

HUBUNGAN PERAWATAN PAYUDARA IBU PADA MASA POST PARTUM DENGAN MENYUSUI EKSKLUSIF DI PUSKESMAS ULU MORO'O NIAS BARAT TAHUN 2022

Hendrika Hartati Gulo¹⁾, Regina Vidya Trias Novita²⁾, Anna Rejeki Simbolon³⁾
Fakultas Ilmu Keperawatan^{1,2,3)}
STIK Sint Carolus

ABSTRAK

Rekomendasi WHO pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan wajib dilakukan di seluruh dunia karena memiliki manfaat bagi ibu maupun bayi, dan merupakan hak bayi untuk mendapatkan ASI, di Provinsi Sumatera Utara Kabupaten Nias Barat merupakan daerah terendah cakupan ASI Eksklusifnya (11,96%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan perawatan payudara ibu pada masa postpartum dengan menyusui eksklusif di Puskesmas Ulu Moro'o, Nias Barat. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah 60 responden berdasarkan rumus *slovin*, dengan *total sampling* bulan Desember 2021. Pengumpulan data menggunakan kuesioner tentang karakteristik, dan perawatan payudara. Hasil penelitian didapatkan Mayoritas (90%) usia WUS 20-35 tahun, pekerjaan IRT (91.7%), multipara(61.7%), Jenis persalinan normal (90%) dan riwayat menyusui adalah bukan pengalaman pertama (78.3%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan perawatan payudara (pijat $p= 0,467$; kompres hangat atau dingin $p= 0,601$) ibu pada masa post partum dengan menyusui Eksklusif, maka disimpulkan bahwa masalah menyusui tidak hanya dapat diatasi dengan perawatan payudara seperti pijat atau kompres namun, diperlukan kerjasama tenaga kesehatan dalam melakukan kontak kulit ke kulit dan IMD yang merupakan langkah awal dalam mempertahankan menyusui. Puskesmas diharapkan memberikan alternatif atau metode perawatan payudara lainnya serta edukasi minimal dua kali selama hamil kepada ibu sesuai peraturan pemerintah dan pendampingan ibu secara intens dalam melakukan edukasi perawatan payudara.

Kata Kunci: Kompres Hangat atau Dingin, Menyusui Eksklusif, Pijat Payudara

ABSTRACT

The WHO recommends that exclusive breastfeeding for six months must be carried out worldwide because it has benefits for both mother and baby, and is the baby's right to get breast milk. This study aims to determine whether there is a relationship between maternal breast care in the postpartum period and exclusive breastfeeding at the Ulu Moro'o Health Center, West Nias. This research is a quantitative study using an analytic design with a cross-sectional approach. The number of 60 respondents is based on the Slovin formula, with a total sampling in December 2021. Data collection uses a questionnaire about characteristics and breast care. The results showed that the majority (90%) were female reproductive age 20-35 years old, household work (91.7%), multiparous (61.7%), normal delivery (90%), and breastfeeding history was not the first experience (78.3%). The results of the chi-square test showed that there was no relationship between breast care (massage $p= 0.467$; warm or cold compresses $p= 0.601$) of mothers during the postpartum period with exclusive breastfeeding, so it was concluded that breastfeeding problems could not only be overcome by breast care such as massage or breastfeeding. However, it requires the cooperation of health workers in making skin-to-skin contact and IMD which is the first step in maintaining breastfeeding. The Puskesmas is expected to provide alternatives or other methods of breast care as well as education at least twice during pregnancy to mothers according to government regulations and intensive assistance to mothers in carrying out breast care education.

Keywords: *Breast Massage; Exclusive Breastfeeding; Warm or cold compress*

Alamat korespondensi: Jl. Salemba Raya No.41, Paseban, Kec. Senen, Jakarta Pusat 10440
Email: reginanovita04@gmail.com

PENDAHULUAN

Rekomendasi WHO pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan wajib dilakukan di seluruh dunia karena memiliki manfaat bagi ibu maupun bayi, dan merupakan hak bayi untuk mendapatkan ASI. Berbagai faktor pemicu dan pendorong dapat membuat ibu secara sengaja maupun tidak sengaja mengabaikan serta melewatkan pemberian ASI Eksklusif kepada bayinya. 194 Negara di dunia pada tahun 2018 hanya 31 negara yang memenuhi target global pemberian ASI yaitu sebesar 50% (Robinson et al., 2019).

Beberapa Provinsi di Indonesia masih belum memenuhi atau kurang dari target nasional yang di tentukan oleh Kemenkes yaitu sebesar 80% (Primadi, 2019) dalam (Profil kesehatan Indonesia, 2019), presentase terendah yaitu Provinsi Papua Barat (41.12%), dan terdapat empat Provinsi yang belum mencapai target Renstra tahun 2019 yaitu Gorontalo (49.29%), Maluku (43.35%), Papua (41.42%) dan Papua Barat (41.12%), di ikuti oleh Sumatera Utara (50.35%) yang mempunyai presentase nilai terendah ke lima. Selanjutnya di Provinsi Sumatera Utara sendiri, Kabupaten/kota terendah adalah Nias Barat (11.96%), diikuti Serdang Bedagai (16.20%) dan Nias (17.62%) pencapaian ini tergolong masih sangat jauh dari yang diharapkan oleh Renstra Dinas Kesehatan Provinsi SUMUT tahun 2019 yaitu sebesar 53% (Sumatera Utara, 2019) dalam (Provil kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2019).

Saat ini, lebih banyak ibu memilih menggunakan susu formula dan botol bayi yang dapat meninggalkan jejak ekologis dalam produksi serta konsumsinya. Pemakaian susu formula yang berkelanjutan dapat berdampak negatif terhadap bayi dalam penggunaannya, seperti meningkatkan risiko penyakit mulut, maloklusi, perubahan gigitan, kerusakan gigi, perubahan mikrobiota usus, perubahan oksigenasi dan termoregulasi (Brahm & Valdés, 2017). Berbagai penelitian telah dilakukan terkait beberapa faktor yang berhubungan dengan keberhasilan ibu menyusui eksklusif yaitu kondisi payudara seperti nyeri, bengkak, lecet padaputting dan kondisi kesehatan bayi dapat mengganggu keberlangsungan pemberian ASI Eksklusif.

Perawatan payudara seperti melakukan akupresur, pijat oksitosin, kompres hangat dandingin serta kegiatan memerah ASI dapat membantu proses pengeluaran ASI dan memberikan rasa nyaman kepada ibu sehingga ibu dapat menyusui eksklusif bayinya secara berkesinambungan serta dapat meningkatkan durasi menyusui (Parwati et al., 2017 dan Putu et al., 2019). Faktor lain yang mempengaruhi keberlangsungan menyusui eksklusif adalah umur, paritas, (Lumbantoruan, 2018), jenis persalinan (Rahmawati, 2019) dan riwayat menyusui.

Nias Barat sebagai kabupaten terendah cakupan ASI Eksklusif memiliki 8 Puskesmas dimana jumlah bayi yang mendapat ASI Eksklusif masih sedikit salah satunya Puskesmas Ulu Moro'o dengan jumlah bayi mendapat ASI Eksklusif hanya (57,78%). Pelaksanaan kegiatan edukasi tentang perawatan payudara di Puskesmas Ulu moro'o sudah ada, dan dilakukan oleh tenaga kesehatan namun, jadwal kegiatan masih kurang efektif serta kurangnya pendampingan secara intens. Berdasarkan wawancara tidak terstruktur kepada 10 ibu yang memiliki anak lebih dari 6 bulan dan kurang dari 2 tahun terdapat 8 ibu yang tidak menyusui eksklusif dengan alasan ASI keluar sedikit, bayi tidak mau menyusu, ibu tidak nafsu makan dan sering sakit-sakitan, ibu merasa bayi diberikan ASI saja tidak cukup dan payudara sakit.

Berdasarkan fenomena di atas maka, peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan Perawatan Payudara Ibu pada Masa Post partum dengan Menyusui Eksklusif di Puskesmas Ulu Moro’o, Kabupaten Nias Barat Tahun 2022”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain analitik untuk mengetahui bagaimana dan mengapa suatu fenomena terjadi melalui analisis sebab-akibat dan merupakan penelitian retrospektif yaitu pengamatan terhadap peristiwa yang telah terjadi dengan pendekatan studi *cross sectional* yang mempelajari korelasi antara variabel independen dan dependen. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 63 orang merupakan ibu post partum (dua jam setelah lahirnya plasenta) yang memiliki bayi usia lebih dari 6 bulan dan kurang dari 2 tahun di Puskesmas Ulu Moro’o, Nias Barat. Total jumlah sampel 60 responden dihitung menggunakan rumus *slovin*, dengan total *sampling* bulan Desember 2021. Analisa data yang digunakan menggunakan analisa Univariat terdiri dari dua variabel yaitu variabel independen: karakteristik (usia, paritas, pekerjaan, jenis persalinan, riwayat menyusui), perawatan payudara (pijat payudara, kompres hangat atau dingin) kemudian variabel dependen: pemberian ASI Eksklusif, dan analisis Bivariat untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner berisi beberapa pertanyaan tentang data diri responden, pekerjaan, jumlah anak, cara persalinan, riwayat menyusui, apakah ibu melakukan perawatan payudara serta jenis perawatan payudara apa yang dilakukan dan beberapa pertanyaan untuk mengetahui apakah ibu memberikan ASI Eksklusif atau tidak kepada bayinya.

Etika yang pertama dalam penelitian ini menggunakan *respect for person*, peneliti menghargai dan menghormati keputusan responden atau partisipan apakah dia bersedia untuk terlibat atau tidak. Kemudian etik *Benefience* dan *nonmaleficence benefience*, yaitu peneliti berupaya memberikan yang terbaik bagi partisipannya, sehingga penelitian dapat menghasilkan manfaat dan mengurangi kerugian atau resiko bagi subjek penelitian. Selanjutnya etik yang terakhir adalah *justice*, dimana peneliti memperlakukan seluruh responden dengan sama tanpa membedakan jenis kelamin, ras, agama, dan lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan (Usia, Paritas, Pekerjaan, Jenis Persalinan, Riwayat Menyusui)

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
WUS 20-35	54	90
Tidak WUS <20 dan >35	6	10
Total	60	100
Pekerjaan		
IRT	55	91.7
PNS	1	1.7
Pegawai Swasta	4	6.7
Total	60	100

Paritas		
Primipara	12	20.0
Multipara	37	61.7
Grandemultipara	11	18.3
Total	60	100
Jenis persalinan		
Normal	54	90
Caesar	6	10
Total	60	100
Riwayat Menyusui		
Pengalaman pertama	13	21.7
Bukan pengalaman pertama	47	78.3
Total	60	100

Sumber data: (2022)

Tabel 5.1 menunjukkan dominan responden adalah WUS dengan usia 20-35 tahun sebesar 90% sisanya adalah kurang dari 20 dan lebih dari 35 tahun. Penelitian Fatimah, (2017) menunjukkan bahwa dominan responden 35.8% adalah WUS dan menyusui eksklusif, hasil penelitian Koba et al. (2019) juga didapatkan bahwa mayoritas responden 77.9% merupakan WUS. Mayoritas pekerjaan responden adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 91.7% sisanya PNS 1.7% dan pegawai swasta 6.7%. Penelitian oleh Koba et al. (2019) menunjukkan bahwa dari 95 responden sebanyak 85 (89.5%) bekerja sebagai IRT, sisanya adalah buruh 3.2%, wiraswasta 4.2%, dan PNS 3.2%.

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah multipara sebanyak 61.7%. Penelitian oleh Wardani E.K, (2017) menunjukkan bahwa paritas responden terbanyak adalah multipara 60% dan sisanya 40% adalah primipara. Pasiak et al, (2019) juga menunjukkan bahwa dominan responden merupakan multipara sebanyak 66%. Sebanyak 54 dari 60 orang responden (90.0%) melakukan persalinan secara normal. Penelitian oleh Rahmawati (2019) menunjukkan bahwa mayoritas responden melahirkan secara spontan sebanyak 65% dan sisanya 35% adalah caesar dan bahwa mayoritas responden sebanyak 78.3% memberikan ASI kepada bayinya bukan pengalaman pertama. Pada penelitian Wardani E.K, (2017) mengatakan bahwa paritas dengan multipara mendominasi kelompok kontrol dengan 60%, hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam kelompok kontrol telah memiliki pengalaman menyusui.

2. Analisa Bivariat

Tabel 5.2 Hubungan Perawatan Payudara Ibu Pada Masa Post Partum dengan Menyusui Eksklusif di Puskesmas Ulu Moro'o, Nias Barat Tahun 2022

Perawatan Payudara	Menyusui Eksklusif				Total		P-Value
	Tidak		Ya		n	%	
	n	%	n	%			
Pijat							
Tidak	7	25,9	20	74.1	27	100	0,467
Ya	10	30,3	23	69,7	33	100	
Total	17	28,3	43	71,7	60	100	
Kompres							
Tidak	11	28,2	28	71,8	39	100	0,601
Ya	6	28,6	15	71,4	21	100	

Total	17	28,3	43	71,7	60	100
-------	----	------	----	------	----	-----

Sumber data: (2022)

Hasil uji analisa didapatkan *p-value* lebih dari 0,05 berarti H_0 diterima dimana tidak ada hubungan perawatan payudara (*p-value* pijat payudara 0.467 dan kompres 0.601) ibu pada masa post partum dengan menyusui eksklusif.

Hasil penelitian ini tentang perawatan payudara dengan pijat pada ibu post partum sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramezani et al (2018) yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan pijat payudara dengan menyusui eksklusif. Peneliti mengatakan bahwa masalah yang dihadapi ibu saat menyusui tidak dapat di atasi hanya dengan pijat saja, mengkombinasikan pijat dengan perawatan payudara lainnya dan menggali lebih jauh lagi faktor ibu tidak menyusui eksklusif mungkin lebih membantu.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan Witt et al (2016) dan Qi et al (2021) yang mengatakan bahwa pijat payudara sangat membantu mengatasi nyeri payudara yang sifatnya akut berhubungan dengan stasis ASI, dan membantu meredakan pembengkakan payudara pada ibu postpartum sehingga dapat mendorong ibu untuk terus memberikan ASI Eksklusif. Penelitian yang dilakukan oleh Solihati & Sari (2019) & Aslamiah (2021) mengatakan bahwa ada hubungan pijat payudara terhadap frekuensi menyusui serta peningkatan produksi ASI ibu post partum, dimana pijat membantu merelaksasi ketegangan serta mengurangi stress sehingga hormon oksitosin diproduksi kemudian membantupengeluaran ASI.

Hasil penelitian perawatan payudara tentang kompres hangat atau dingin bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani & Apriliyani, (2020) yang menyatakan bahwa bahwa ada pengaruh kompres payudara ibu post partum terhadap kecukupan ASI, dimana 90.9 % ibu yang mendapat kompres mengalami peningkatan produksi ASI. Penelitian oleh Khasanah et al (2021) & Sebayang W (2017) juga membuktikan bahwa perawatan payudara seperti kompres hangat yang dikombinasikan dengan pijat efektif untuk meningkatkan ejeksi ASI pada ibu post partum, terdapat peningkatan jumlah volume kolostrium ASI sesudah melakukan massage atau kompres pada payudara.

Masalah menyusui sering tidak dapat diatasi hanya dengan perawatan payudara seperti pijat atau kompres (Ramezani et al., 2018). Masalah lain yang sering ditemui ibu dalam menyusui yaitu seperti posisi dan perlekatan yang tidak benar. Penelitian oleh Thomas (2016), Elwelely & Mansour (2018) mengidentifikasi masalah ibu sehingga tidak melanjutkan pemberian ASI Eksklusif diantaranya adalah ASI tidak mencukupi, ibu yang kembali bekerja atau sekolah, kurangnya pengetahuan dan dukungan, terpapar stress pasca persalinan dan masalah utamanya yaitu perlekatan bayi yang buruk pada payudara, dimana posisi dan teknik menyusui yang tidak efektif berhubungan dengan durasi menyusui yang sebentar serta masalah menyusui dini.

Penelitian oleh Permatasari & Syafruddin (2016) juga mengatakan bahwa IMD berhubungan erat dengan pemberian ASI Eksklusif. Bayi yang mendapat IMD dalam waktu 1-2 jam setelah lahir berpeluang 2,34 kali lebih besar untuk diberikan ASI Eksklusif dibandingkan bayi yang tidak diberikan IMD. Penelitian Paramashanti et al (2016) menambahkan bahwa ibu yang memulai menyusui tepat waktu dalam satu jam pertama persalinan memiliki kemungkinan 3,66 lebih tinggi untuk menyusui eksklusif dari pada ibu yang tidak memulai menyusui sama sekali.

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka, asumsi peneliti tidak ada hubungan perawatan payudara dengan menyusui eksklusif ibu pada masa post partum di Wilayah Puskesmas Ulu Moro'o, Nias

Barat karena mayoritas responden pada penelitian ini adalah multipara (61.7%), dimana menyusui bukan merupakan pengalaman pertama (78.3%), karena berdasarkan teori di atas diketahui bahwa pengalaman menyusui sebelumnya dapat mempengaruhi ibu secara berbeda dalam memfasilitasi atau menghambat ibu untuk menyusui eksklusif. Pengalaman positif akan membentuk sikap ibu secara positif untuk melanjutkan pemberian ASI Eksklusif namun, mereka yang mengalami masalah atau hambatan pada pengalaman menyusui sebelumnya akan menganggap faktor-faktor ini sebagai alasan untuk berhenti menyusui atau tidak melanjutkan pemberian ASI Eksklusif kepada bayinya. Hal ini juga dapat dipengaruhi karena kurangnya dukungan keluarga kepada ibu post partum untuk menyusui eksklusif, pernyataan ini sejalan dalam penelitian Sulistianingsih (2020) yang mengatakan bahwa peran orangtua (ibu atau mertua) besar dalam mempengaruhi ibu untuk segera memberi makanan/minuman tambahan kepada bayi. Pelaksanaan IMD yang masih kurang yang dapat disebabkan karena beberapa faktor seperti pengeluaran kolostrum, dukungan keluarga, pengetahuan ibu terutama kurangnya dukungan tenaga kesehatan dalam memfasilitasi (Sulistianingsih, 2020), hal ini sejalan dengan penelitian Permatasari & Syafruddin (2016) yang menyatakan bahwa ibu di daerah perkotaan lebih cenderung melakukan IMD (sekitar 39,7% dalam 1-2 jam dan 52,9% <1jam) dibandingkan ibu perdesaan.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan perawatan payudara (*p-value* pijat payudara 0.467 dan kompres 0.601) ibu pada masa post partum dengan menyusui eksklusif di Puskesmas Ulu Moro'o, Nias Barat tahun 2022, disimpulkan bahwa masalah menyusui tidak hanya dapat diatasi dengan perawatan payudara seperti pijat atau kompres namun, diperlukan kerjasama tenaga kesehatan dalam melakukan kontak kulit ke kulit dan IMD yang merupakan langkah awal dalam mempertahankan menyusui.

SARAN

Puskesmas diharapkan memberikan alternatif atau metode perawatan payudara lainnya serta edukasi minimal dua kali selama hamil kepada ibu sesuai peraturan pemerintah dan pendampingan ibu secara intens dalam melakukan edukasi perawatan payudara.

DAFTAR PUSTAKA

- Aslamiah, S. (2021). Pengaruh Pemijatan Payudara Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jurnal Lmiah Ilmu Kesehatan*, 1(1), 74–84.
- Brahm, P., & Valdés, V. (2017). Benefits of breastfeeding and risks associated with not breastfeeding. *Benefits of Breastfeeding and Risks Associated with Not Breastfeeding*, 88(1), 15–21.
- Elwelely, M. Z., & Mansour, F. (2018). Problems Facing Newly Breast Feeding Mothers and the Plan of Nursing Action Nursing Action. *Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 7(1), 12–19. <https://doi.org/10.9790/1959-0701021219>
- Fatimah, S. (2017). Hubungan Karakteristik dan Pengetahuan Ibu dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Turi tahun 2017. *Hubungan Karakteristik Dan Pengetahuan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif*, 104.
- Fitriani, H., & Apriliyani, D. (2020). Kompres Hangat Payudara untuk Meningkatkan Kecukupan ASI Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah. *Kesehatan Kartika*, 15(023).
- Khasanah, A. U., Anggraeni, A. J., & Maharani, K. (2021). Efektivitas Pijat Payudara dan Kompres Air Hangat Terhadap Kecukupan ASI Bayi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 7(2), 7–13.
- Koba, E. R., Rompas, S. S., & Kallo, V. D. (2019). Hubungan Jenis Pekerjaan Ibu Dengan Pemberian Asi Pada Bayi Di Puskesmas Ranomuut Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22887>
- Lumbantoruan, M. (2018). Hubungan Karakteristik Ibu Menyusui dengan Pemberian Asi Eksklusif pada Bayi di Desa Bangun Rejo Dusun 1 Kecamatan Tanjung Morawa Tahun 2018. *Jurnal Maternal Dan Neonatal*, 3(1), 13–22.
- Paramashanti, B. A., Hadi, H., & Alit Gunawan, I. M. (2016). Timely initiation of breastfeeding is associated with the practice of exclusive breastfeeding in Indonesia. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 25(October), S52–S56.
- Parwati, D. M. W., Hartati, L. E., & Suheri, T. (2017). The Effect of Breast Acupressure and Oxylosins Massage to Improve the Breast Milk Production in Postpartum Mother. *Journal of Medical Science and Clinical Research*, 05(10), 28756–28760.
- Pasiak, S. M., Pinontoan, O., & Rompas, S. (2019). Status Paritas Dengan Teknik Menyusui Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Keperawatan*, 7(2).
- Permatasari, T. A. E., & Syafruddin, A. (2016). Early initiation of breastfeeding related to exclusive breastfeeding and breastfeeding duration in rural and urban areas in Subang, West Java, Indonesia. *Journal of Health Research*, 30(5), 337–345. <https://doi.org/10.14456/jhr.2016.46>
- Primadi, O. (2019). Health Statistics (Health Information System). In *KEMENKES RI*. https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5
- Putu, P., Purnamayanti, I., Ririn, M., & Wulandari, S. (2019). Coping Strategy of Pain on Breast Engorgement in Postpartum Mother. *CARING, Volume 3 Nomor 2, Desember 2019*, 3, 60–63.
- Qi, M., Leow, H., Kai, P., & Tay, C. (2021). *The physiological effects of massage before breast pumping on blood ow, temperature , and tension – A pilot study*. 1–12.
- Rahmawati, T. (2019). Hubungan Jenis Persalinan Dan Dukungan Keluarga Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Rsu Sundari Medan Tahun 2019. *Institut Kesehatan Helvetia*, 1–120. <http://repository.helvetia.ac.id/id/eprint/2408>
- Ramezani, S., Bolbolhaghghi, N., Kolahdozan, S., & Khosravi, A. (2018). The Effect of Breast Massage Training to Mothers on the Exclusive Breastfeeding Rate and Its Problems in Mothers during the Neonatal Period. *Internasional Journal of Health Studies*, 4(1), 15–18. <https://doi.org/10.22100/ijhs.v4i1.343>
- Robinson, H., Buccini, G., Curry, L., & Perez-Escamilla, R. (2019). The World Health Organization Code and exclusive breastfeeding in China, India, and Vietnam. *Maternal and Child Nutrition*, 15(1).
- Sebayang W. (2017). Manfaat Massase Tengokuk dan Kompres Hangat Payudara Terhadap Pengeluaran Kolostrum ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Rosni Alizar MedanTahun

2017. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 3(2), 267–270.
- Solihati, & Sari, I. N. (2019). Hubungan Massage Payudara terhadap Frekuensi Menyusui Ibu Postpartum di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang 2019. *Journal Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Klaten*, 14(02), 127–130.
- Sulistianingsih, A. (2020). Faktor - Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(1), 33–40.
- Sumatera Utara, D. K. (2019). Provil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. *Jurnal Ilmiah Smart*, III(2), 68–80.
- Thomas, J. (2016). Barriers to exclusive breastfeeding among mothers during the first four weeks postpartum. *Walden Dissertation and Doctoral Studies*, 4(5), 1–108.
- Wardani E.K, H. U. R. & A. R. (2017). Relationship Between Sociodemographic Factors and Mother's Participation in Breast Feeding Support Group with Exclusive Breastfeeding Success in Banyuwangi. *Journal of Maternal and Child Health*, 2(4), 335–344.
- Witt, A. M., Bolman, M., Kredit, S., & Vanic, A. (2016). Therapeutic Breast Massage in Lactation for the Management of Engorgement, Plugged Ducts, and Mastitis. *Journal of Human Lactation*, 32(1), 123–131.