

NASKAH PUBLIKASI

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA YANG TEPAT PADA IBU POST PARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNG



DESAK PUTU DEWI CANDRAWATI

NIM : 113422050

**PROGRAM STUDI S1 PENDIDIKAN BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) HAMZAR
LOMBOK TIMUR**

2024

PERSETUJUAN NASKAH PUBLIKASI

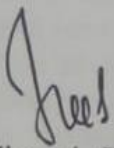
Skripsi Atas Nama: Desak Putu Dewi Candrawati, NIM. 113422050

Judul: "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Payudara pada Ibu Postpartum Terhadap Teknik Perawatan Payudara yang Tepat di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung"

Telah memenuhi syarat dan disetujui

Pembimbing I

....., April 2024



Dwi Wirastri, S.Tr. Keb., M.Kes
NIDN. 0820119101

Pembimbing II

....., April 2024

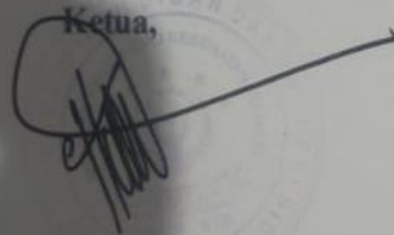


Eka Mustika Yanti, S.ST. M.Psi
NIDN. 0817019102

Mengetahui

Program Studi S1 Pendidikan Bidan

Ketua,



(Eka Faizaturrahmi, S.ST., M. Kes)
NIDN.0808108904

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA YANG TEPAT PADA IBU POST PARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNG

Desak Putu Dewi Candrawati¹, Dwi Wirastri², Eka Mustika Yanti²

ABSTRAK

Latar Belakang: Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai dengan menyusui. Kurangnya informasi atau pengetahuan yang didapat dari tenaga kesehatan, adanya rasa takut dan malas dan ketersediaan waktu untuk melakukan perawatan payudara. Peran serta tenaga Kesehatan khususnya bidan dalam memberikan edukasi kesehatan kepada setiap ibu dan keluarganya terkait teknik perawatan payudara yang tepat pada ibu postpartum.

Tujuan: Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat di wilayah kerja Puskesmas Tanjung

Metode: jenis penelitian pre-experimental dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu postpartum di Puskesmas Tanjung. Jumlah populasi sebanyak 244 orang. Teknik sampling menggunakan *proportionate stratified random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 24 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni *checklist* Langkah-langkah perawatan payudara. Analisa data menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil: Teknik perawatan payudara yang tepat pada ibu *postpartum* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Tanjung sebagian besar kategori negatif sebanyak 16 orang (66,7%), sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara di menjadi sebagian besar kategori positif sebanyak 21 orang (87,5%). Hasil uji *wilcoxon* didapatkan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat di wilayah kerja Puskesmas Tanjung

Kata Kunci: *Pendidikan Kesehatan, Perawatan Payudara, Postpartum*

Kepustakaan: 16 Buku (2018-2023), 14 Karya Ilmiah (2013-2023)

Halaman: 66 Halaman, 8 Tabel, 2 Bagan

¹ Mahasiswa Prodi S1 Pendidikan Bidan STIKes Hamzar LOTIM

² Dosen STIKes Hamzar LOTIM

INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION ON BREAST CARE ON TECHNIQUE PROPER BREAST CARE POST PARTUM MOTHER IN THE WORK AREA AT PKM TANJUNG

Desak Putu Dewi Candrawati¹ Dwi Wirastri², Eka Mustika Yanti²

ABSTRACT

Background: Breast care is very important during pregnancy and breastfeeding. Lack of information or knowledge obtained from health workers, fear and laziness and the availability of time to carry out breast care. The role of health workers, especially midwives, in providing health education to every mother and her family regarding appropriate breast care techniques for postpartum mothers.

Objective: To determine the effect of health education about breast care for postpartum mothers on appropriate breast care techniques in the Tanjung Community Health Center working area

Method: pre-experimental research type with a one group pretest-posttest design. The population in this research were all postpartum mothers at the Tanjung Community Health Center. The total population is 244 people. The sampling technique used proportionate stratified random sampling, with a sample size of 24 people. Data analysis used the Wilcoxon test.

Results: Appropriate breast care techniques for postpartum mothers before being given health education about breast care in the Tanjung Community Health Center working area were mostly in the negative category as many as 16 people (66.7%), whereas after being given health education about breast care in the majority of the positive category. as many as 21 people (87.5%). The instrument used in this research was a checklist of breast care steps. The Wilcoxon test results showed a p value of 0.000 ($p < 0.05$).

Conclusion: There is an influence of health education about breast care for postpartum mothers on appropriate breast care techniques in the work area at PKM Tanjung.

Keywords: Health Education, Breast Care, Postpartum

Bibliography: 16 Books (2018-2023), 14 Scientific Works (2013-2023)

Pages: 66 Pages, 8 Tables, 2 Charts

¹ Student of S1 Midwifery Education Study Program at STIKes Hamzar, East Lombok

² Lecturer of STIKes Hamzar East Lombok

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa pemulihan dari Sembilan bulan kehamilan dan proses kelahiran, yang dilalui oleh seorang ibu setelah melahirkan anaknya dan berlangsung selama kurang lebih enam minggu. Pengeluaran ASI (air susu ibu) atau laktasi menjadi salah satu tanda dari perubahan fisiologis yang dialami ibu nifas pada masa ini. ASI sangat dibutuhkan oleh bayi yang baru lahir sampai usia sekitar 6 bulan, karena ASI memiliki komposisi Gizi yang paling lengkap dan ideal untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi (Widiastuti dkk, 2020 dalam dalam Syahida dan Safarna, 2022).

Salah satu penanganannya adalah pelaksanaan perawatan payudara sebagai pencegahan terhadap masalah-masalah dalam pemberian ASI selama masa nifas dan menyusui dan ibu nifas membutuhkan perawatan payudara yang benar agar payudara ibu tetap sehat dan derajat kesehatan nya meningkat (Ariani dalam Prawita dan Marda, 2018). Perawatan payudara sangat penting dilakukan selama hamil sampai dengan menyusui. Hal ini karena payudara merupakan satu-satu nyapeng hasil ASI sehingga harus dilakukan sedini mungkin untuk menghindari masalah-

masalah pemberian ASI (Kesehatan KR dalam Prawita dan Marda, 2018).

Organisasi kesehatan dunia (WHO) mencatat bahwa setiap tahun terdapat 1-1,5 juta bayi meninggal karena tidak memperoleh ASI secara eksklusif (Mutianingsih dkk, 2018). UNICEF (2018) menyebutkan bahwa ibu yang mengalami permasalahan dalam menyusui ada sekitar 17.230.142 di dunia, yang terdiri dari puting susu lecet sebesar (22,5%), payudara bengkak (42%), penyumbatan ASI (18%), mastitis (11%), dan abses payudara (6,5%) (UNICEF, 2018).

Indonesia bayi yang mendapat ASI saja terbanyak pada bulan pertama kelahirannya yaitu 82,9%, pada usia 2 bulan 69,9%, dan pada usia 6 bulan yang diberikan ASI eksklusif hanya 34,3% dan selebihnya diberi susu formula (Profil Kesehatan Indonesia, 2018).

Cakupan pelayanan Kesehatan pada ibu hamil, bersalin dan ibu nifas di Nusa Tenggara Barat tahun 2020 berjumlah 119.003 orang sedangkan pada tahun 2023 berjumlah 103.122 orang. Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Utara (2023), tercatat data kunjungan ibu nifas tahun 2020 sebanyak 3.023 orang. Tahun 2021 jumlah kunjungan ibu nifas sebanyak 3.018 orang. Tahun 2022 jumlah ibu nifas sebanyak

2.978 orang dan pada bulan Januari sampai dengan September 2023 berjumlah 2.962 orang. Berbagai masalah yang terjadi pada ibu nifas seperti kasus mastitis sekitar 9%, ASI tidak lancar sekitar 15,6% sehingga ibu nifas memberikan tambahan susu formula pada bayinya.

Data dari Puskesmas Tanjung (2023) tercatat data ibu nifas dari tahun 2020 sampai dengan 2023. Tahun 2020 sampai dengan 2022 tercatat berjumlah 1.797 orang. Pada tahun 2023 (Januari sampai September) tercatat berjumlah 599 orang di wilayah kerja Puskesmas Tanjung.

METODE

Jenis penelitian pre-experimental dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu postpartum di Puskesmas Tanjung. Jumlah populasi sebanyak 244 orang. Teknik sampling menggunakan *proportionate stratified random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 24 orang. Analisa data menggunakan uji *wilcoxon*.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Teknik Perawatan Payudara Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Perawatan Payudara	Frekuensi	Persentase
Positif	8	33,3
Negatif	16	66,7
Total	24	100,0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 1. distribusi frekuensi teknik perawatan payudara

sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada ibu postpartum menunjukkan Sebagian besar kategori negatif yakni sebanyak 16 orang (66,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Teknik Perawatan Payudara Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan pada Ibu Postpartum

Perawatan Payudara	Frekuensi	Persentase
Positif	21	87,5
Negatif	3	12,5
Total	24	100,0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2. distribusi frekuensi teknik perawatan payudara setelah diberikan pendidikan kesehatan pada ibu postpartum menunjukkan Sebagian besar kategori positif yakni sebanyak 21 orang (87,5%).

Tabel 3. Hasil Uji *Wilcoxon* antara Pendidikan Kesehatan Tentang Perawatan Payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat

Teknik Perawatan payudara yang tepat	Mean	z	Nilai p
Sebelum	2,79	-4,310	0,000
Setelah	10,75		

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 3. hasil uji *wilcoxon* antara pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat di Wilayah kerja Puskesmas Tanjung didapatkan nilai mean sebelum diberikan Pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara sebesar 2,79 dan setelah

Pendidikan kesehatan menjadi 10,75, nilai z -4,310 dengan nilai p 0,000, artinya terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang

PEMBAHASAN

1. Teknik Perawatan Payudara Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan tabel 4.3 distribusi frekuensi teknik perawatan payudara sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada ibu postpartum menunjukkan sebagian besar kategori negatif yakni sebanyak 16 orang (66,7%).

Hal ini disebabkan karena ibu kurang aktif dalam mencari informasi tentang perawatan payudara. Selain itu petugas kesehatan tidak memberikan penyuluhan kepada ibu postpartum tentang perawatan payudara, sehingga kurangnya pengetahuan pada ibu menyebabkan kurangnya ketrampilan atau tidak dapat melakukan perawatan payudara yang tepat.

Perawatan payudara dimasa menyusui sangat berpengaruh pada proses pemberian ASI. Payudara yang bersih, sehat, terawat dengan baik dapat membantu melancarkan produksi ASI, sehingga pemberian ASI menjadi lebih mudah dan bayi lebih nyaman saat

perawatan payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat di wilayah kerja Puskesmas Tanjung.

menyusu. Pelaksanaan *Breast Care* pasca persalinan dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari sesudah bayi dilahirkan. Hal itu dilakukan 2 hari sekali (Marliandiani dalam Prawita dan Marda 2018).

Menurut Prawita dan Marda (2018) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa pelaksanaan perawatan payudara tidak dilakukan karena adanya pengaruh ketidaktahuan ibu tentang perawatan payudara dan sikap ibu yang negative atau tidak mau menerima dan mempercayai pentingnya perawatan payudara selama masa menyusui. Adanya faktor dari informasi yang salah tentang perawatan payudara dan rasa tidak nyaman atau sakit selama melaksanakan perawatan payudara membuat ibu nifas tidak mau melakukannya. Selain itu, interaksi sosial terjadi hubungan saling mempengaruhi diantara ibu yang satu dengan yang lain, terjadi hubungan timbal balik yang turut mempengaruhi pola perilaku masing-masing ibu sebagai anggota Masyarakat.

Sikap negatif tentang perawatan payudara didapatkan dari cara berpikir yang kurang matang dan tajam, sehingga ibu dengan mudah terpengaruh akan kepercayaan dari interaksi sosial yang ibu miliki. Hal ini disebabkan karena sudah tertanamnya kepercayaan ibu nifas bahwa perawatan payudara tidak membawa pengaruh yang baik bagi dirinya dan bayinya (Prawita dan Marda, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Prawita dan Marda (2018) yang menunjukkan bahwa pelaksanaan perawatan payudara pada ibu nifas sebagian besar kategori tidak dilaksanakan yakni sebanyak 21 orang (70,0%) dan sikap sebagian besar negatif yakni sebanyak 20 orang (66,7%).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa pengetahuan dan ketrampilan ibu yang kurang (negatif) disebabkan karena kurangnya paparan informasi tentang perawatan payudara pada ibu postpartum.

2. Teknik Perawatan Payudara Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan tabel 4.4 distribusi frekuensi teknik perawatan payudara setelah diberikan pendidikan kesehatan

pada ibu postpartum menunjukkan sebagian besar kategori positif yakni sebanyak 21 orang (87,5%) dengan mean 10,75.

Perawatan payudara pada ibu nifas sangat penting karena salah satu manfaatnya yaitu melancarkan produksi ASI yang merupakan makanan pokok bagi bayi, perawatan payudara harus dilakukan dengan benar dan teratur sehingga dapat memudahkan bayi mengkonsumsi ASI dan mengurangi resiko terjadinya luka saat menyusui seperti terjadi puting susu lecet. Salah satu tujuan perawatan payudara adalah mendeteksi dini bila ada kelainan pada payudara (puting susu lecet, payudara bengkak, mastitis, dan abses payudara) (Sulistyawati dalam Lasanuddin dkk, 2022). Menurut Oswari dalam Lasanuddin dkk (2022) menjelaskan bahwa dengan melakukan perawatan payudara secara benar dan teratur dapat menguatkan, melenturkan dan mengatasi terpendamnya puting susu sehingga bayi mudah menghisap ASI dan juga menjaga kebersihan payudara, mencegah penyumbatan dan bermanfaat untuk memperkuat kulit sehingga mencegah terjadinya luka pada saat mulai menyusui.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trismiyana dan Elliya (2019), menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara nilai mean sebesar 11,18 dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan menjadi 18,29. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ginting (2017) sebelum diberikan penyuluhan dengan metode leaflet tentang perawatan payudara dengan mean 9,00 sedangkan setelah penyuluhan menjadi 14,68. hasil penelitian yang dilakukan Xanda dkk (2019) didapatkan nilai mean sebelum penyuluhan 9,48 dan setelah penyuluhan menjadi 11,74.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti berasumsi bahwa, teknik perawatan payudara pada yang tepat pada ibu postpartum terjadi peningkatan dengan adanya penjelasan yang diberikan oleh peneliti. Pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan ketrampilan perawatan payudara pada ibu postpartum. Sedangkan pada ibu postpartum kategori negatif karena kurang perhatian ibu pada waktu peneliti memberikan penjelasan disebabkan karena responden merasakan nyeri episiotomy pasca

melahirkan, sehingga sehingga informasi yang diberikan kurang difahami oleh responden tersebut.

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Teknik Perawatan Payudara yang Tepat

Berdasarkan tabel 4.6 hasil uji *paired sample t test* antara pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat di Wilayah kerja Puskesmas Tanjung didapatkan nilai mean sebelum diberikan Pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara sebesar 2,79 dan setelah pendidikan kesehatan menjadi 10,75, nilai z -4,310 dengan nilai p 0,000, artinya terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat di wilayah kerja Puskesmas Tanjung.

Menurut Bolon (2021) menjelaskan bahwa pendidikan adalah pembelajaran pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan sekelompok orang yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui pengajaran, pelatihan, atau penelitian. Pendidikan kesehatan adalah proses mendidik manusia tentang kesehatan.

Kegiatan edukasi kesehatan dan pendampingan tentang perawatan payudara pada ibu nifas sangat bermanfaat. Penyampaian materi dan mendemonstrasikan perawatan payudara sangat berpengaruh dalam meningkatkan pelayanan asuhan kebidanan pada ibu nifas. Edukasi perawatan payudara sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas dalam melakukan perawatan payudara secara mandiri setelah melahirkan. Hal ini memberikan pengaruh terhadap peningkatan produksi ASI dan pemberian ASI Eksklusif (Lasanuddin dkk, 2022).

Pemberian pendidikan Kesehatan memungkinkan ibu memperoleh informasi tentang persiapan laktasi dan menambah pengetahuan serta merubah perilaku ibu tentang perawatan payudara pada masa kehamilan. Pengetahuan pada seseorang diperoleh dari hasil tahu yang terjadi setelah proses penginderaan terhadap suatu objek pada manusia (Nurmala, 2020). Pendidikan kesehatan dapat diberikan dengan menggunakan media video, leaflet, dan poster yang memuat

informasi dalam bentuk tulisan maupun gambar (Hasan dalam Putri dkk, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dkk (2022), berdasarkan uji Wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), artinya terdapat efektivitas pemberian Pendidikan Kesehatan persiapan laktasi terhadap pengetahuan dan perilaku perawatan payudara. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trismiyana dan Elliya (2019), menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara nilai mean sebesar 11,18 dan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan menjadi 18,29. Hasil uji statistic didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), artinya terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu postpartum.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti berasumsi bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara di puskesmas sebagian besar pengetahuan serta ketrampilan ibu dalam perawatan payudara negatif atau tidak mengetahui tentang perawatan payudara, setelah diberikan pendidikan

kesehatan tentang perawatan payudara yang tepat, pengetahuan dan ketrampilan responden tentang perawatan payudara yang tepat menjadi lebih baik, yang ditunjukkan dengan hasil posttest sebagian besar kategori

KESIMPULAN

1. Teknik perawatan payudara yang tepat pada ibu *postpartum* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Tanjung sebagian besar kategori negatif sebanyak 16 orang (66,7%).
2. Teknik perawatan payudara yang tepat pada ibu *postpartum* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Sebagian besar kategori positif sebanyak 21 orang (87,5%).

DAFTAR PUSTAKA

- Bolon, Christina M.T. 2021. *Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. Medan: UIM Press
- Depkes RI. 2018. *Standar Pelayanan Kebidanan*. Jakarta: DitJenBinKesmas
- Dikes. 2023. *Cakupan Pelayanan Kesehatan pada Ibu Hamil, Ibu Bersalin dan Ibu Nifas menurut Kabupaten/Kota Provinsi Nusa Tenggara Barat*. Dinas Kesehatan Provinsi NTB
- Dikes. 2023. *Kunjungan Nifas Puskesmas Kabupaten Lombok Utara*. Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Utara

postif. Oleh karena itu, Pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu postpartum tentang perawatan payudara secara tepat.

3. Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara pada ibu *postpartum* terhadap teknik perawatan payudara yang tepat di wilayah kerja Puskesmas Tanjung dengan nilai $p < 0,05$ ($p < 0,05$).

SARAN

Hasil penelitian ini menjadi masukan dalam meningkatkan pelayanan khususnya memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu postpartum terkait tentang perawatan payudara.

Ginting, Sri MBR. 2017. *Perbandingan Penyuluhan Metode Video dengan Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Perawatan Payudara pada Masa Nifas di Klinik Bidan Langkat*. Skripsi. Poltekes Kemenkes Medan

Lasanudin, H. Vonny, dkk. 2022. *Penyuluhan Kesehatan dan Pendampingan Perawatan Payudara pada Ibu Nifas di Kelurahan Oluhuta Kecamatan Kabila Kabupaten Bonebolango*. Journal Of Community Services, Volume 4, Nomor 2.

Marda, Ade P. 2018. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas*

Tentang Perawatan Payudara Dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara di Klinik Pratama Niar Medan. Medan

Nurmala, Ira, dkk. 2018. *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press

Prawita, A. Ayu & Marda S. 2018. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara dengan Pelaksanaan Perawatan Payudara di Klinik Pratama Niar Medan*. Jurnal Bidan Komunitas, Volume 1, Nomor 3.

Putri, Maria RT. dkk. 2022. Efektivitas Pemberian Pendidikan Kesehatan Persiapan Laktasi terhadap Pengetahuan dan Perilaku Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Tm Iii

Syahida, A dan Safarna, N. 2022. *Edukasi Kesehatan tentang Pentingnya Melakukan Breast Care pada Masa Nifas di Desa Sungai Pauh Tanjung Kota Langsa*. JPMD, Volume 2, Nomor 1.

Trismiyana, Eka & Elliya, R. 2019. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu tentang Perawatan Payudara pada Ibu Post Partum di RSIA Puri Betik Hati Provinsi Lampung*. Jurnal Kebidanan, Volume 5, Nomor 2.

UNICEF. 2018. *Undernutrition Contributes to Nearly Half of All Deaths in Children Under 5 and is Widespread in Asia and Africa*. Dalam <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition>. Diakses pada Tanggal 14 September 2023 Pukul 20:00 WITA