselves to meet the baby's needs, especially the baby's nutritional needs in the form of brea.

ABSTRAK

ASI merupakan produk yang istimewa dan sangat spesifik dam tidak satupun produk formula yang dapat menyamai keunggulan dari ASI. ASI mengandung nutrisi kompleks yang dilengkapi zat imun dan zat pertumbuhan. Untuk menghasilkan produksi ASI yang baik maka perlu dilakukan perawatan payudara dengan salah satu cara totok payudara. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan totok payudara dengan produksi ASI pada ibu nifas Di Desa Beurandang Kecamatan Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur Tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, yang bertujuan untuk mengatahui hubungan totok payudara dengan produksi ASI pada ibu nifas di Desa Beurandang Kecamatan Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur Tahun 2021. Sampel pada penelitian ini adalah yang

melahirkan secara normal yang di Desa Beurandang Kecamatan Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur. Dan teknik pengambilan sample dalam penelitian ini adalah *Total Sampling.* Dalam penelitian ini akan menggunakan 24 ibu bersalin yang akan dipilih sebagai responden, kemudian dari 24 responden akan dijadikan dua kelompok pengamatan yang masing-masing anggotanya berjumlah 12 ibu bersalin. Hasil penelitian yang melakukan totok payudara memiliki produksi ASI cukup yaitu sebanyak 75% dan 25% dengan produksi ASI kurang. Sedangkan 4 responden lainnya yang tidak melakukan totok payudara dengan produksi ASI cukup yaitu sebanyak 33,3% dan 66,7% dengan produksi ASI kurang. Dari hasil uji Chi square menunjukkan bahwa nilai ρ : 0,04 dangan taraf signifikansi α : 0,05 yang berarti nilai ρ < α, dengan demikian maka H0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara totok payudara dengan produksi ASI pada ibu nifas di Desa Beurandang. Saran penelitian ini dikarenakan pentingnya bibit bobot memajukan negeri ini adalah melalui mempersiapkan anak yang sehat melalui para ibu. Maka para ibu harus mempersiapkan diri untuk memenuhi kebutuhan bayi, pada khususnya kebutuhan nutrisi bayi berupa ASI.

© 2022 SAINTEKES

**Corresponding author email: nurainigcell@gmail.com*

PENDAHULUAN

Upaya pemerintah dalam mendukung pemberian ASI pada saat bayi baru lahir adalah dengan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Program Inisiasi Menyusui Dini adalah suatu program pemberian ASI eksklusif secara langsung kepada bayi setelah lahir. Hal ini sangat dibutuhkan, karena bayi setelah lahir langsung mendapat asupan gizi dari ASI. Pemberian ASI secara dini juga sangat bermanfaat bagi ibu, terutama untuk merangsang kelancaran ASI (Renti, 2017).

Cakupan ASI Eksklusif di Indonesia masih rendah, di antaranya disebabkan penyebarluasan informasi mengenai ASI di antara petugas kesehatan dan masyarakat yang tidak optimal, yaitu hanya sekitar 60% masyarakat tahu informassi tentang ASI dan baru ada sekitar 40% tenaga kesehatan terlatih yang bisa memberikan konseling menyusui. Rendahnya cakupan ASI juga dipengaruhi oleh teknik menyusui yang salah (Alam and Syahrir, 2016).

Tujuan dari perawatan payudara adalah untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu, sehingga pengeluaran ASI lancar. Produksi ASI dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI (Katuuk, 2018).

Hubungan antara perkembangan bayi dan pemberian ASI telah banyak diteliti. Meta-analisis yang dilakukan Anderson et al. (1999) menyimpulkan bahwa bayi yang diberikan ASI memiliki tingkat perkembangan kognitif yang lebih tinggi dibandingkan bayi yang diberilan susu formula. Salah satu penjelasan dari hasil penelitian tersebut adalah 60% dari otak bayi tersusun dari lemak, terutama DHA dan asam arachidonat (AA), dan ASI mengandung asam lemak tak jenuh rantai panjang (LCPUFAs) seperti DHA dan AA yang merupakan zat gizi ideal untuk pertumbuhan otak bayi yang belum matang (Litasari, Mahwati and Rasyad, 2020).

Faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI diantaranya adalah perawatan payudara. Perawatan payudara merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar dan teratur untuk memelihara kesehatan payudara. Perawatan payudara sangat penting bagi para ibu karena merupakan tindakan perawatan yang dilakukan oleh pasien maupun dibantu oleh orang lain biasanya dilakukan mulai dari hari pertama atau kedua setelah melahirkan. Dan perawatan payudara dapat dilakukan dengan berbagai teknik dan salah satunya adalah dengan totok payudara (Katuuk, 2018).

Salah satu cara mengatasi penyebab kematian bayi yaitu dengan pemberian Air Susu Ibu sesegera mungkin setelah bayi lahir yang biasa disebut dengan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Meski penyebab langsung kematian bayi

umumnya infeksi, seperti ISPA, diare, dan campak, tetapi penyebab yang mendasari pada 54% kematian bayi adalah gizi kurang. Selain itu disarankan bagi tenaga kesehatan untuk memotivasi dalam memberi penambahan ilmu bagi ibu-ibu yang menyusui. Untuk itu melalui program penyuluhan ibu nifas baik yang baru melahirkan pertama kali maupun lebih dari satu kali akan mengerti tentang manfaat pemberian ASI dengan melakukan totok payudara untuk kelancaran ASI. Hasil penelitian juga menyatakan bahwa pemberian ASI sejak hari pertama kelahiran bayi dapat menurunkan 16% kematian neonatal dan menurunkan 22% kematian neonatal jika bayi disusui dalam satu jam pertama kelahiran tanpa berkelanjutan (Katuuk, 2018).

Menjamin pemenuhan ASI bagi bayi secara optimal Maka faktor yang sangat menentukan dalam pemberian ASI adalah kualitas menyusui bagi ibu yang mencakup lama dan frekuensi menyusui, teknik dan cara menyusui, posisi dan pelekatan menyusui serta kesiapan ibu menyusui. Dengan memperhatikan kualitas menyusui tersebut sehingga diharapkan dapat meningkatkan Produksi ASI (Pomarida S, 2017)

Totok payudara selama kehamilan adalah salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk mengikuti menyusui nantinya. Payudara perlu dipersiapkan sejak masa kehamilan sehingga bila bayi lahir dapat segera berfungsi dengan baik pada saat diperlukan. Salah satu perwatan payudara sekarang ini dengan menggunakan totok payudara. Pemilihan bra yang tepat, terutama sejak awal perkembangan payudara di masa pubertas pastinya akan mempengaruhi perkembangan payudara tersebut. Seseorang yang salah dalam memilih dan menggunakan bra akan menyebabkan payudara tersebut tak dapat tertompang dengan baik. akibatnya payudara akan mengalami penurunan atau pengenuran secara alamiah. (Tutik R, 2020)

Dari hasil survey pendahuluan yang saya sebagai peneliti melakukan survey di lokasi penelitian, ditemukan 8 dari 10 ibu nifas yang belum mengenal tindakan totok payudara untuk membantu Produksi ASI. Karena pentingnya ASI dan banyak manfaatnya maka perlu untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan totok payudara dengan produksi ASI pada ibu nifas Di Desa Beurandang Kecamatan Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur Tahun 2021".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, yang bertujuan untuk mengatahui hubungan totok payudara dengan produksi ASI pada ibu nifas di Desa Beurandang Kecamatan Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur Tahun 2021
Penelitian ini dilaksanakan di Desa Beurandang Kecamatan Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur, dan dilaksanakan pada bulan April sampai dengan Mei 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang melahirkan dan menjalani perawatan di Desa Beurandang Kecamatan Ranto Peureulak Kabupaten Aceh Timur sebanyak 24 orang. Analisa yang digunakan adalah hasil tabulasi silang. Untuk menguji hipotesa dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji data kategori Chi-Square Test pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$), sehingga apabila ditemukan hasil analisis statistik $p < 0,05$ maka variabel tersebut dinyatakan berhubungan secara signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di Desa Beurandang dengan jumlah responden yang sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 24 orang yang peneliti bagi menjadi kelompok A sebagai kelompok kontrol dan kelompok B sebagai kelompok intervensi, dan masing-masing kelompok berjumlah 12 orang.

Tabel 4.1.1 Distribusi Karateristik responden Berdasarkan Umur, Agama, Pendidikan di Desa Beurandang

Karakteristik		Jumlah	Persentase (%)
Usia (Tahun)	15 - 19	2	8,3
	20 - 24	11	45,8
	25 - 29	7	29,2
	30 - 34	2	8,3
	35 – 39	2	8,3
	Total	24	100
Agama	Islam	24	100
	Total	24	100
Pendidikan	SD/Sederajat	3	12,5
	SMP/Sederajat	4	16,7
	SMA/Sederajat	12	50
	Perguruan Tinggi	5	20,8
	Total	24	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa frekuensi terbanyak adalah ibu nifas yang berusia antara 20 hingga 24 Tahun sebanyak 45,8%, sedangkan 29,2% adalah ibu nifas yang berusia antara 25 hingga 29 tahun dan tiga kelas dalam tebel frekuensi lainnya memiliki besaran yang sama, yaitu 8,3%. Artinya mayoritas ibu nifas di Desa Beurandang sebagai responden didominasi oleh usia antara 20 hingga 24 tahun dan dalam kategori usia produktif. Tabel diatas menunjukkan bahwa semua responden beragama islam. Mengenai pendidikan berdasarkan Table diatas menunjukkan mayoritas tingkat pendidikan pada ibu nifas yang menjadi responden adalah pada tingkat pendidikan SMA/sederajat sejumlah 50%. Kemudian pada tingkat pendidikan perguran tinggi 20,8%, kemudian pada tingkat pendidikan SMP/sederajat 16,7% dan pada tingkat pendidikan SD/sederajat 12,5%. Artinya ibu nifas yang menjadi responden adalah orang yang memiliki tingkat pendidikan yang baik.

4.2.1 Distribusi Responden Berdasarkan Totok payudara dengan Hubungan Produksi ASI

Totok payudara	Produksi ASI					Chi Square	
	Cukup	%	Kurang	%	Total		%
Melakukan	9	75	3	25	12	0.04	50
Tidak Melakukan	4	33,3	8	66,7	12		50
Total	13	100	11	100	24		100

Sumber: Data Desa Beurandang

Tabel diatas menunjukkan dari 9 responden yang melakukan totok payudara memiliki produksi ASI cukup yaitu sebanyak 75% dan 25% dengan produksi ASI kurang. Sedangkan 4 responden lainnya yang tidak melakukan totok payudara dengan produksi ASI cukup yaitu sebanyak 33,3% dan 66,7% dengan produksi ASI kurang. Dari hasil uji Chi square menunjukkan bahwa nilai ρ : 0,04 dangan taraf signifikansi α : 0,05 yang berarti nilai $\rho < \alpha$, dengan demikian maka H0 ditolak. Dengandemikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara totok payudara dengan produksi ASI pada ibu nifas di Desa Beurandang.

Saya sebagai peneliti dalam penelitian ini menggunakan 24 orang responden ibu nifas di Desa Beurandang, dimana 12 responden yang melakukan totok payudara dan sebahagian

responden lainnya tidak melakukan totok payudara. Pada hasil uji chi-square dengan taraf signifikansi α : 0,05 pada hubungan totok payudara dengan produksi ASI diperoleh ρ : 0,041 yang berarti nilai ρ < α, maka Ho ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan totok payudara dengan produksi asi ibu nifas di Desa Beurandang.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Kuswati, 2017, dimana Ibu yang melakukan totok payudara ternyata semua menunjukkan produksi ASI kategori cukup. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara totok payudara dengan produksi ASI di peroleh p= 0,01 < 0,05.

Pada ibu menyusui usia remaja dengan gizi baik, ASI mencukupi berdasarkan pengukuran pertumbuhan 22 bayi dari 25 bayi. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang telah dilakukan di Desa Beurandang.

Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk makanan yang ibu konsumsi, psikologis ibu, obat-obatan dan totok payudara sejak kehamilan dan setelah melahirkan. Untuk totok payudara ibu dapat dilaksanakan oleh perawat selama ibu masih di rawat di rumah sakit ataupun dapat dilakukan oleh ibu sendiri.

Peneliti dalam hal ini menganggap totok payudara berhubungan dengan produksi ASI, karena pada saat peneliti melakukan observasi, 4 responden atau ibu nifas yang melakukan totok payudara secara teratur, dan 3 dari mereka menghasilkan produksi ASI yang produktif.

Selain hal tersebut, tingkat pendidikan juga ikut berpengaruh dalam perlakuan totok payudara. Dengan kesadaran akan pentingnya ASI sebagai nutrisi bayi, maka para ibu berusaha untuk meningkatkan produksi ASI mereka. Dan salah satu cara dalam meningkatkan produksi ASI adalah totok payudara.

Pada dasarnya ibu yang telah melahirkan, secara naluri setiap ibu mampu menjalankan tugas untuk menyusui bayinya. Namun, untuk mempraktekkan bagaimana menyusui yang baik dan benar, setiap ibu perlu mempelajarinya. Bukan saja ibu-ibu yang baru pertama kali hamil dan melahirkan, tetapi juga ibu-ibu yang baru melahirkan anak yang kedua dan seterusnya. Karena setiap bayi lahir merupakan individu tersendiri, yang mempunyai variasi dan spesifikasi sendiri. Dengan demikian ibu perlu belajar berinteraksi dengan bayi yang baru lahir ini, agar dapat berhasil dalam menyusui.Untuk itu diperlukan motivasi yang tinggi sejak dini dan dukungan serta bimbingan yang optimal dari keluarga, lingkungan dan tenaga kesehatan yang merawat ibu selama hamil, bersalin dan masa nifas.

Dengan mengikuti dan mempelajari segala pengetahuan mengenai laktasi, diharapkan setiap ibu hamil, bersalin dan menyusui dapat memberikan ASI secara optimal, sehingga bayi dapat tumbuh kembang normal sebagai calon sumber daya manusia yang berkualitas tinggi.

Demi keberhasilan menyusui, payudara memerlukan perawatan secara teratur. Totok payudara bertujuan agar selama masa menyusui produksi ASI cukup, tidak terjadi kelainan pada payudara dan agar bentuk payudara tetap baik selama menyusui. Pada umumnya, wanita dalam kehamilan 6 – 8 minggu akan mengalami pembesaran payudara. Payudara akan terasa lebih padat, kencang, sakit dan tampak jelas di permukaan kulit adanya gambaran pembuluh darah yang bertambah serta melebar. Kelenjar Montgomery pada daerah areola tampak lebih nyata dan menonjol.

Guna menunjang produksi ASI dan membantu mempertahankan bentuk payudara selama masa menyusui, perlu dilakukan latihan gerakan otot-otot badan yang berfungsi menopang payudara. Misalnya gerakan untuk memperkuat otot pektoralis: kedua lengan disilangkan di depan dada, saling memegang siku lengan lainnya, kemudian lakukan tarikan sehingga terasa tegangan otot-otot di dasar payudara. Kebersihan / hygiene payudara juga harus diperhatikan, khususnya daerah papila dan areola. Pada saat mandi, sebaiknya papila dan areola tidak disabuni, untuk menghindari keadaan kering dan kaku akibat hilangnya lendir pelumas yang dihasilkan kelenjar Montgomery. Areola dan papila yang kering akan memudahkan terjadinya lecet dan infeksi.

Papila harus disiapkan agar menjadi lentur, kuat dan tidak ada sumbatan. Persiapan dilakukan setiap hari sebanyak 2 kali sehari. Caranya dengan kompres masing-masing putting susu selama 2-3 menit dengan kapas yang dibasahi minyak, kemudian tarik dan putar putting kearah luar 20 kali, kearah dalam 20 kali.

Pijat daerah areola untuk membuka saluran susu. Bila keluar cairan, oleskan kepapila dan sekitarnya. Kemudian payudara dibersihkan dengan handuk yang lembut. Putting susu yang terbenam atau datar perlu dikoreksi agar dapat menonjol keluar sehingga siap untuk disusukan kepada bayi. Masalah ini dapat diatasi dengan bantuan pompa putting.

Totok payudara tidak hanya terbatas bagi anda yang menginginkan produksi ASInya meningkat. Secara umum, totok payudara sangat berguna untuk kesehatan payudara. Karena sesungguhnya payudara yang tidak pernah dilatih, akan memiliki potensi terjadinya penumpukan cairan toxin yang berujung pada berbagai masalah kesehatan pada payudara.Ada beberapa manfaat totok payudara, diantaranya adalah memperbaiki dan meningkatkan peredaran darah, mengurangi gejala kram akibat menstruasi, mengurangi ketidanyamanan selama kehamilan, meningkatkan kekencangan kulit payudara dan sekitarnya, meningkatkan produksi ASI, mempercepat proses pengosongan kantung ASI, mencegah sumbatan ASI di saluran dan kelenjar susu, mempercepat kesembuhan saat terjadi pembengkakan, relaksasi payudara dan area dada, mengencangkan otot penggantung payudara (otot pektoralis) hingga payudara menjadi lebih kencang dan terangkat, mengencangkan payudara dan meningkatkan keindahannya secara menyeluruh, mencegah kanker payudara (karena ini menjadi metode SADARI), meningkatkan pengeluaran cairan limfe yang akan mencegah timbulnya kanker dan membuang toksin yang tidak bermanfaat dari dalam tubuh, SADARI (Periksa Payudara Sendiri) yang akan membantu deteksi dini adanya benjolan di payudara, dan mengurangi munculnya guratan dan strechmark payudara.

SIMPULAN

1. Diketahuinya jumlah produksi ASI pada ibu nifas di Desa Beurandang sebelum penelitian masih kurang.
2. Diketahuinya jumlah produksi ASI pada ibu nifas yang melakukan totok payudara di Desa Beurandang. Yang melakukan totok payudara memiliki produksi ASI cukup yaitu sebanyak 75% dan 25% dengan produksi ASI kurang. Sedangkan 4 responden lainnya yang tidak melakukan totok payudara dengan produksi ASI cukup yaitu sebanyak 33,3% dan 66,7% dengan produksi ASI kurang. Dari hasil uji Chi square menunjukkan bahwa nilai ρ : 0,04 dangan taraf signifikansi α : 0,05 yang berarti nilai $\rho < \alpha$, dengan demikian maka H0 ditolak
3. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara totok payudara dengan produksi ASI pada ibu nifas di Desa Beurandang.

Saran penelitian ini adalah Dikarenakan pentingnya bibit bobot memajukan negeri ini adalah melalui mempersiapkan anak yang sehat melalui para ibu. Maka para ibu harus mempersiapkan diri untuk memenuhi kebutuhan bayi, pada khususnya kebutuhan nutrisi bayi berupa ASI. Para ibu nifas baiknya melakukan totok payudara agar dapat merangsang produksi ASI yang cukup.

DAFTAR PUSTAKA

Alam, S. and Syahrir, S. (2016) 'Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Teknik Menyusui Pada Ibu Di Puskesmas Patallang Kabupaten Takalar', *Al-Sihah : Public Health Science Journal*, 8(2), pp. 130–138.

Litasari, R., Mahwati, Y. and Rasyad, A. S. (2020) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Dan Produksi Asi Pada Ibu Nifas', *JURNAL KESEHATAN STIKes MUHAMMADIYAH CIAMIS*, 5(2), pp. 61–70. doi: 10.52221/jurkes.v5i2.37.

Astuti, Desti, Anafrin Yugistyowati, and Oktaviana Maharani. 2016. "Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Kolostrum Dengan Motivasi Pemberian Kolostrum Di Rumah Sakit Panembahan Senopati Bantul, Yogyakarta." *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia* 3 (3): 156. https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(3).156-161.

Edmond, Karen M., Charles Zandoh, Maria A. Quigley, Seeba Amenga-Etego, Seth Owusu-Agyei, and Betty R. Kirkwood. 2006. "Delayed Breastfeeding Initiation Increases Risk of Neonatal Mortality." *Pediatrics* 117 (3). https://doi.org/10.1542/peds.2005-1496.

Katuuk, M. (2018) 'Hubungan Pengetahuan

Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Ruangan Dahlia Rsd Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe', *Jurnal Keperawatan*, 6(1).

Kemenkes RI. 2014. "Infodatin-Asi." *Millennium Challenge Account - Indonesia*. https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-asi.pdf.

———. 2018. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018." *Kementrian Kesehatan RI* 53 (9): 1689–99.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Buku Ajar Kesehatan Ibu Dan Anak*. *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*.

———. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2016.pdf.

Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. Vol. 1227. https://doi.org/10.1002/qj.

Lamongan, Universitas Islam. 2018. "Hubungan Pengetahuan Ibu Post Partum Tentang Manfaat Kolostrum Dengan Pemberian Kolostrum Pada Bayi Baru Lahir Website : Http://Jurnal.Strada.Ac.Id/Jqwh | Email : Jqwh@strada.Ac.Id Journal for Quality in Women ' s Health" 1 (2): 22–27. https://doi.org/10.30994/jqwh.v1i2.13.

Litasari, Resna, Yeni Mahwati, and Adjat Sedjati Rasyad. 2020. "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Dan Produksi Asi Pada Ibu Nifas." *JURNAL KESEHATAN STIKes MUHAMMADIYAH CIAMIS* 5 (2): 61–70. https://doi.org/10.52221/jurkes.v5i2.37.