JIUBJ

Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 22(2), Juli 2022, 753-757
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat universitas Batanghari Jambi
ISSN 1411-8939 (Online), ISSN 2549-4236 (Print)
DOI 10.33087/jiubj.v22i2.1814

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengeluaran ASI pada Ibu *Postpartum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim Tahun 2021

Rahmawati Ekaputri, Syarifah Ismed, Eka Afrika*
Universitas Kader Bangsa Palembang
*Correspondence email: afrikaeka@yahoo.co.id

Abstrak. Air susu ibu banyak mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena memiliki kandung protein yang berguna sebagai daya tahan tubuh yang bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah yang banyak sehingga pemberian Air susu ibu dapat mengurangi resiko kematian bayi. Penelitian ini menggunakan survei analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim pada bulan agustus 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu *postpartum* di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Agung. Sampel yang digunakan berjumlah 72 dari populasi yang diambil dengan menggunakan teknik penentuan sampel. Analisa data menggunakan analisa univariat (proporsi) dan Analisa bivariat (uji C*hi square)*. Hasil Analisa menunjukkan bahwa pola makan, pengetahuan ibu, dan masalah putting susu memiliki hubungan signifikan dengan pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Kesimpulan dari penelitian ini Ada hubungan pola makan, pengetahuan perawatan payudara dan masalah puting susu secara simultan dengan pengeluaran ASI pada ibu *postpartum* di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim Tahun 2021. Sebagai saran penelitian peneliti mengharapkan agar ibu yang menyusui dapat mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi produksi ASI. sehingga cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi itu terus meningkat.

Kata Kunci: Pengeluaran ASI; pola makan; pengetahuan; perawatan payudara

Abstract. *Mother's milk contains a lot of colostrum which is rich in antibodies because it has protein content that is useful as an immune system that is useful for killing germs in large numbers so that giving breast milk can reduce the risk of infant death. This study used an analytic survey with a cross sectional research design. This research was conducted in the working area of the Tanjung Agung Public Health Center, Tanjung Agung District, Muara Enim Regency in August 2021. The population in this study were all postpartum mothers in the Tanjung Agung Health Center work area. The sample used amounted to 72 of the population taken by using the technique of determining the sample. Data analysis used univariate analysis (proportion) and bivariate analysis (Chi square test). The results of the analysis showed that diet, mother's knowledge, and nipple problems had a significant relationship with breastfeeding in postpartum mothers. The conclusion of this study is that there is a relationship between diet, knowledge of breast care and nipple problems simultaneously with breastfeeding in postpartum mothers in the Tanjung Agung Public Health Center, Tanjung Agung District, Muara Enim Regency in 2021. As a research suggestion, researchers hope that breastfeeding mothers can know what factors can affect milk production. so that the coverage of exclusive breastfeeding for infants continues to increase.*

Keywords: *Breast milk production; diet; knowledge; breast care*

PENDAHULUAN

Air susu ibu banyak mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena memiliki kandung protein yang berguna sebagai daya tahan tubuh yang bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah yang banyak sehingga pemberian Air susu ibu dapat mengurangi resiko kematian bayi. Selain mengandung zat makanan, ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap yang tidak akan menganggu enzim lain di usus (Kemenkes, 2020). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi angka kematian bayi adalah dengan pemberian ASI dengan cara menyusui. Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang kurang pada hari-hari pertama masa nifas selalu menjadi pemicu diberikannya susu formula pada bayi baru lahir sehingga mengakibatkan tidak tercapainya permberian ASI yang sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pemberian air susu ibu juga bermanfaat bagi ibu dalam mengatur fertilitas dan mengurangi resiko untuk terjadinya osteoporosis serta mengurangi resiko terkena kanker indung telur dan payudara dikemudian hari, serta diabetes tipe II (Pollard, 2015). Pemberian ASI dengan cara menyusui sangat penting bagi bayi. ASI merupakan nutrisi yang baik pada masa bayi. ASI sangat berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang optimal selama beberapa bulan pertama kehidupan. ASI juga bermanfaat agar bayi memiliki kebiasaan makan yang baik pada masa selanjutnya (Bobak & dkk, 2010).

Pertumbuhan serta perkembangan bayi dan balita sangat dipengaruhi oleh jumlah air susu ibu (ASI) yang di dapat, termasuk kandungan energi dan zat lainnya yang ada di dalam ASI. Air susu ibu (ASI) merupakan makanan yang kaya akan kandungan gizi sehingga tidak memerlukan tambahan komposisi serta ASI sangat

mudah untuk dicerna dan langsung di serap (Rey, 2017). Data WHO mengatakan bahwa untuk kelanjutan kehidupan pertama bayi adalah pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan, karena Air Susu Ibu (ASI) memiliki kandunganyang seimbang dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi baru lahir serta merupakan satu-satunya makanan yang dibutuhkan sampai usia 6 bulan (WHO, 2017). Secara Nasional persentase bayi baru lahir yang mendapatkan IMD dari tahun 2018-2019 mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2018 sebesar 71,17% dan pada tahun 2019 sebesar 75,58 sedangkan pada tahun 2020 mengalami penurunan sebesar 66,01% dikarenakan kondisi pandemic Covid-19 terkait dengan kebijakan dan aturan rumah sakit mengenai IMD dan rooming-in pada bayi baru lahir (Kemenkes, 2020).

Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2017) terdapat 4,3% dari bayi yang mendapatkan ASI pada hari pertama. Sedangkan angka pemberian ASI pada bayi umur kurang 2 bulan sebesar 59%, pemberian ASI antara 2-3 bulan 43,5%, Pemberian ASI antara 4-5 bulan 14,7% dan antara 6-7 bulan 9,0%. Data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Sumatera Selatan dalam tiga tahun terakhir cenderung mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2018 sebesar 51,9% tahun 2019 sebesar 57,79% dan tahun 2020 sebesar 60,9%. hal ini menunjukkan bahwa Provinsi Sumatera Selatan belum mencapai target program nasional dan Provinsi Sumatera Selatan berada di urutan ke 6 terbawah se-Indonesia (Dinkes Sumsel, 2020). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Muara Enim 59,08% bayi mendapat ASI pada 2 bulan pertama dan 40,5% tidak mendapat ASI di Puskesmas Daerah Kabupaten Muara Enim (Dinkes Kabupaten Muara Enim, 2021). Sedangkan data Puskesmas Tanjung Agung cakupan bayi yang mendapatkan ASI pada 6 bulan pertama kelahiran dari tahun 2019-2021 mengalami penurunan yaitu pada tahun 2019 sebesar 76,7% pada tahun 2020 sebesar 70,8% dan pada bulan Februari tahun 2021 baru mencapai 56,1% (Puskesmas Tanjung Agung, 2021).

Berdasarkan survei data awal yang diambil dari Puskesmas Tanjung Agung Kecamatan Tanjung Agung Kabupaten Muara Enim Tahun 2021 pada bulan Januari-Juni 2021 didapatkan jumlah seluruh ibu postpartum sebanyak 256 orang. Dari hasil wawancara singkat yang peneliti lakukan pada 10 ibu postpartum, 3 orang ibu mengatakan ASI keluar deras dan lancar sedangkan 7 orang lainnya mengatakan hanya sedikit yang keluar dan tidak lancar. Peserta 7 orang ibu postpartum tersebut 2 orang post partum mengatakan puting susunya tidak menonjol atau datar, 2 mengatakan makan tidak teratur kurang dari 3x sehari dan kurang makan sayur, 3 ibu post partum mengatakan tidak tahu cara perawatan payudara. Proses pemberian air susu ibu (ASI) dihetikan karena ibu mengalami hambatan dengan alasan produksi ASI berhenti. Produksi air susu ibu (ASI) dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain jenis makanan, penggunaan kontrasepsi, perawatan payudara, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, ketenangan jiwa dan fikiran, anatomis payudara, faktor fisiologi, konsumsi rokok dan alkohol. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI berasal dari internal dan eksternal. Sedangkan untuk faktor internal yang mempengaruhi seperti kondisi fisik ibu, psikologis ibu, pengetahuan ibu dan faktor fisik bayi sedangkan faktor eksternal diantaranya inisiasi menyusui dini (IMD) dan frekuensi menyusui (Kadir, 2014).

Kondisi fisik atau kelainan anatomi fisiologi, usia, paritas, dan asupan nutrisi ibu merupakan faktor internal yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Sebagian besar ibu yang bekerja telah memberikan ASI secara intent namun setelah ibu kembali bekerja produksi ASI menjadi sedikit sehingga tidak mencukupi kebutuhan bayi dan memberikan tambahan susu formula (Anggraenil dkk, 2015). Faktor nutrisi sangat berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI, makanan yang sering dikonsumsi ibu sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila jenis makanan yang ibu makan banyak mengandung protein dan pola makan teratur dan rutin 3x dalam sehari dan selalu menghabiskan porsi makanannya, maka produksi air susu ibu (ASI) menjadi lancar. Hal ini sesuai dengan teori, bahwa produksi air susu ibu (ASI) sangat dipengaruhi oleh apa yang di makanan ibu (Kristiyanasari, 2011).

Penelitian Musrifah (2018) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum. Perawatan payudara ibu nifas dan menyusui merupakan suatu cara yang dapat dilakukan untuk merawat payudara sehingga air susu ibu keluar dengan lancar. Perawatan pada payudara setelah melahirkan bertujuan supaya payudara ibu selalu bersih dan mudah di hisap oleh bayi (Rusli, 2008). Penelitian Katuuk (2018) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI. Hasil penelitian Astari & Djuminah (2012) mengatakan bahwa faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi ASI yaitu terdapat permasalah pada puting susu ibu seperti puting susu yang datar atau puting susu terbenam. Pada kasus seperti itu dapat menghambat produksi ASI. Sedangkan penelitian Musrifa (2018) menyatan bahwa ada hubungan antara kondisi puting susu dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif bersifat survey analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian dengan pengamatan dalam suatu periode dan subjek penelitian diamati satu kali selama penelitian (Notoatmodjo, 2017). Sampel 72 ibu *postpartum*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi dan Persentase Pengeluaran ASI, Pola Makan, Pengetahuan Perawatan Payudara Dan Masalah Puting Susu

No	Distribusi Responden	F	%
1	**Pengeluaran ASI**		
	Lancar	29	40,3
	Tidak Lancar	43	59,7
2	**Pola Makan**		
	Baik	27	37,5
	Kurang Baik	45	62,5
3	**Pengetahuan Perawatan Payudara**		
	Baik	38	52,8
	Kurang Baik	34	47,2
4	**Masalah Puting Susu**		
	Menonjol	27	37,5
	Tidak Menonjol	45	62,5

Sumber: data olahan

Tabel 1 bahwa dari 72 responden yang pengeluaran ASI nya lancar berjumlah 29 responden (40,3%) lebih sedikit dari responden yang pengeluaran ASI nya tidak lancar yaitu berjumlah 43 responden (59,7%),
pola makan baik berjumlah 27 responden (37,5) lebih sedikit dari responden yang memiliki pola makan kurang baik yaitu berjumlah 45 responden (62,5%), perawatan payudara yang berjumlah 38 responden (52,8%) lebih banyak dari responden memiliki pengetahuan perawatan payudara kurang baik yaitu berjumlah 34 responden (47,2%), puting susu menonjol berjumlah 27 responden (37,5%) lebih sedikit dari responden yang memiliki puting susu yang tidak menonjol yaitu berjumlah 45 responden (62,5%).

Tabel 2. Hubungan Pola Makan, Pengetahuan Perawatan Payudara dam Masalah Puting Susu dengan Pengeluaran ASI

No	Variabel Independen	Pengeluaran ASI				Jumlah		ρ value	OR
		Lancar		Tidak Lancar					
		N	%	n	%	N	%		
1	Pola Menstruasi							0,000	16,188
	Baik	21	77,8	6	22,2	27	100		
	Kurang Baik	8	17,8	37	82,2	45	100		
2	Pengetahuan Perawatan Payudara							0,001	7,156
	Baik	23	60,5	15	39,5	38	100		
	Kurang Baik	6	17,6	28	82,4	34	100		
3	Masalah Puting Susu							0,000	8,313
	Menonjol	19	70,4	8	29,6	27	100		
	Tidak Menonjol	10	22,2	35	77,8	45	100		

Sumber: data olahan

Pembahasan

Hubungan Pola Makan dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum

Hasil analisa bivariat diketahui dari 45 responden yang paling banyak memiliki pola makan kurang baik dengan pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 37 responden (82,2%) dibandingkan dengan pola makan kurang baik dengan pengeluaran ASI lancar sebanyak 8 responden (17,8%). uji statistik Chi-Square pada tingkat kemaknaan α = 0,05 diperoleh nilai p-value = 0,000 yang berarti ada hubungan pengetahauan ASI pada ibu postpartum dengan pola makan, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan pola makan terbukti secara statistik. Hasil Odds Ratio diperoleh nilai 16,188 yang bearti bahwa responden yang pola makan kurang baik berpeluang 16,188 kali mengalami pengeluaran ASI tidak lancar dibandingkan responden yang pola makan baik. penelitian ini sejalan dengan Riksani (2012) yang mengatakan bahwa dengan ibu mengonsumsi makanan yang sehat serta bergizi seimbang pasca persalinan, berguna dalam membantu melawan syndrome baby blues, yang sering terjadi pada hari keempat dan berlangsung selama 10 hari hingga 2 minggu. Selama menyusui ibu membutuhkan banyak nutrisi lebih dari 500 kalori guna memproduksi ASI. Untuk menjaga kualitas ASI, ibu harus menjaga pola makan dengan prinsip gizi seimbang dan mengonsumsi berbagai jenis makanan, terutama sayuran berwarna hijau tua yang baik untuk melancarkan ASI, cotohnya daun katuk. Selain daun katuk, kacang- kacangan, air sari akar jombang, buncis, jagung dan pare, merupakan salah satu jenis makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI. Makanan yang ibu konsumsi tidak hanya memenuhi kebutuhan tubuhnya akan nutrisi, tetapi juga dipersiapkan untuk menunjang kelancaran produksi ASI (energi, protein, kalsium, zat besi).

Penelitian ini juga sejalan dengan Kristiyanasari (2011) yang mengatakan bahwa nutrisi dapat sangat berpengaruuh terhadap kelancaran produksi ASI, makanan yang biyasa dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila ibu mengkonsumsi makan yang banyak mengandung protein dan pola makan teratur dan rutin 3x sehari dan menghabiskan porsi makanannya, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. Dan apabila ibu sedang menyusui bayinya tidak mendapat tambahan makanan, maka akan terjadi gangguan pada produksi ASI. Hal ini

sesuai dengan teori, produksi ASI sangat dipengaruhi oleh makanan ibu, apabila makanan ibu cukup gizi terutama makanan tinggi protein akan mempelancar produksi ASI. Hasil penelitian ini sesuai juga Maimunah (2020) yang mengatakan bahwa ibu dengan pola makan yang baik cenderung membuat produksi ASInya lancar dibandingkan dengan ibu dengan pola makan kurang baik. Ibu dengan pola makan kurang baik lebih banyak produksi ASInya tidak lancar. Ibu dengan pola makan yang baik lebih mengerti bahwa mengonsumsi nutrisi dapat memperlancar produksi ASI. Berbeda dengan ibu yang berpengetahuan kurang, cenderung kurang paham tentang mengonsumsi nutrisi sehingga produksi ASI tidak lancar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Musrifah (2018) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum. Hasil penelitian ini sejalan dengan Saskiyanto Manggabarani dkk (2018) yang menunjukan ada hubungan antara pola makan dengan kelancaran ASI. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pola makan adalah salah satu penentu keberhasilan ibu dalam menyusui. Semakin baik pola makan ibu maka semakin baik pula pengeluaran ASI ibu postpartum, dimana ibu yang makan makanan yang mengandung cukup protein, pola makan teratur dan rutin 3x sehari serta menghabiskan porsi makanannya, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. Dimana ibu postpartum ditempat penelitian masih percaya dengan pantangan atau mitos-mitos yang berkaitan makanan setelah melahirkan yang dapat berdampak nutrisi makanan pada ibu berkurang sehingga tidak tercukupinnya kebutuhan gizi ibu menyusui yang mengakibatkan ketidak lancaran produksi ASI. Oleh karena itu diperlukan KIE kepada ibu agar memenuhi kecukupan gizinya dengan pola makan yang baik dan bergizi agar produksi ASInya lancar.

Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum.

Hasil analisa bivariat diketahui dari 38 responden yang paling banyak memiliki pengetahuan perawatan payudara baik dengan pengeluaran ASI lancar sebanyak 23 responden (60,5%) dibandingkan dengan pengetahuan perawatan payudara baik dengan pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 15 responden (39,5%). Uji statistik Chi-Square pada tingkat kemaknaan α = 0,05 diperoleh nilai p-value = 0,001 yang berarti ada hubungan pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan pengetahuan perawatan payudara, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan pengetahuan perawatan payudara terbukti secara statistik. Hasil Odds Ratio diperoleh nilai 7,156 yang bearti bahwa responden yang pengetahuan perawatan payudara baik berpeluang 7,156 kali mengalami pengeluaran ASI lancar dibandingkan responden yang pengetahuan perawatan payudara kurang baik.

Penelitian ini sejalan Saleha (2009) mengatakan bahwa perawatan payudara adalah perawatan yang dilakukan pada payudara supaya payudara tetap sehat dan tidak tejadi infeksi. Demikian halnya dengan menyusui, ibu yang lebih tahu tentang perawatan payudara maka cenderung mempunyai keinginan lebih besar dalam menyusui. Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancarkan pengeluaran ASI. Hasil penelitian ini sejalan dengan Megalestari (2020) mengungkapkan bahwa ada hubungan antara perawatan payudara dengan pemberian ASI. Demikian juga penelitian ini sejalan dengan penelitian Katuuk (2018) menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI. Hasil penelitian ini sejalan dengan Vikhabie Yolanada Muslim dan Siti Halimatusyaadiah (2017) yang menunjukkan terdapat pengaruh pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartu. Penelitian ini mengungkapkan bahwa ibu yang lebih tahu tentang perawatan payudara maka cenderung mempunyai keinginan lebih besar dalam menyusui. Semakin baik pengetahuan ibu tentang perawatan payudara maka akan semakin besar peluang ibu postpartum pengeluaran ASInya lancar. Ibu post partum yang sudah pernah menerima penyuluhan dari petugas kesehatan tentang perawatan payudara pada masa hamil sampai menyusui biasanya akan memahami manfaat dari perawatan payudara sehingga dari pengetahuan yang didapat mempengaruhi sikap ibu untuk melakukan perawatan payudara secara rutin guna mendapatkan produksi ASI yang cukup bagi bayi.

Hubungan Masalah Puting Susu dengan Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum

Hasil bivariat diketahui bahwa dari 45 responden yang paling banyak memiliki masalah puting susu tidak menonjol dengan pengeluaran ASI tidak lancar sebanyak 35 responden (77,8%) dibandingkan dengan masalah puting susu tidak menonjol dengan pengeluaran ASI lancar sebanyak 10 responden (22,2%). Uji statistik Chi-Square pada tingkat kemaknaan α = 0,05 diperoleh nilai p-value = 0,000 yang berarti ada hubungan pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan masalah putting susu, sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan masalah puting susu terbukti secara statistik. Hasil Odds Ratio diperoleh nilai 8,313 yang bearti bahwa responden yang memiliki puting susu tidak menonjol berpeluang 8,313 kali mengalami pengeluaran ASI tidak lancar dibandingkan responden yang memiliki puting susu yang menonjol.

Penelitian Astari & Djuminah (2012) mengatakan bahwa faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kelancaran produksi ASI yaitu terdapat permasalah pada puting susu ibu seperti puting susu yang datar atau puting susu terbenam. Pada kasus seperti itu dapat menghambat produksi ASI. Penelitian Musrifa (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan antara kondisi puting susu dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum. Hasil penelitian ini sejalan dengan Mitrami Widiastuti Saraung dkk (2017) menunjukan bahwa terdapat hubungan antara bentuk dan kondisi puting susu dengan produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Ranotana Weru. Penelitian ini mengungkapkan bahwa ibu postpartum dengan puting susu menonjol lebih besar kemungkinannya produksi pengeluaran ASI nya lancar dibandingkan ibu dengan puting susu tidak menonjol (terbenam dan datar). Ibu dengan masalah puting susu biasanya cenderung merasa tidak mampu menyusui dan mudah menyerah dalam pemberian ASI sehingga membuat produksi ASI tidak lancar. Oleh karena itu diperlukannya KIE perawatan payudara pada ibu-ibu dimasa kehamilan dan menyusui terutama kepada ibu yang memiliki masalah puting susu terbenam atau datar agar dapat menyusui bayinya secara maksimal sehingga proses menyusui menjadi lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraenil dkk, 2015. Keberhasilan ibu bkerja memberikan ASI esklusif. *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics (IJND)*. https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/IJND/article/view/311

Astari, A. M & Djuminah. 2012. Hubungan Perawatan Payudara Masa Antenatal dengan Kecepatan Sekresi ASI Postpartum. www.e-journal.umm.ac.id

Bobak, Lowdermilk, Jense. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC

Dinkes Provinsi Sumsel, 2020, *Profil Kesehatan Provisi Sumsel*, Palembang

Dinkes Kabupaten Muara Enim, 2021. *Cakupan Pemberian ASI Esklusif Kabupaten Muara Enim*

Kadir Nurhira Abdul. 2014. Menelusuri Akar Masalah Rendahnya Presentase Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia. *Dosen Prodi Kebidanan*, Fakultas Ilmu Kesehatan, UIN Alaudin Makassar. 15(1).

Kemenkes RI, 2020, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta.

Kristiyanasari. Weni. 2011. *Asuhan Keperawatan Neonatus dan Anak*. Yogyakarta, Penerbit Nuha Medika

Musrifah B, 2018, Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kendari Tahun 2018. KTI Kendari

Mododahi, J., Katuuk, M., dan Kundre, R. 2018. Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum 47 di Ruangan Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe. *E-journal Keperawatan*. 6(1). 1-8

Megalestari, Gusti Suci and Tarigan, Emiliana and Mandey, Lucia C. 2020, Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Rumah Sakit Tingkat Iii Robert Wolter Monginsidi Teling. *Skripsi*, Universitas Katolik De La Salle.

Mitrami Widiastuti Saraung. dkk. 2017. Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan (e-Kp)*, 5(2)

Notoatmodjo, Soekidjo, 2017, *Metodelogi Penelitian Kesehatan*, PT Rineka. Cipta, Jakarta

Pollard, M. 2015. *ASI Asuhan Berbasis Bukti*. EGC. Jakarta

Puskesmas Tanjung Agung 2021, *Profil Kesehatan Puskesmas Tanjung Agung*

Riksani, R., 2012. *Keajaiban ASI (Air Susu Ibu)*. Jakarta Timur, Dunia Sehat.

Rusli, U. 2008. *Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Ekslusif*. Jakarta, Pustaka Bunda

Rohman, Maimunah Abdul and Tri Agustina M. Gizi. 2020, Hubungan Antara Status Gizi Ibu dan Usia Ibu Terhadap Pemberian Asi Eksklusif. *Skripsi*, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Rayhana Rey dan Sufriani. 2017. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. Produksi ASI dengan Kecukupan ASI. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*. Fakultas Keperawatan

Saskiyanto Manggabarani, Anto Jamma Hadi, Irfan Said dan Selfi Bunga. 2018. Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, Pola Makan, Pantangan Makanan dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui (Study Kasus di Puskesmas Maradekaya Kota Makassar). *Jurnal Dunia Gizi*, 1(1), 1-9.

Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), (2017), *BKKBN, BPS, Kementerian Kesehatan, dan ICF International*.

Saleha, Sitti. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.

Vikhabie Yolanda dan Halimatusyaadiah. 2017. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule Tahun 2017. *Journal Midwifery Update (MU)*. 13(1).

WHO. 2017, Exclusive Breastfeeding For Optimal Growth, *Development and health of Infants*.