

Hubungan Posisi Menyusui, Perlekatan dan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Menyusui

Delvira Andini ^{1*}, Dewi Indrawati ², Irene Florensia Situmeang ³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Politeknik Karya Husada, delviraandini5@gmail.com, 087714528989

²Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Politeknik Karya Husada, Dindrawati16@gmail.com

³Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Politeknik Karya Husada, ireneflorensia31@gmail.com

Abstrak

Bendungan ASI merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada ibu post partum. Bendungan ASI merupakan salah satu faktor yang dapat mengakibatkan gagalnya pemberian ASI Eksklusif pada bayi. Dengan tehnik menyusui yang benar, perawatan payudara yang benar dan motivasi yang baik maka ASI akan keluar dengan lancar sehingga bayi mendapatkan ASI secara eksklusif sesuai kebutuhannya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan posisi menyusui, perlekatan dan perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI pada ibu menyusui tahun 2024. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu menyusui dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di Klinik Pratama Auditya Medika Jakarta pada tanggal Februari-Maret 2024 dengan metode *accidental sampling* sebanyak 43 orang. Variabel Independen bendungan ASI dan variabel dependent posisi menyusui, perlekatan dan perawatan payudara dengan menggunakan alat ukur Kuesioner dan observasi. Analisa yang digunakan adalah Uji Chi Square. Hasil penelitian berdasar atas hasil Uji Chi Square variabel posisi menyusui diperoleh nilai *p-value* $(0,021) < \alpha (0,05)$, variabel perlekatan diperoleh nilai *p-value* $(0,000) < \alpha (0,05)$ dan variabel perawatan payudara diperoleh nilai *p-value* $(0,039) < \alpha (0,05)$. Posisi menyusui yang tidak tepat dapat menghasilkan masalah seperti luka pada puting dan produksi ASI menjadi tidak optimal. Perlekatan menyusu (*Latch on*) akan sangat membantu bayi menelan ASI dengan mudah dan jumlah yang cukup, sehingga meningkatkan produksi ASI. Perawatan payudara merupakan suatu tindakan untuk mencegah terjadinya penyumbatan ASI, memperbanyak produksi ASI, tidak mudah lecet. Penelitian ini merekomendasikan kepada tenaga kesehatan di Klinik Pratama Auditya untuk terus memberikan penyuluhan kepada ibu menyusui mengenai pentingnya posisi menyusui, perlekatan dalam menyusu dan perawatan payudara selama menyusui untuk mencegah terjadinya bendungan ASI.

Kata Kunci: Bendungan ASI, Posisi Menyusui, Perlekatan, Perawatan Payudara

Abstract

*Breast milk dams are a health problem that is increasing every year. Damage to breast milk is one of the factors that can result in the failure of giving exclusive breast milk to babies. With correct breastfeeding techniques, proper breast care and good motivation, breast milk will come out smoothly so that the baby gets exclusive breast milk according to his needs. The aim of this study was to determine the relationship between breastfeeding position, attachment and breast care with the incidence of breast milk dams in breastfeeding mothers in 2024. The research design used in this study was a descriptive analytical study with a cross-sectional approach. The population in this study were all breastfeeding mothers and the sample in this study was breastfeeding mothers at the Pratama Auditya Medika Clinic in Jakarta on February-March 2024 using an accidental sampling method of 43 people. The independent variable is breast milk dam and the dependent variable is breastfeeding position, attachment and breast care using questionnaires and observation measuring instruments. The analysis used is the Chi Square Test. The research results were based on the results of the Chi Square Test for the breastfeeding position variable, which obtained a *p-value* $(0.021) < \alpha (0.05)$, the attachment variable obtained a *p-value* $(0.000) < \alpha (0.05)$ and the breast care variable obtained a value *p-value* $(0.039) < \alpha (0.05)$. Improper breastfeeding positions can result in problems such as sore nipples and suboptimal breast milk production. Latch on will really help babies swallow breast milk easily and in sufficient quantities, thereby increasing breast milk production. Breast care is an action to prevent breast milk blockage, increase breast milk production, and prevent it from getting sore easily. This research recommends that health workers at the Pratama Auditya Clinic continue to provide education to breastfeeding mothers regarding the importance of breastfeeding positions, attachment during breastfeeding and breast care during breastfeeding to prevent breast milk dams.*

Keywords: Breast milk dam, Breastfeeding Position, Attachment, Breast Care

Alamat Korespondensi Penulis:
Delvira Andini
Email : delviraandini5@gmail.com

Alamat: Politeknik Karya Husada, Jl. Raya Tanjung Barat
No.B1 7, RT.2/RW.1, Jakarta Selatan 12530

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) adalah satu-satunya intake terbaik untuk bayi karena formula dalam ASI sudah dirancang seapik mungkin dan disesuaikan dengan perkembangan saluran pencernaan bayi sehingga mudah untuk diserap oleh bayi.(1)

Menurut data World Health Organization (WHO) terbaru pada tahun 2019 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI rata-rata sebanyak 7.345 (87,05%) dari 15.760 ibu nifas, pada tahun 2019 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 8.821 (66,87%) dari 12.474 ibu nifas dan pada tahun 2019 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 8.623 (66,34%) dari 10.243 ibu nifas.(2) Berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI kejadian bendungan ASI di Indonesia pada tahun 2020 terbanyak ada pada ibu-ibu bekerja yaitu sebanyak 16% dari ibu menyusui.(3) Sebanyak 42% wanita Indonesia memilih untuk tidak menyusui dan 30% memilih untuk menyusui, sedangkan untuk wilayah DKI Jakarta tahun 2019 angka kejadian bendungan ASI pada ibu nifas sebanyak 8.375 (22,70%) dari 37.018 ibu nifas yang mengalami bendungan ASI.(4)

Penyebab terjadinya bendungan ASI adalah saat produksi ASI meningkat, terlambat menyusukan dini, dan perlekatan yang kurang baik atau teknik menyusui yang salah, terlambat menyusukan, hubungan dengan bayi yang kurang baik, dan dapat pula terjadi akibat pembatasan waktu menyusui.(5) Teknik menyusui merupakan faktor yang paling penting dibandingkan dengan faktor risiko lain yang dapat meningkatkan kejadian ASI pada ibu akibat posisi dan cara perlekatan bayi yang tidak tepat pada payudara ibu.(6) Akibat yang akan ditimbulkan jika terjadi bendungan ASI adalah payudara sering terasa penuh, tegang dan nyeri walaupun tidak disertai dengan demam, terlihat kadang payudara lebih lebar, sehingga bayi sulit menyusu. Akibatnya, bayi kurang minum atau

mengalami dehidrasi sehingga kulit atau bibir bayi kering, jarang buang air kecil, mata cekung, nafas cepat, lesu dan mengantuk. Kemudian, dampak bendungan ASI jika tidak teratasi yaitu akan terjadi mastitis dan abses payudara, yang mana mastitis merupakan peradangan pada payudara, sedangkan abses payudara merupakan komplikasi lanjutan setelah terjadinya mastitis ketika nanah menumpuk di payudara.(7)

Kebijakan pemerintah yang tertuang dalam Kepmenkes RI Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 menyatakan bahwa petugas kesehatan dalam memberikan asuhan kepada ibu nifas dan menyusui yang bermutu tinggi pada proses laktasi atau menyusui dan teknik menyusui yang benar serta penyimpanan yang lajim terjadi termasuk pembekakan payudara, mastitis, abses, puting susu lecet, puting masuk kedalam. Mengingat pentingnya pemberian ASI maka perlu adanya perhatian khusus dalam proses menyusui agar dapat berjalan dengan baik. Sehubungan dengan hal tersebut telah ditetapkan tentang pemberian air susu ibu secara eksklusif pada bayi di Indonesia yang tertuang dalam Kepmenkes RI Nomor 450/MENKES/IV/2004.(8) Sehingga pencegahan yang dapat dilakukan agar tidak terjadi bendungan ASI yaitu mengadakan kelas ibu hamil dan memberikan edukasi tentang teknik menyusui yang benar. Dengan teknik menyusui yang benar maka ASI akan keluar dengan lancar sehingga bayi mendapatkan ASI secara eksklusif sesuai kebutuhannya seperti menyusui segera mungkin sebelum 30 menit setelah bayi dilahirkan, menyusui bayi tanpa jadwal (on demand), mengeluarkan ASI dengan pompa bila produksi ASI melebihi kebutuhan bayi.(9)

Berdasar atas uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Posisi Menyusui, Perlekatan dan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Menyusui di Klinik Pratama Audiya Medika Tahun 2024"

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu menyusui dan sampel dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di Klinik Pratama Auditya Medika Jakarta pada tanggal Februari-Maret 2024 dengan metode *accidental sampling* sebanyak 43 orang. Variabel Independen bendungan ASI dan variabel dependent posisi menyusui, perlekatan dan perawatan payudara dengan menggunakan alat ukur Kuesioner dan observasi. Analisa yang digunakan yaitu analisi univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden yaitu menggunakan uji *Chi Square*. Analisis bivariat untuk menganalisis hubungan kedua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kejadian Bendungan ASI, Posisi Menyusui, Perlekatan dan Perawatan Payudara.

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Bendungan ASI		
Tidak	22	51
Ya	21	49
Posisi Menyusui		
Benar	26	60,5
Salah	17	39,5
Perlekatan		
Benar	22	51
Salah	21	49
Perawatan Payudara		
Iya	29	67
Tidak	14	33

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden tidak terjadi bendungan ASI sebanyak 51%, melakukan posisi menyusui dengan benar sebanyak 60,5%, memiliki perlekatan dengan benar sebanyak 51%, dan melakukan perawatan payudara sebanyak 67%.

Tabel 2. Hubungan Posisi Menyusui, Perlekatan dan Perawatan Payudara dengan Kejadian Bendungan ASI

Variabel	Bendungan ASI				OR	Pv
	Tidak		Iya			
	N	%	N	%		
Posisi Menyusui						
Benar	17	65	9	35	4,533	0,021
Salah	5	29	12	71		
Perlekatan						
Benar	17	77	5	23	10,880	0,000
Salah	5	24	16	76		
Perawatan Payudara						
Iya	18	62	11	38	4,091	0,039
Tidak	4	29	10	71		

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden dengan posisi menyusui benar yang tidak mengalami bendungan ASI sebanyak (65%) responden dan yang mengalami bendungan ASI sebanyak (35%) responden. Sedangkan responden dengan posisi menyusui salah yang tidak terjadi bendungan ASI sebanyak (29%) responden dan yang mengalami bendungan ASI sebanyak (71%) responden. Uji hipotesis chi square diperoleh p-value sebesar *p-value* (0,021) < α (0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara posisi menyusui dengan Bendungan ASI. Nilai OR = 4,533 menunjukkan bahwa posisi menyusui ibu yang benar memiliki peluang tidak terjadinya bendungan ASI sebesar 4,533 kali dibandingkan dengan posisi menyusui yang salah.

Pada variabel perlekatan diketahui bahwa responden dengan perlekatan menyusui benar yang tidak mengalami bendungan ASI sebanyak (77%) dan yang mengalami bendungan ASI sebanyak (23%). Sedangkan responden dengan perlekatan menyusui tidak benar yang tidak terjadi bendungan ASI sebanyak (24%) dan yang mengalami bendungan ASI sebanyak 16 responden (76%). Uji hipotesis Chi Square diperoleh nilai *p-value* (0,000) < α (0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perlekatan menyusui dengan Bendungan ASI. Nilai OR = 10,880 menunjukkan bahwa perlekatan menyusui

yang benar memiliki peluang tidak terjadinya bendungan ASI sebesar 10,880 kali dibandingkan dengan posisi menyusui yang salah.

Pada variabel perawatan payudara diketahui bahwa responden yang melakukan perawatan payudara dan tidak mengalami bendungan ASI sebanyak (62%) sedangkan yang mengalami bendungan ASI sebanyak (38%). Untuk responden yang tidak melakukan perawatan payudara dan tidak terjadi bendungan ASI sebanyak (29%) sedangkan yang mengalami bendungan ASI sebanyak (71%). Uji hipotesis chi square diperoleh p-value sebesar (0,039) $< \alpha$ (0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perawatan payudara dengan Bendungan ASI. Nilai OR = 4,091 menunjukkan bahwa ibu yang melakukan perawatan payudara memiliki peluang tidak terjadinya bendungan ASI sebesar 4,091 kali dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara.

Pembahasan

Hubungan Posisi Menyusui dengan Bendungan ASI

Hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan posisi menyusui terhadap kejadian bendungan ASI pada ibu menyusui. Ibu yang posisi menyusui dengan benar memiliki peluang tidak terjadinya bendungan ASI sebesar 4,533 kali dibandingkan ibu menyusui dengan posisi menyusui yang salah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ageng Septa Rini, dkk (2023) yang berjudul "Hubungan Peran Bidan, Posisi Menyusui, Kondisi Putting dengan Kejadian Bendungan ASI Ibu Post Partum". Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara posisi menyusui terhadap bendungan ASI, diperoleh hasil analisis posisi menyusui terhadap

bendungan ASI mendapatkan p-value = 0,04. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Hipotesis diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ada hubungan antara posisi menyusui responden dengan kejadian bendungan ASI. (10)

Posisi menyusui merupakan hal yang penting dalam memulai proses menyusui. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan serta posisi ibu dan bayi dengan benar.(11) Manfaat dari teknik menyusui yang benar yaitu putting susu tidak lecet, perlekatan menyusu pada bayi kuat, bayi menjadi tenang dan tidak terjadi gumoh. (12)

Dari hasil penelitian di atas, peneliti berasumsi bahwa posisi menyusui yang benar dapat mengurangi terjadinya bendungan ASI. Posisi menyusui yang benar dapat membantu bayi menyusu dengan nyaman dan tenang. Jika menyusui dilakukan dengan posisi tidak tepat, dapat menghasilkan masalah seperti luka pada putting dan produksi ASI menjadi tidak optimal. Bahkan, hal ini dapat membuat si kecil menolak ASI. Akibatnya, bayi mungkin akan mengalami kekurangan ASI dan tidak memperoleh nutrisi yang cukup.

Hubungan Perlekatan dengan Bendungan ASI

Hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan perlekatan terhadap kejadian bendungan ASI pada ibu menyusui. Ibu yang perekatannya saat penyusunya benar memiliki peluang 10,880 kali dibandingkan ibu yang perlekatannya salah saat menyusui.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri 2024 yang berjudul "Determinasi Perlekatan dan Posisi Ibu Menyusui dalam Memberikan ASI terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa" diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perlekatan terhadap bendungan ASI, diperoleh hasil analisis perlekatan

terhadap bendungan ASI mendapatkan p -value = 0,000 artinya bahwa hipotesis diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ada hubungan antara perekatan responden saat menyusui dengan kejadian bendungan ASI. (13)

Menurut Rinata (2016), Perlekatan menyusui (*Latch on*) adalah menempelnya mulut bayi di payudara ibu. Untuk itu diperlukan posisi yang memperhatikan letak tubuh bayi secara keseluruhan terhadap tubuh ibu. Hal ini akan sangat membantu bayi menelan ASI dengan mudah dan jumlah yang cukup, dan pada akhirnya akan meningkatkan produksi ASI sesuai kebutuhan bayi, menyusui dengan teknik yang salah menimbulkan masalah seperti puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya enggan menyusui. Dengan teknik menyusui yang benar akan mendorong keluarnya ASI secara maksimal sehingga keberhasilan menyusui bisa tercapai. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai teknik-teknik menyusui yang benar. Indikator dalam proses menyusui yang efektif meliputi posisi ibu dan bayi yang benar (*body position*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*). (14)

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa perlekatan yang benar dapat mencegah terjadinya bendungan ASI, karena perlekatan yang benar dapat membantu bayi menelan ASI dengan mudah dan jumlah yang cukup. Pelekatan menyusui yang benar berperan penting dalam kelancaran proses menyusui. Bila pelekatan menyusui tidak benar, bayi akan sulit mendapat ASI secara optimal. Pelekatan menyusui adalah momen ketika bayi memasukkan puting dan areola (area gelap di

sekitar puting) ke dalam mulutnya dan mulai mengisap ASI yang keluar dari payudara ibunya.

Hubungan Perawatan Payudara dengan Bendungan ASI

Hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan perawatan payudara terhadap kejadian bendungan ASI pada ibu menyusui. Ibu yang melakukan perawatan payudara dengan benar memiliki peluang 4,091 kali dibandingkan ibu yang tidak melakukan perawatan payudara dengan benar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulan 2024 yang berjudul "Hubungan Perah ASI, Perawatan Payudara dan Teknik Menyusui dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas" diperoleh hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI mendapatkan p -value = 0,005 Hasil tersebut menunjukkan bahwa Hipotesis diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini ada hubungan antara perawatan payudara yang responden lakukan dengan kejadian bendungan ASI. (15)

Perawatan payudara merupakan suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas untuk memperlancar pengeluaran ASI.(16) Perawatan payudara tidak hanya dilakukan sebelum melahirkan, tetapi dilakukan setelah melahirkan. Perawatan yang dilakukan terhadap payudara bertujuan melancarkan sirkulasi darah dan mencegah sumbatan saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI.(17) Tujuan dilakukan perawatan payudara diantaranya untuk menjaga kebersihan payudara agar terhindar dari infeksi, mencegah terjadinya penyumbatan ASI, memperbanyak produksi ASI, membuat payudara menjadi lebih kenyal dan tidak mudah lecet, serta mengidentifikasi lebih dini jika adanya kelainan.(18)

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa perawatan payudara diperlukan untuk

memperlancar keluarnya ASI sehingga ASI tidak menumpuk yang mengakibatkan terjadinya bendungan ASI. Dengan melakukan perawatan payudara saat nifas diharapkan ibu dapat meningkatkan produksi ASI dengan merangsang kelenjar air susu. Payudara adalah satu-satunya penghasil ASI. Jika hal itu sudah terjadi maka dapat berdampak pada bayi. Dengan melakukan perawatan payudara dengan benar dan teratur, selain memudahkan bayi menghisap ASI juga menjaga kebersihan payudara sehingga mencegah penyumbatan. Selain itu juga bermanfaat untuk memperkuat kulit sehingga mencegah terjadinya luka/ lecet pada saat mulai menyusui.

SIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan posisi menyusui, perlekatan dan perawatan payudara terhadap kejadian bendungan ASI pada ibu menyusui di Klinik Pratama Auditya Medika tahun 2024. Penelitian ini merekomendasikan kepada tenaga kesehatan di Klinik Pratama Auditya untuk terus memberikan penyuluhan kepada ibu menyusui mengenai pentingnya posisi menyusui, perlekatan dalam menyusui dan perawatan payudara selama menyusui untuk mencegah terjadinya bendungan ASI sehingga produksi ASI pengeluaran ASI menjadi lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Chomaria Nurul. 2020. *Asi Untuk Anakku Bayi Kuat, Generasi Hebat*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- WHO, 2019, Bringmann, A., Reader, E. E., Pournaras, C. J., Rungger-Brändle, E., Riva, C. E., Hardarson, S. H., Stefansson, E., Yard, W. N., Newman, E. A., & Holmes, D. (n.d.). WHO, Bendungan ASI. *World Health Organisation*, 561(3), S2–S3.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia*. 2020.
- Badan Pusat Statistik DKI Jakarta. 2019. *Data Kesehatan Ibu dan Anak DKI Jakarta Tahun 2019*. Jakarta, Indonesia.
- Dewi, R., Wijayanti, Y. T. R. I., & Anggraini, Y. (2017). Hubungan Teknik Menyusui Dan Praktek Breast Care Dengan Kejadian Bendung Asi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, X(1), 49– 55.
- Sripina. 2020. Hubungan teknik menyusui dengan kejadian bendungan ASI. 40–47.
- Khaerunnisa, N., Saleha, H. S., & Inayah Sari, J. (2021). Manajemen Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan Asi. *Jurnal Midwifery*, 3(1), 16–24.
- KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN. NOMOR : 369/MENKES/SK/III/2007. TANGGAL: 27 Maret 2007.
- Febri. 2021. Faktor faktor yang mempengaruhi kejadian bendungan ASI. 146–167.
- Ageng SR, Artiningsih D, Ginting AS. Hubungan Peran Bidan, Posisi Menyusui, Kondisi Puting dengan Kejadian Bendungan ASI Ibu Post Partum. *Elisabeth Health Jurnal*. 2023 Juni 30;8(1):21-26.
- Rini, S & Kumala, F. 2017. *Panduan Asuhan Nifas & Evidence Based Practice*. Yogyakarta : Deepublish, Cv Budi Utama.
- Wahyuningsih. 2019. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Badan Pengembangan dan Perberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan. Jakarta.
- Putri KJ, Utama A, Marselinus LN. Determinan Perlekatan dan Posisi Menyusui dalam Memberikan ASI terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa 2023. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat SEHATMAS*. 2024 April 3(2): 307-315.
- Rinata E, Tutik R, Putri AS. Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap -

- Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Sidoarjo.
RAKERNAS AIPKEMA 2016 "Temu Ilmiah Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat" 128-139.
15. Wulan M, Rini AS. Hubungan Perah ASI, Perawatan Payudara dan Teknik Menyusui dengan Kejadian Bendungan ASI pada Ibu Nifas. *Inonesi Journal Of Midwifery Sciences*. 2024;3(2):2798-4958.
 16. Kumalasari I. Panduan Praktik Laboratorium dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir dan Kontrasepsi. ed. Aklia Susila. Jakarta: Salemba Medika; 2015
 17. Trisnawati N K. Gambaran Asuhan Keperawatan Prosedur Perawatan Payudara untuk Mengatasi Menyusui Tidak Efektif pada Ibu Post Seksio Sesaria di Ruang Dara RSUD Wangaya Tahun 2019. Denpasar: Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan; 2019.
 18. Maryunani A. Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui. Bogor: In Media; 2015.