

PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU YANG MENYUSUI BAYI USIA 0-3 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BONTOMATE'NE KEC. TURATEA KAB. JENEPONTO TAHUN 2024

Fausiyah Annisa¹, Irmawati²

^{1,2} Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Patria Artha

* E-mail: fausiyahannisa2021@gmail.com

Public Health and Medicine Journal (PAMA)
2024. Vol 2(2), 56-62
Issn : 2987-0054
Reprints and permission
<http://>

Abstrak

Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Yang Menyusui Bayi Usia 0-3 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto

Seorang ibu yang akan menyusui bayinya memang perlu mengetahui perawatan payudara yang benar, perawatan payudara dan beberapa hal terkait dengan kelancaran aktifitas menyusui. Perawatan payudara merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI dimana bila perawatan payudara tidak benar, dapat menyebabkan puting susu lecet dan menjadikan ibu malas menyusui bayinya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perawatan payudara terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu yang menyusui bayi usia 0-3 bulan di wilayah kerja puskesmas bontomate'ne kec. Turatea kab. Jeneponto.

Rancangan penelitian yang digunakan adalah analitik korelasidengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu-ibu yang menyusui bayi yang berjumlah 116 responden. Tehnik sampel yang digunakan adalah nonprobability sampling sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 90 responden.

Hasil analisis bivariat dengan uji statistic Chi-Square untuk variabel perawatan payudara diperoleh nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$ maka dapat dikatakan bahwa ada pengaruh antara perawatan payudara dengan kelancaran ASI pada ibu yang menyusui. Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti memberikan saran bagi petugas kesehatan agar dapat memberikan pendidikan kesehatan khususnya dalam hal perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu.

Kata Kunci: 1) menyusui; 2) Perawatan payudara; 3) ASI

PENDAHULUAN

Pemberian ASI (menyusui) merupakan metode pemberian makan bayi yang terbaik, terutama pada bayi umur kurang dari 6 bulan, selain itu juga bermanfaat bagi ibu. Menyusui dapat dilakukan oleh berjuta-juta ibu diseluruh dunia tanpa pernah membaca buku tentang ASI, bahkan ibu yang buta huruf pun dapat menyusui anaknya dengan baik. Walaupun demikian, dalam lingkungan kebudayaan kita saat ini, melakukan hal yang alamiah tidaklah selalu mudah (Arini, 2012).

United Nations Children's Fund (UNICEF) menyebutkan bukti ilmiah tahun 2008, terungkap data bahwa bayi yang diberi susu formula memiliki kemungkinan meninggal dunia pada bulan pertama kelahirannya dan peluang itu 25 kali lebih tinggi dari pada bayi yang disusui ibunya secara eksklusif. Dan faktor penghambat terbentuknya kesadaran orang tua dalam memberikan ASI eksklusif adalah ketidaktahuan ibu tentang pentingnya ASI, serta pemasaran yang dilancarkan secara agresif oleh produsen susu (Anonim, 2011)

Di Amerika pemberian air susu ibu (ASI) pada bayi yang baru lahir pernah turun sampai 18%. Usaha pengusaha ASI akhirnya bisa mendongkrak trend yang kurang menggembirakan ini menjadi 56,9%. Tetapi bayi-bayi tersebut hanya disusui selama beberapa bulan. Sampai umur 3-4 bulan hanya 28,7% bayi yang disusui ASI dan umur 5-6 bulan turun menjadi 21,6%. Lini menunjukkan bahwa masih diperlukan usaha keras untuk menyadarkan para ibu agar mau menyusui bayinya semaksimal mungkin (Yuliarti, 2010).

Dinegara berkembang 1000 milyar lahir setiap tahun dan 5 milyar dari bayi terkena diare, 1 milyar mati karena diare yang disebabkan karena pemberian susu formula. Prevalensi ASI di Indonesia sudah 96% tetapi ASI eksklusif masih dibawah 60% dan inisiasi ASI hanya 38,7% (Supriyanty, 2011).

Bagi bayi, ASI merupakan makanan yang paling sempurna, dimana kandungan gizi sesuai kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. ASI juga

mengandung zat untuk perkembangan kecerdasan, zat kekebalan (mencegah dari berbagai penyakit) dan dapat menjalin hubungan cinta kasih antar bayi dengan ibu. Manfaat menyusui/memberikan ASI bagi ibu tidak hanya menjalin kasih sayang, tetapi terlebih lagi dapat mengurangi perdarahan setelah melahirkan, mempercepat pemulihan kesehatan ibu seperti involusi rahim, menunda kehamilan, mengurangi resiko terkena kanker payudara, dan merupakan kebahagiaan tersendiri bagi ibu. Diantara sekian banyak manfaat bagi bayi, sebuah penelitian terbaru di AS mengindikasikan bahwa ASI mempengaruhi pembentukan system metabolisme lemak dalam darah. Seperti dipublikasikan *The American Journal Of Clinical Nutrition* (2004), pemberian ASI semasa bayi akan membuat kadar kolesterolnya cenderung lebih baik saat mencapai usia dewasa (Depkes, 2005).

Suatu hasil penelitian di Ghana yang diterbitkan oleh jurnal *pediatrics* menunjukkan bahwa 16% kematian bayi dapat dicegah melalui pemberian ASI pada bayi sejak hari pertama kelahirannya. Angka ini naik menjadi 22% jika pemberian ASI dimulai dalam 1 jam pertama setelah kelahirannya. ASI adalah asupan gizi yang terbaik untuk melindungi dari infeksi pernapasan, diare, alergi, sakit kulit, asma, obesitas juga membentuk perkembangan intelegensi, rohani, perkembangan emosional. Hasil telaah dari 42 negara menunjukkan bahwa ASI eksklusif memiliki dampak terbesar terhadap penurunan angka kematian balita, yaitu 13% dibanding intervensi kesehatan masyarakat lainnya (Roesli, 2011).

Menyusui bayi di Indonesia sudah menjadi budaya namun praktik pemberian ASI masih jauh dari yang diharapkan. Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia 2010 hanya 10% bayi yang memperoleh ASI pada hari pertama, yang diberikan ASI kurang dari 2 bulan sebanyak 73% yang diberikan ASI 2 sampai 3 bulan sebanyak 53% yang diberikan ASI 4 sampai 5 bulan sebanyak 20% dan menyusui eksklusif sampai usia 6 bulan sebanyak 49% (WHO, 2010). Dan ada beberapa faktor yang

dapat menyebabkan kelancaran ASI, antara lain inisiasi menyusui dini (IMD), dukungan psikososial, perawatan payudara, kondisi ibu dan kondisi bayi itu sendiri (Depkes, 2005)

Mengingat banyak terjadi perubahan perilaku dalam masyarakat khususnya ibu-ibu yang cenderung menolak menyusui bayinya sendiri terutama pada ibu-ibu yang bekerja dengan alasan air susunya hanya sedikit atau keluar tidak sama sekali keadaan ini memberikan dampak negatif terhadap status kesehatan, gizi, serta tingkat kecerdasan anak. Oleh karena itu untuk menanggulangi permasalahan diatas perlu dilakukan upaya preventif dan promotif dalam meningkatkan penggunaan ASI dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara ibu menyusui sehingga membantu pengeluaran ASI secara lancar (Prasetyono, 2009).

Perawatan payudara adalah suatu tindakan perawatan payudara yang dilaksanakan baik oleh ibu post partum maupun dibantu oleh orang lain yang dilaksanakan mulai hari pertama atau kedua setelah melahirkan (Anggraini, 2010).

Masalah yang timbul selama masa menyusui dapat dimulai sejak periode antenatal masa pasca persalinan dini (nifas atau laktasi) dan masa pasca persalinan lanjut. Salah satu masalah menyusui pada masa pasca persalinan dini masa nifas atau laktasi adalah puting susu nyeri, puting susu lecet, payudara bengkak dan mastitis. Gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI, selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI, terakhir tak kalah penting mencegah bendungan pada payudara (Ambarwati, 2008).

Gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek pengeluaran ASI, selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI, terakhir tak kalah penting mencegah bendungan pada payudara (Ambarwati, 2008).

Menurut Suradi (2008), kriteria pengeluaran ASI yaitu: ASI merembes karena payudara penuh, ASI keluar pada waktu ditekan, ASI menetes pada saat tidak menyusui atau ASI memancar keluar.

Berdasarkan data dari Puskesmas Bontomate'ne Kab. Jeneponto selama kurang waktu 2 tahun terakhir bahwa pada tahun 2014 dari 970 persalinan ibu yang menyusui bayinya sebanyak 548 kasus (56, 49%) dan ibu yang tidak menyusui bayinya sebanyak 422 kasus (43,51%. Pada tahun 2015 dari 998 persalinan tercatat pada bulan januari sampai Juli ibu yang menyusui bayinya sebanyak 116 orang (10-50%).

Atas dasar berbagai uraian tersebut, maka penulis penting untuk memaparkan suatu penelitian tentang "Pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu yang Mmemiliki bayi usia 0-3 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto".

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional yang dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec Turatea Kab. Jeneponto. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia 0-3 bulan yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec Turatea Kab. Jeneponto pada bulan April 2024 yang berjumlah 116 responden. Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah tehnik nonprobability sampling yang berjumlah 90 responden.

HASIL

Data umum yang menggambarkan karakteristik responden penelitian di Puskesmas bontomatene Kecamatan turatea Kabupaten jeneponto, yang meliputi umur dan pekerjaan. pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1.1
Karakteristik responden berdasarkan umur ibu di wilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec Turatea Kab. Jeneponto

Umur	F	%
20-25	61	67,8
26-30	27	30,0
> 30	2	2,2
Total	90	100,0

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan tabel 1.1 di atas menunjukkan bahwa proporsi karakteristik responden berdasarkan umur responden di peroleh hasil bahwa jumlah terbanyak yaitu pada kelompok 20-25 tahun sebanyak 61 orang (67,8 %), 26-30 tahun sebanyak 27 orang (30,0%), dan > 30 tahun sebanyak 2 orang (2,2%).

Tabel 1.2
Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan ibu di wilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec Turatea Kab. Jeneponto

Pekerjaan	F	%
Tidak Bekerja (IRT)	34	37,8
Bakerja	56	62,2
Total	90	100,0

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 1.2 di atas menunjukkan bahwa proporsi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan responden di peroleh hasil bahwa jumlah terbanyak yaitu pada kelompok tidak bekerja sebanyak 34 orang (37,8%), dan Bekerja sebanyak 36 orang (62,2 %).

1. Analisis Univariat

a. Perawatan Payudara

Tabel 1.3
Distribusi frekuensi responden berdasarkan perawatan payudara pada ibu yang menyusui bayi usia 0-3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto Tahun 2024

Perawatan Payudara	f	%
Baik	60	66,7
Kurang	30	33,3
Total	90	100,0

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan tabel 1.1 menunjukkan bahwa terdapat 60 (66,7%) responden yang perawatan payudaranya baik, dan terdapat 30 (33,3%) responden yang perawatan payudaranya kurang baik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa jumlah responden yang perawatan payudaranya baik lebih banyak di bandingkan responden yang perawatan payudaranya kurang baik.

b. Kelancaran ASI

Tabel 1.4
Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelancaran ASI pada ibu yang menyusui bayi usia 0-3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto Tahun 2024

Kelancaran ASI	f	%
Baik	63	70,0
Kurang	27	30,0
Total	90	100,0

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan tabel 1.4 menunjukkan bahwa terdapat 63 (70,0%) responden yang kelancaran ASInya baik, dan terdapat 27 (30,0%) responden yang kelancaran ASInya kurang baik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa jumlah responden yang kelancaran ASInya baik lebih banyak di bandingkan responden yang kelancaran ASInya kurang baik.

2. Analisis Bivariat

Pengaruh Perawatan Payudara dengan Kelancaran ASI

Tabel 1.5
Pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu yang menyusui bayi usia 0-3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Pa'jukukang Kab. Bantaeng Tahun 2024

Perawatan Payudara	Kelancaran ASI						p
	Baik		Kurang		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Baik	58	64,4	2	22,2	60	66,7	0,000
Kurang	5	5,6	25	27,8	30	33,3	
Total	63	70,0	27	30,0	90	100	

Sumber: data primer 2024

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada tabel 1.5 menunjukkan bahwa dari 60 responden yang perawatan payudaranya baik, terdapat 58 (64,4%) responden yang ASI nya baik dan terdapat 2 (2,2%) responden yang ASI nya Kurang hal ini disebabkan karena perawatan payudara yang kurang baik. Sedangkan dari 30 responden yang perawatan payudaranya kurang terdapat 5 (5,6%) responden yang ASI nya baik hal ini disebabkan karena perawatan payudara baik sehingga walaupun kurang melakukan perawatan payudara tapi ASI nya tetap baik, dan terdapat 25 (27,8%) responden yang ASInya kurang.

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji statistic Fisher Exact test di peroleh nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$ dapat dikatakan bahwa ada pengaruh antara perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu yang menyusui bayi usia 0-3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea kab. Jeneponto.

PEMBAHASAN

1. Perawatan Payudara pada Ibu yang Menyusui Bayi Usia 0-3 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto

Perawatan payudara adalah perawatan setelah ibu melahirkan dan menyusui yang merupakan suatu cara yang dilakukan untuk merawat payudara agar air susu ibu yang keluar dengan lancar (Anonim, 2011). Perawatan payudara juga dapat diartikan sebagai kegiatan yang dilakukan untuk memelihara kesehatan payudara agar ASI keluar dengan lancar terutama pada ibu menyusui semasa nifas.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari jumlah responden sebanyak 90 Ibu terdapat 60 Ibu (66,7%) melakukan perawatan payudara dengan kategori baik dan 30 Ibu (33,3%)

melakukan perawatan payudara dengan kategori kurang.

Hal ini berarti sebagian besar para ibu yang menyusui melakukan perawatan payudara secara rutin, mereka beranggapan bahwa jika dilakukan perawatan payudara secara rutin baik dan benar maka tidak terjadi pembendungan ASI pada payudara. Sedangkan mereka yang melakukan perawatan payudara dengan kategori kurang, beranggapan bahwa perawatan payudara tidak perlu dilakukan, karena tidak berpengaruh pada kelancaran ASI.

2. Kelancaran ASI Pada Ibu yang Menyusui 0-3 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto

Kelancaran ASI yang berlebihan dengan ditandai ASI menetes keluar dan akan memancar deras setiap diisap bayi. Pada beberapa ibu yang dalam masa menyusui terkadang ASI tidak bisa keluar ataupun berproduksi. Dalam keadaan normal produksi ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor fisik (dalam keadaan sakit) dan psikologis. Bila faktor tersebut tidak terpenuhi dengan baik atau mengalami hambatan dan gangguan maka tentunya produksi akan mengalami gangguan dan hal ini bisa berakibat menyebabkan ASI yidak bisa keluar.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa 90 responden, terdapat 63 (70,0%) mengalami kelancaran ASI dengan baik. Hal ini dikarenakan perawatan payudara secara rutin dilakukan berupa pijatan ringan searah jarum jam serta emosi yang terkontrol. Sedangkan 27 responden (30,0%) mengalami ketidاكلancaran dalam pengeluaran ASI. Hal ini dikarenakan, pada ibu menyusui tidak melakukan perawatan payudara secara rutin.

3. Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Yang Menyusui 0-3 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa responden yang perawatan payudaranya baik terdapat 58 (64,4%) yang kelancaran ASInya Baik, hal ini merupakan suatu kewajiban dimana ketika seorang ibu melakukan

perawatan payudara pada saat kehamilan maka tentu saja akan mempengaruhi proses kelancaran ASI. Hal ini sesuai dengan pendapat Marasco (2011) yang mengatakan bahwa dengan melakukan perawatan payudara selama kehamilan dapat merangsang produksi ASI dan mengurangi resiko luka saat menyusui. Pada kehamilan memasuki usia 3 bulan periksa puting susu untuk mengetahui apakah puting susu datar atau masuk kedalam dengan cara memijat dasar puting susu secara perlahan.

Hasil analisis bivariat dengan uji statistic Fisher Exact Test di peroleh nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$ maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu yang menyusui bayi usia 0-3 bulan di wilayah kerja puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto.

Namun terdapat pula 2 (2,2% responden yang perawatan payudaranya baik dengan kelancaran ASI yang kurang, hal ini disebabkan karena responden kurang mengetahui cara menyusui yang benar sehingga air susunya kurang lancer. Hal ini sejalan dengan pendapat Arini (2012) bahwa kegagalan menyusui sering kali disebabkan oleh karena perawatan payudara yang salah, puting susu ibu menjadi lecet dan menimbulkan luka yang terkadang membuatnya menjadi malas untuk menyusui, menyebabkan produksi ASI berkurang dan pada akhirnya bayi pun malas menyusui. Jika kondisi ini terus berlanjut, bias jadi proses menyusui akan berhenti dan si bayi akan kehilangan manfaat ASI yang luar biasa bagi pertumbuhannya.

Sedangkan dari responden yang perawatan payudaranya kurang terdapat 5 (5,6%) dengan kelancaran ASI baik, hal ini disebabkan karena responden melakukan perawatan payudara yang benar dan melakukannya sedini mungkin. Hal ini sejalan dengan pendapat Soetjningsih (2012) yang menyatakan bahwa menyusui hendaknya distimuli sedini mungkin setelah persalinan, jika keadaan ibu maupun bayi memungkinkan. Menyusui diusahakan pada jarak waktu beberapa jam setelah kelahiran. Setengah jam setelah persalinan normal atau satu jam setelah melalui operasi Caesar yang dilakukan dengan anestesi pada tulang belakang, sang ibu sudah bias memulai

menyusui.

Dan terdapat pula 25 (27,8%) responden yang perawatan payudaranya kurang terhadap kelancaran ASI yang kurang, hal ini merupakan dampak dari kebiasaan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara semasa hamilnya sehingga saat setelah melahirkan air susunya tidak keluar atau kurang lancer. Hal ini sejalan dengan pendapat Marasco (2011) yang mengatakan bahwa perawatan payudara yang salah akan berpengaruh pada bentuk payudara. Banyak ibu mengeluhkan bayinya tak mau menyusui, hal ini dapat juga disebabkan oleh faktor tekhnis seperti puting susu yang masuk atau posisi yang salah. Selain faktor tekhnis ini, produksi ASI juga dipengaruhi asupan nutrisi dan kondisi psikologis ibu. Faktor nutrisi bisa dipenuhi dengan tambahan asupan kalori 500 kkal perharinya, khususnya nutrisi kaya protein (ikan, telur, hati), kalsium (susu), dan vitamin (sayur, buah). Maka produksi ASI yang dihasilkan cukup. Juga ibu dianjurkan banyak minum air putih kira-kira 8-12 gelas perhari. Sedangkan faktor psikologis dengan menciptakan suasana santai dan nyaman, tidak terburu-buru dan stress saat menetekkan bayi.

SIMPULAN

Berdasarkan tujuan dari penelitian ini maka peneliti berkesimpulan bahwa Ada pengaruh antara perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu yang menyusui bayi usia 0-3 tahun diwilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto. Yang mengacu pada pembahasan dan tujuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa Adanya pengaruh perawatan payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui bayi usia 0-3 bulan di wilayah kerja diwilayah kerja Puskesmas Bontomate'ne Kec. Turatea Kab. Jeneponto yang ditandai dengan hasil analisis bivariat dengan uji statistic fisher exact test diperoleh nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$. Maka hipotesis alternative diterima dan hipotesis nol (HO) ditolak.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, Yetti. 2010. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Pustaka Rihana. Yogyakarta.

- Ambarwati & Wulandari. 2008. Asuhan Kebidanan Nifas. Mitra Cendekia Press. Yogyakarta.
- Anonim. 2011. Hubungan Pendidikan, Pekerjaan Dan Pengetahuan Ibu Dengan Tehnik Menyusui Yang Benar, [Http://:www.com](http://www.com). di akses tanggal 2 April 2022
- Anonim . 2013. ASI Menyelamatkan Jiwa Bayi, [Http://:www.com](http://www.com). Di akses Tanggal 21 Februari 2022.
- Anonim . 2010. Hubungan Inisiasi Menyusui Dini Dengan Kelancaran Produksi ASI, [Http://:www.com](http://www.com). Di akses Tanggal 14 Juni 2022.
- Anonim. 2013. Mengenal ASI Eksklusif [Http://www.hipnobirthing.web.id?p=387](http://www.hipnobirthing.web.id?p=387) Di akses Tanggal 14 juni 2024.
- Anonim. 2012. Hubungan Kualitas dengan Instansi Pelayanan Produk, [Http://:www.com](http://www.com). Di akses Tanggal 21 februari 2022.
- Depkes. 2005. Manajemen Laktasi Buku Panduan Bagi Bidan dan Petugas Kesehatan di Puskesmas. Jakarta Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat.
- H. Arini. 2012. Mengapa Seorang Ibu harus Menyusui? Flash Books. Yogyakarta.
- Marimbi Hanum. 2010. Tumbuh Kembang, Status Gizi & Imunisasi Dasar Pada Balita. Yogyakarta.
- Marasco. 2011. Agar Asi Lancar Diawal Menyusui. <http://www.lalecheleague.org>. Diakses Tanggal 25 September 2023
- Nur Sholichah. 2011. Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Postpartum dengan kelancaran Pengeluaran ASI Di Desa Bontojai Kab. Takalar. Skripsi. STIK GIA MAKASSAR.
- Prasetyono, Dwi Sunar. 2009. Buku Pintar ASI Eksklusif Pengenalan, Praktik dan Pemanfaatannya. Diva Press. Yogyakarta.
- Puspitorini ira. 2011. Kebidanan & keperawatan panduan cerdas kehamilan & perawatan bayi. New Diglossia. Yogyakarta.
- Roesli. 2011. Mengenal ASI Eksklusif. Penerbit Trubus Agrudaya. Jakarta. Soetjningsih. 2012. ASI: Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Yogyakarta.
- Suyanto, 2011. Metodologi dan Aplikasi Penelitian Keperawatan. Nuha Medika, Jakarta.
- Suprianty H. 2010. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Primipara di Puskesmas cendrawasih Makassar. STIK GIA MAKASSAR.
- Suradi, Ruliana Prof. DR. 2008. Manajemen Laktasi. Perkumpulan perinatologi Indonesia. Jakarta.
- Watik Ahmad, 2014. Dasar-dasar Metodologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. RajaGrafindo Persada, Jakarta.