

PENGARUH TEHNIK MARMET TERHADAP KELANCARAN ASI IBU POST PARTUM DI RSUD LABUANG BAJI MAKASSAR

Wahid Hasyim Alkanda¹, Selpiani Messen²

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Graha
Edukasi Makassar, Indonesia

² Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Graha
Edukasi Makassar, Indonesia

E-mail: wahidhasyimalkanda@gmail.com

ABSTRAK

Pada asuhan post partum diperlukan setelah proses persalinan karena masa ini merupakan masa krisis baik ibu maupun bayinya, penggunaan Air Susu Ibu (ASI) yang merupakan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Pemberian ASI pada anak merupakan proses alami sebagai kewajiban seorang ibu yang mengasuh anaknya. Karena ASI merupakan makanan utama pada bayi umur 2 tahun bulan selama kehidupannya. Teknik marmet merupakan kombinasi antara cara memerah ASI dan memijat payudara sehingga reflek keluarnya ASI dapat optimal.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Ibu Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar. Penelitian ini menggunakan eksperiment dengan pendekatan *Two Group With Only Post test design* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel 32 responden yang dibagi menjadi kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

Hasil penelitian menunjukkan dari 32 responden yang dijadikan sampel penelitian, yang mengalami kelancaran ASI ibu post partum sebanyak 24 orang (75,0%) dan tidak lancar sebanyak 8 orang (25,0%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji *Shapiro-Wilk* diperoleh nilai $p = 0,000$ lebih kecil dari nilai α yang ditetapkan yaitu 0,05. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran ASI ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar.

Disarankan kepada ibu agar dalam melakukan tehnik marmet untuk memahami tehnik dan cara melakukan agar ibu dapat melakukan tehnik marmet ketika berada di rumah yang bisa dilakukan oleh suami maupun keluarga.

Kata Kunci : Kelancaran ASI, Ibu Postpartum, Teknik Marmet

ABSTRACT

Post partum care is needed after the birth process because this is a crisis period for both mother and baby, the use of breast milk (ASI) is one of the government's efforts to improve the health status of mothers and children. Providing breast milk to children is a natural process as part of the obligation of a mother who cares for her child. Because breast milk is the main food for babies aged 2 years and months during their life. The marmet technique is a combination of expressing breast milk and massaging the breasts so that the milk release reflex can be optimal.

The aim of this research is to determine the effect of the Marmet technique on the smoothness of post-partum mothers' breastfeeding at Labuang Baji Hospital, Makassar. This research used an experimental approach with a Two Group With Only Post test design using a purposive sampling technique with a sample of 32 respondents who were divided into a control group and an intervention group.

The results of the research showed that of the 32 respondents who were used as research samples, 24 people (75.0%) experienced smooth post-partum mother's breast milk and 8 people (25.0%) did not experience it smoothly. The research results show that the Shapiro-Wilk test results obtained a value of $p = 0.000$ which is smaller than the set α value of 0.05. Thus, H_0 is rejected and H_a is accepted, namely that there is an influence of the marmet technique on the smooth breastfeeding of post-partum mothers at the Labuang Baji Hospital, Makassar.

It is recommended for mothers to understand the technique and how to do it so that mothers can do the marmet technique when they are at home which can be done by their husbands and family..

Keywords: Smooth breastfeeding, Postpartum Mothers, Marmet Technique

PENDAHULUAN

Masa post partum tidak kalah penting dengan masa-masa ketika hamil, karena pada saat ini organ-organ reproduksi sedang mengalami proses pemulihan setelah terjadinya proses kehamilan dan bersalin. Pada asuhan post partum diperlukan setelah proses persalinan karena masa ini merupakan masa krisis baik ibu maupun bayinya. Pada post partum ibu paling sedikit melakukan 4 kali kunjungan dilakukan untuk menilai keadaan ibu dan bayi baru lahir dan untuk mencegah, mendeteksi dan menangani masalah-masalah yang terjadi (Bahiyatun, 2012).

Untuk menciptakan generasi yang cerdas dan sehat, penggunaan Air Susu Ibu (ASI) yang merupakan salah satu upaya pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Upaya penting ini, keberhasilannya perlu di dukung dan dilaksanakan oleh seluruh anggota masyarakat. Para ibu, sebagai pelopor peningkatan kualitas sumber daya Indonesia, patut menyadari dan meningkatkan pengetahuannya untuk menunjang gerakan ini (Sujiyatini, 2013). Mengikuti dan mempelajari segala pengetahuan mengenai laktasi, diharapkan setiap ibu hamil, bersalin dan menyusui dapat memberikan ASI secara optimal, sehingga anak dapat bertumbuh dan berkembang normal sebagai calon sumber daya manusia yang berkualitas tinggi. Pemberian ASI pada anak merupakan proses alami sebagai kewajiban seorang ibu yang mengasuh anaknya. Karena ASI merupakan makanan utama pada bayi umur 2 tahun bulan selama kehidupannya. Proses alami untuk memberikan ASI sudah dimulai saat terjadi kehamilan, karena bersama dengan hamil, payudara telah disiapkan sehingga setelah anak lahir ibu bisa segera memberikan ASI kepada anaknya (Sarwono, 2013).

Adapun masalah yang sering timbul pada masa post partum adalah selain infeksi pada ibu post partum masih ada beberapa komplikasi yang dapat terjadi pada masa post partum yaitu infeksi saluran kemih, metritis, bendungan payudara, infeksi payudara, abses payudara, infeksi luka perineum dan luka abdomen. Menyusui juga dapat menjadi cara untuk mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi (Sujiyatini, 2013). Namun pada beberapa situasi terdapat ibu yang memiliki masalah gangguan produksi ASI sehingga ASI menjadi tidak lancar.

Oksitosin mempengaruhi sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveoli mammae sehingga alveoli berkontraksi dan mengeluarkan air susu yang sudah disekresikan oleh kelenjar mammae, refleksi oksitosin ini dipengaruhi oleh jiwa ibu. Jika ada rasa cemas, stress dan ragu yang terjadi, maka pengeluaran ASI bias terhambat (Soetjiningsih, 2014).

Mengikuti dan mempelajari segala pengetahuan mengenai laktasi, diharapkan setiap ibu hamil, bersalin dan menyusui dapat memberikan ASI secara optimal, sehingga anak dapat bertumbuh dan berkembang normal sebagai calon sumber daya manusia yang berkualitas tinggi. Pemberian ASI pada anak merupakan proses alami sebagai kewajiban seorang ibu yang

mengasuh anaknya. Karena ASI merupakan makanan utama pada bayi umur 2 tahun bulan selama kehidupannya. Proses alami untuk memberikan ASI sudah dimulai saat terjadi kehamilan, karena bersama dengan hamil, payudara telah disiapkan sehingga setelah anak lahir ibu bisa segera memberikan ASI kepada anaknya (Sarwono, 2013)

Penanganan untuk mencegah ASI kurang lancar adalah terus menyusui dan susui bayi terlebih dulu di payudara yang saluran ASI-nya tersumbat, karena saat lapar ia akan mengisap dengan kuat. Lakukan pijatan untuk melonggarkan sumbatan yang terjadi. Hindari memakai BH ketat atau berkawat. Terkadang saluran ASI yang tersumbat dihubungkan dengan adanya bisul kecil di ujung puting susu. Konsultasikan ke dokter. Lebih sering menyusui dari payudara yang tersumbat salurannya. Mengurut daerah yang tersumbat ke arah puting agar ASI bisa keluar.

Teknik marmet merupakan kombinasi antara cara memerah ASI dan memijat payudara sehingga reflek keluarnya ASI dapat optimal. Teknik memerah ASI dengan cara marmet ini pada prinsipnya bertujuan untuk mengosongkan ASI dari sinus laktiferus yang terletak dibawah areola sehingga diharapkan dengan pengosongan ASI pada daerah sinus laktiferus ini akan merangsang pengeluaran hormone prolactin. Pengeluaran hormone prolactin ini selanjutnya akan merangsang mammary alveoli untuk memproduksi ASI. Makin banyak ASI dikeluarkan atau dikosongkan dari payudara maka akan semakin banyak ASI akan diproduksi (Soetjiningsih, 2014).

Teknik memerah ASI yang dianjurkan adalah dengan mempergunakan tangan dan jari karena praktis, efektif dan efisien dibandingkan dengan menggunakan pompa. Caranya memerah ASI menggunakan cara Cloe Marmet yang disebut dengan Teknik Marmet yang merupakan perpaduan antara teknik memerah dan memijat. Memerah dengan menggunakan tangan dan jari mempunyai keuntungan selain tekanan negatif dapat diatur, lebih praktis dan ekonomis karena cukup mencuci bersih tangan dan jari sebelum memerah ASI. Jika teknik ini dilakukan dengan efektif dan tepat maka tidak akan terjadi masalah dalam produksi ASI maupun cara mengeluarkan ASI sehingga bayi akan tetap mendapatkan ASI dan penggunaan susu formula di hari-hari pertama kelahiran bayi dapat dikurangi (Sujiyatini, 2013)

Salah satu teknik menyusui adalah dengan menggunakan teknik marmet. Teknik ini dapat dipelajari dengan mudah sesuai instruksi dibawah ini. Memerah ASI dengan teknik Marmet awalnya diciptakan oleh seorang ibu yang harus mengeluarkan ASI nya karena alasan medis. Awalnya ia kesulitan mengeluarkan ASI dengan refleksi yang tidak sesuai dengan refleksi keluarnya ASI saat bayi menyusu. Hingga akhirnya ia menemukan satu metode memijat dan menstimulasi agar refleksi keluarnya ASI optimal. Kunci sukses dari teknik ini adalah kombinasi dari cara memerah ASI dan cara memijat. Jika teknik ini dilakukan dengan efektif dan tepat, maka seharusnya tidak akan terjadi masalah dalam produksi ASI ataupun cara mengeluarkan ASI. Teknik ini dapat dengan mudah dipelajari sesuai

instruksi. Tentu saja semakin sering ibu melatih memerah dengan teknik marmet ini, maka ibu makin terbiasa dan tidak akan menemui kendala (Purbaningsih, 2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dari RSUD Labuang Baji Makassar tahun 2014 jumlah ibu post partum sebanyak 517 orang. Sedangkan pada tahun 2015 jumlah ibu post partum sebanyak 534 orang. Tahun 2016 jumlah ibu post partum sebanyak 548 orang dan pada tahun 2017 jumlah ibu post partum sebanyak 573 orang (Rekam Medik, 2018). Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul "Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Ibu Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar".

METODE

Penelitian ini adalah eksperiment dengan pendekatan *Two Group With Only Post test design*. Penelitian ini direncanakan di RSUD Labuang Baji Makassar pada bulan April 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu post partum yang dirawat di RSUD Labuang Baji Makassar. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara *Purposive Sampling*. Jumlah minimal sampel yang diperlukan dalam penelitian ini adalah sebanyak 16 responden yang diberi perlakuan dan 16 orang yang tidak diberi perlakuan.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan tabel dibawah ini menunjukkan bahwa dari 32 jumlah responden, yang memiliki paritas primipara sebanyak 15 responden (46,9%), multipara 13 responden (40,6%) serta grandemultipara sebanyak 4 responden (12,5%).

Paritas	(f)	(%)
Primipara	15	46,9
Multipara	13	40,6
Grandemultipara	4	12,5
Total	32	100,0

Berdasarkan tabel dibawah ini menunjukkan bahwa dari 32 responden yang dijadikan sampel penelitian, yang melakukan teknik marmet pada kelompok perlakuan sebanyak 16 orang (50,0%) dan kelompok kontrol sebanyak 16 orang (50,0%).

Teknik Marmet	(f)	(%)
Kelompok Perlakuan	16	50,0
Kelompok Kontrol	16	50,0
Total	32	100,0

Berdasarkan tabel dibawah ini menunjukkan bahwa dari 32 responden yang dijadikan sampel penelitian, yang mengalami kelancaran ASI ibu post partum sebanyak 24 orang (75,0%) dan tidak lancar sebanyak 8 orang (25,0%).

Kelancaran ASI Ibu Post Partum	(f)	(%)
Lancar	24	75,0
Tidak Lancar	8	25,0
Total	32	100,0

Berdasarkan tabel dibawah ini menunjukkan bahwa hasil uji *Shapiro-Wilk* diperoleh nilai $p = 0,000$ lebih kecil dari nilai α yang ditetapkan yaitu 0,05. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran ASI ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar.

Pengaruh Tehnik Marmet Terhadap Kelancaran ASI Ibu Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar

Kelancaran ASI Ibu Post Partum	n	Mean	SD	SE	P
Lancar	24	1.42	.504	.103	0,000
Tidak Lancar	8	1.75	.440	.164	

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 32 responden yang dijadikan sampel penelitian, yang melakukan teknik marmet pada kelompok perlakuan sebanyak 16 orang (50,0%) dan kelompok kontrol sebanyak 16 orang (50,0%).

Kurangnya stimulasi menyusui : Penyebab ASI tidak keluar yang kedua adalah karena kurangnya stimulasi menyusui. Pada dasarnya semakin sering Anda menyusui bayi akan sangat mempengaruhi produksi air susu ibu, karena saat bayi menyusu maka tubuh akan merangsang keluarnya hormon oksitosin yang berfungsi penting untuk produktivitas ASI. Jadi semakin sering Anda menyusui bayi Anda akan semakin meningkatkan jumlah ASI yang keluar akan semakin banyak dan bukan malah sebaliknya. Jika Anda memang termasuk ibu bekerja menyusui sehingga tidak memiliki waktu, maka Anda bisa memerah ASI pada saat berada di kantor.

Namun perlu diperhatikan juga cara menyimpan ASI perah yang baik, agar ASI tidak menjadi basi, biasanya ibu - ibu justru langsung menyerah pada susu formula begitu melihat ASInya tidak keluar. Ini salah besar dan malah berakibat ASI semakin tidak keluar sama sekali, karena dengan memberikan susu formula stimulasi menyusui jadi berkurang. Ingat, pada dasarnya setiap wanita sudah ditakdirkan untuk bisa menyusui anaknya

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 32 responden yang dijadikan sampel penelitian, yang mengalami kelancaran ASI ibu post partum sebanyak 24 orang (75,0%) dan tidak lancar sebanyak 8 orang (25,0%).

Teknik marmet dapat dipelajari dengan mudah sesuai instruksi dibawah ini. Memerah ASI dengan teknik Marmet awalnya diciptakan oleh seorang ibu yang harus mengeluarkan ASI nya karena alasan medis. Awalnya ia kesulitan mengeluarkan ASI dengan refleks yang tidak sesuai dengan refleks keluarnya ASI saat bayi menyusu. Hingga akhirnya ia menemukan satu metode memijat dan menstimulasi agar refleks keluarnya ASI optimal. Kunci sukses dari teknik ini adalah kombinasi dari cara memerah ASI dan cara memijat. Kurangnya keinginan untuk menyusui karena ada sebagian ibu yang keinginanya untuk menyusui masih kurang atau bahkan enggan untuk menyusui dengan alasan ingin menjaga keindahan payudaranya. Padahal pendapat seperti itu

tidak benar sama sekali. Tidak mau menyusui selain menjadi salah satu penyebab ASI tidak keluar juga menjadi penyebab penyakit kanker payudara. Agar bisa menyusui sang buah hati, seorang ibu terlebih dahulu harus ada keinginan kuat untuk menyusui dan hal ini menjadi tolak ukur yang pertama sebagai pelancar ASI alami yang datang dari dalam diri kita sendiri. Dalam hal ini dukungan dari suami dan keluarga juga sangat perlu dikakukan untuk memotivasi tumbuhnya keinginan untuk menyusui serta rasa percaya diri yang tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji *Shapiro-Wilk* diperoleh nilai $\rho = 0,000$ lebih kecil dari nilai α yang ditetapkan yaitu 0,05. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran ASI ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Lindasari, K (2013) di RSUD Kaltim menunjukkan dari 43 orang, dominan memiliki produksi ASI lancar setelah dilakukan teknik marmet dengan nilai $\rho = 0.003$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Helmiana (2015) di RSUD Sragen menunjukkan dari 55 orang, dominan memiliki produksi ASI lancar setelah dilakukan teknik marmet dengan nilai $\rho = 0.021$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima

Peneliti menyimpulkan bahwa apabila bayi disusui maka gerakan menghisap yang berirama akan menghasilkan rangsangan saraf yang terdapat pada *glandula pituitaria posterior* sehingga keluar hormon *oksitosin*. Hal ini menyebabkan sel-sel miopitel disekitar *alveoli* akan berkontraksi dan mendorong ASI masuk alam pembuluh *ampula*. Pengeluaran *oksitosin* selain dipengaruhi oleh isapan bayi, juga oleh reseptor yang terletak pada *duktus*. Bila *duktus* melebar, maka secara *reflektoris oksitosin* dikeluarkan oleh *hipofisis*. Untuk memaksimalkan pengosongan payudara, Mama perlu melakukan gerakan menguras saluran ASI dan menstimulasi aliran susu di atas beberapa kali secara bergantian dalam satu sesi. Seluruh prosedur biasanya memakan waktu sekitar 20 sampai 30 menit. Kurangnya asupan makanan yang mengandung gizi dan nutrisi kurangnya pemenuhan terhadap asupan makanan yang bergizi dan bernutrisi juga menjadi penyebab ASI tidak keluar, untuk itu pemenuhan kebutuhan gizi dan nutrisi pada makanan seharusnya diperhatikan dengan baik dan sebaiknya hal ini sudah harus dimulai saat masa awal kehamilan, namun jika sudah terlanjur bisa segera dimulai ketika awal menyusui.

Pada hakekatnya makanan pelancar ASI adalah makanan yang bergizi dan bernutrisi. Untuk itu sebaiknya banyak mengkonsumsi daging, sayuran hijau dan buah buahan dengan takaran gizi yang seimbang. Makanan - makanan dengan gizi seimbang bukan hanya berguna untuk meningkatkan jumlah ASI secara kuantitas saja, tetapi juga bisa meningkatkan kualitas air susu ibu yang akan diminum bayi. Dehidrasi atau kekurangan cairan yaitu penyebab ASI tidak keluar yang ke lima adalah karena dehidrasi atau kekurangan cairan dalam tubuh Anda, karena pada saat memproduksi air susu ibu tubuh manusia memerlukan banyak sekali

cairan dalam jumlah besar. Untuk itu pada ibu menyusui biasanya dokter selalu menyarankan untuk banyak minum, terutama minum air putih. Hindari minuman yang mengandung kafein, karena kafein bisa menyerap cairan dalam tubuh yang justru bisa menyebabkan tubuh mengalami dehidrasi yang akhirnya menghambat keluarnya ASI. Selain itu kafein bisa dikeluarkan oleh tubuh melalui air susu ibu yang akan diminum bayi, sehingga dapat menimbulkan gangguan tidur pada bayi dan bayi menjadi rewel.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulkan:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 32 responden yang dijadikan sampel penelitian, yang melakukan teknik marmet pada kelompok perlakuan sebanyak 16 orang (50,0%) dan kelompok kontrol sebanyak 16 orang (50,0%).
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 32 responden yang dijadikan sampel penelitian, yang mengalami kelancaran ASI ibu post partum sebanyak 24 orang (75,0%) dan tidak lancar sebanyak 8 orang (25,0%).
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh tehnik marmet terhadap kelancaran ASI ibu post partum di RSUD Labuang Baji Makassar dengan nilai $\rho = 0,000$

SARAN

Disarankan kepada ibu agar dalam melakukan teknik marmet untuk memahami teknik dan cara melakukan agar ibu dapat melakukan teknik marmet ketika berada di rumah yang bisa dilakukan oleh suami maupun keluarga, serta Disarankan kepada peneliti berikutnya untuk meneliti dengan menggunakan variabel yang lain dan menggunakan metode penelitian yang lain dengan menganalisis lebih jauh variabel yang dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, 2014. *Manfaat Air Susu Ibu*, Majalah Kesehatan Indonesia
- Anita. 2014. *Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu dan Kenaikan Berat Badan Bayi di Puskesmas Grabag*. Jurnal PDF
- Astri, D. 2017. *Pengaruh Pemberian Teknik Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di BPM Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri*. Jurnal PDF
- Anurogo, 2014. *Memberikan ASI eksklusif pada bayi*. [http:// www. ASIekslusif](http://www.ASIekslusif). diakses tanggal 22 Desember 2017. Makassar
- Aswar, 2015 *Susu Formula tidak Akan Bisa Gantikan*, [http://www. Pontianak Post](http://www.PontianakPost).htm. di akses tanggal 27 Desember 2017. Makassar

- Budiman. 2014. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC.
- Bobak. 2013. *Buku Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC
- Cunningham, FG. 2014. *Obstetri Williams*. Jakarta : EGC
- Eni, RA. 2013. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Hidayat, Az. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*, Salemba Medika: Jakarta
- Lubis, 2014. *ASI eksklusif*. <http://www.wdiakses> tanggal 22 Desember 2017. Makassar
- Lestari Puji Astuti 2015. *Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Semarang*. Jurnal PDF.
- Manuaba, IAC. 2014. *Gawat Darurat Obstetri-Ginekologi dan Obstetri Ginekologi Sosial untuk Pendidikan Bidan*. EGC : Jakarta
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, S. 2013. *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Praworohardjo : Jakarta.
- Purbaningsih, 2013. *Upaya peningkatan gizi kepada bayi*. <http://www>. Diakses tanggal 12 Desember 2017. Makassar
- Rukiyah. AY. 2014. *Asuhan Kebidanan IV Patologi*. Jakarta : TIM
- Saleha. 2013. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*, Jakarta : Penerbit Salemba Medika.
- Suherni. 2014. *Perawatan Masa Nifas*, Yogyakarta : Cetakan II, Penerbit Fitramaya.
- Saifuddin, 2014. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. EGC : Jakarta
- Soetjiningsih, 2014. *Pemberian ASI Pada Masa Post Partum*. Jakarta : EGC
- Sujiyatini. 2013. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sarwono. 2013. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : YBP-SP
- Vivi, NLD. 2013. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta : Salemba Medika
- Wiknjosastro, H. 2013. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Maryunani, 2012. *Insiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif Dan Manejemnen Laktasi* .Jakarta:Trans Info Medika