

# Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Puting Susu Terbenam Grade II Di PMB Nislawaty Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2024

Midwifery Care for Postpartum Mothers with Grade II Immersed Nipples at PMB Nislawaty Bangkinang Kota Health Center Work Area in 2024

Dea Anggelita<sup>1\*</sup>, Dhini Anggraini Dhillon<sup>2</sup>, Duma Sari Lubis<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Diploma DIII Kebidanan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

## ABSTRACT

*Immersed nipples are nipples that cannot protrude and are pulled inward, which results in the milk not coming out smoothly due to shorter inward milk ducts (tied nipples), lack of early breast care, and the mother's lack of knowledge regarding breast care. Inverted nipples are divided into 3 grades. The care provided is in accordance with the grade of nipple immersion. The aim of the research is to provide midwifery care to postpartum mothers with grade II inverted nipples at the Nislawaty Independent Midwife Practice (PMB) in the Bangkinang City Community Health Center Work Area on 08-14 May 2024. The results of the case study research found that Mrs. C experienced inverted nipples grade II. Care was carried out seven times at home during 1 week. Midwifery care is provided in the form of counseling to mothers regarding inverted nipples, teaching mothers how to deal with inverted nipples using a syringe and the Hoffman technique, as well as teaching mothers breast care techniques. Based on the postpartum care provided to Mrs. C aged 25 years P1A0 found that the inverted nipples were starting to stand out. The conclusion is that the care provided was carried out well and produced positive results. It is hoped that this research can serve as a reference, add to discourse, and develop knowledge regarding midwifery care for postpartum mothers with grade II inverted nipples.*

## ABSTRAK

Puting susu terbenam merupakan puting susu yang tidak dapat menonjol dan tertarik kedalam yang mengakibatkan ASI yang keluar tidak lancar disebabkan saluran susu lebih pendek kedalam (tied nipples), kurangnya perawatan payudara sejak dini, serta kurangnya pengetahuan ibu mengenai perawatan payudara. Pada puting susu terbenam terbagi menjadi 3 grade. Asuhan yang diberikan sesuai dengan grade terbenamnya puting. Tujuan penelitian adalah untuk memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan puting susu terbenam grade II di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Nislawaty Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota pada tanggal 08-14 Mei tahun 2024. Hasil penelitian studi kasus didapati Ny.C mengalami puting susu terbenam grade II. Asuhan dilakukan tujuh kali kunjungan rumah selama 1 minggu. Asuhan kebidanan yang diberikan berupa konseling kepada ibu mengenai puting susu terbenam, mengajarkan ibu cara mengatasi puting susu terbenam dengan menggunakan spuit dan teknik Hoffman, serta mengajarkan ibu teknik perawatan payudara. Berdasarkan asuhan nifas yang dilakukan pada Ny. C umur 25 tahun P1A0 diperoleh bahwa kondisi puting yang terbenam mulai menonjol. Kesimpulannya bahwa asuhan yang diberikan terlaksana dengan baik dan membuahkan hasil yang positif. Diharapkan penelitian ini, dapat menjadi sebagai referensi, menambah wacana, dan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan puting susu terbenam grade II.

**Keywords :** Midwifery Care, Immersed Nipple, Syringe technique

**Kata Kunci :** Asuhan Kebidanan, Puting Susu Terbenam, Teknik spuit

**Correspondence :** Dea Anggelita

Email : [deaangel38@gmail.com](mailto:deaangel38@gmail.com)

• Received 05 Oktober 2024 • Accepted 20 Oktober 2024 • Published 31 Oktober 2024

## PENDAHULUAN

Masa nifas (puerperium) adalah periode setelah plasenta lahir hingga 6 minggu atau 42 hari berikutnya disertai pemulihan bagian-bagian organ yang berhubungan dengan rahim kembali seperti keadaan sebelum hamil (Desti & Megasari, 2022). Pada masa ini, ibu yang baru melahirkan akan mengalami adaptasi baik fisik maupun psikologis. Oleh karena itu, ibu yang baru melahirkan membutuhkan mekanisme penanggulangan untuk mengatasi perubahan fisik dan psikologis yang disebabkan oleh proses kehamilan, persalinan, dan nifas (Febriati et al., 2023).

Perubahan-perubahan penting yang terjadi pada tubuh ibu salah satunya timbul masa laktasi. Masa laktasi merupakan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai bayi menghisap dan menelan ASI. Pada masa ini masih banyak terjadi kendala dalam masa laktasi. Terkendalanya pemberian ASI disebabkan oleh beberapa hal seperti ibu yang menyusui dengan kendala puting susu terbenam, puting susu yang retak, pembekakan payudara akibat mastitis, ASI yang tidak keluar, dan posisi menyusui yang salah. Apabila ASI tidak mengalir dengan lancar dapat menyebabkan bayi tidak mendapatkan ASI dengan jumlah yang cukup sehingga dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangannya sejak dini (Alifah, 2023).

Bayi menerima ASI sebagai bahan makanan alami pertama yang memberikan banyak manfaat. ASI yang diberikan sejak dini sampai usia 6 bulan (ASI eksklusif) akan memberikan manfaat bagi ibu ataupun bayinya. Manfaat bagi ibu yang sedang menyusui akan mengurangi angka kesakitan dan kematian karena dapat merangsang kontraksi rahim dan mengurangi perdarahan yang terjadi setelah melahirkan (nifas). Manfaat bagi bayinya berlaku untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan, sebab ASI yang kaya akan nutrisi serta antibodi akan berkontribusi terhadap kesehatan dan kelangsungan hidup bayinya (Wulandari, 2023).

Masih banyaknya ibu nifas yang tidak menyusui bayinya dikarenakan mengalami masalah saat masa laktasi salah satunya puting susu terbenam. Puting susu terbenam merupakan kondisi puting susu yang tertarik kedalam dan tidak menonjol akan mengakibatkan ASI tidak keluar dengan lancar sehingga memicu peradangan yang mengakibatkan terjadinya mastitis. Kondisi puting ini terjadi dikarenakan kurangnya perawatan payudara sejak dini yang bisa dilakukan pada trimester 3 kehamilan (Alifah, 2023).

Menurut data United Nations International Children's Education Found (UNICEF) terdapat sebanyak 17.230.142 juta ibu yang mengalami masalah menyusui di dunia, yang mencakup dari 56,4% puting lecet, 21,12% payudara yang membesar, 15% payudara tersumbat seperti puting susu terbenam dan 7,5% mastitis. Berdasarkan, data keterangan dari World Health Association (WHO) ditahun 2020, mengungkapkan bahwa terdapat 1-1,5 juta bayi baru lahir meninggal dikarenakan tidak memperoleh ASI yang cukup. Disamping itu, sasaran pemberian ASI secara global belum terpenuhi (Amaliah, 2023).

Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) yang dilakukan pada tahun 2022, menemukan bahwa 17,3% ibu yang menyusui, sedangkan 20,7% tidak menyusui dan 62% berhenti menyusui. Hasil menunjukkan bahwa, ibu nifas paling sering berhenti menyusui sebelum selesainya masa nifas dengan bukti 79,3%. Menurut Dinas Kesehatan Republik Indonesia (2021) mengatakan tingkat pemberian ASI disebagian besar wilayah kurang dari standar. Ibu yang menyusui dengan cara yang salah dan kondisi payudara yang tidak mendukung dapat menyebabkan efek buruk apabila ibu tidak segera menanganinya (Amaliah, 2023).

Menurut keterangan dari kabupaten/kota di Provinsi Riau tahun 2021, laporan pengawasan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 6 bulan yaitu menurun sebanyak 39,5 % dibandingkan dengan laporan tahun 2020 yaitu 43,5%, dikarenakan banyaknya permasalahan yang terjadi pada masa laktasi yang dialami ibu (Dinkes Prov, 2022). Menurut data dari Dinas kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2023, jumlah ibu nifas terdapat 18,527 orang (Dinkes Kab Kampar, 2023).

Berdasarkan survey yang dilakukan terkait dengan kasus ibu nifas dengan puting susu terbenam pada 3 tempat PMB yaitu PMB Nislawaty terdapat 4 kasus dari 48 ibu nifas pada tahun 2023 dan didapati 1 kasus dari 18 ibu nifas pada tahun 2024, PMB Husnel Hayati terdapat 5 kasus dari 52 ibu nifas pada tahun 2023

dan 2 kasus dari 25 ibu nifas pada tahun 2024, sedangkan PMB Nurwati terdapat 2 kasus dari 132 ibu nifas pada tahun 2023 dan pada tahun 2024 belum didapati kasus tersebut.

Pada penelitian ini, asuhan yang diberikan harus sesuai dengan grade atau tingkat dari puting susu terbenam. Pentingnya pemberian asuhan sesuai grade untuk memastikan tidak adanya kesalahan dalam pemberian asuhan. Adapun asuhan yang akan diberikan pada ibu nifas yang mengalami puting susu terbenam dimulai dari memberikan konseling kepada ibu mengenai puting susu terbenam, mengajarkan ibu cara mengatasi puting susu terbenam dengan menggunakan spuit dan teknik Hoffman serta mengajarkan ibu teknik perawatan payudara (Arsyad, 2022).

Berdasarkan yang telah diuraikan di atas, masih rendahnya keberhasilan dalam pemberian ASI pada bayi yang terhambat oleh beberapa masalah atau kendala, salah satunya adalah karena puting susu yang terbenam sehingga mempersulit dalam pemberian ASI. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan asuhan tentang “Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Puting Susu Terbenam Grade II di PMB Nislawaty Wilayah Kerja Bangkinang Kota Tahun 2024”.

## METODE

Penelitian ini berbentuk studi kasus dengan metode deskriptif observasional yang dilakukan di PMB Nislawaty, SST, M.Kes Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota pada tanggal 08-14 Mei 2024. Subjek penelitian ini adalah ibu nifas hari ke-14 dengan puting susu terbenam. Teknik pelaksanaan studi kasus terdiri dari wawancara, pemeriksaan fisik, dan observasi.

## HASIL

Pada penelitian ini pengkajian data dan pengumpulan data dasar yang merupakan tahap awal dari manajemen kebidanan dilakukan menggunakan SOAP dengan pola pikir Varney yaitu pengkajian data subjektif, pengkajian data objektif, assessment kemudian penatalaksanaan sesuai dengan yang dilakukan pada pasien ibu nifas dengan puting susu terbenam sehingga asuhan kebidanan yang diberikan dapat memberikan perubahan. Setelah itu dilakukan evaluasi untuk melihat hasil serta respon dari ibu setelah menerima asuhan kebidanan yang diberikan.

Pada manajemen asuhan kebidanan yang dilakukan terhadap Ny. C umur 25 tahun P1A0H1 dengan puting susu terbenam grade II di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Nislawaty wilayah kerja Puskesmas Bangkinang Kota yang dilakukan selama 7 kali kunjungan dalam 1 minggu. Pada asuhan kebidanan yang telah dilakukan Ny. C mengalami perubahan yang baik dari hari ke hari. Pada kunjungan pertama kondisi puting susu ibu terbenam serta merasa cemas saat memberikan ASI dikarenakan bayinya menjadi sulit untuk menyusui, kunjungan kedua puting payudara masih terbenam dan bayi mulai aktif untuk menyusui, kunjungan ketiga dan keempat puting payudara muncul dan terbenam kembali, kunjungan kelima dan keenam pada puting payudara mulai muncul sebelah kiri sedikit dan kondisi puting sebelah kanan muncul lalu masuk kembali kedalam, dan kunjungan ketujuh puting payudara sudah muncul serta bayinya sudah bisa menyusui dengan lancar. Dengan demikian asuhan yang telah diberikan pada pasien terlaksana dengan baik.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil laporan SOAP diatas, peneliti akan membahas mengenai manajemen asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan puting susu terbenam grade II di PMB Nislawaty Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2024. Asuhan ini dilakukan selama 7 kali kunjungan dalam 1 minggu. Evaluasi dilakukan setiap selesai asuhan diberikan untuk melihat kemajuan asuhan yang telah dilakukan. Adapun tujuan dari pembahasan ini untuk mengetahui kondisi pasien dilapangan sehingga peneliti dapat memberikan asuhan sesuai dengan teori yang terdahulu.

Hasil pengkajian yang dilakukan dengan wawancara dan observasi pada hari pertama tanggal 08 Mei 2024 pukul 09.00 WIB, diperoleh data subjektif Ny. C yang mengeluhkan bahwa kondisi puting susu terbenam sehingga ibu sulit untuk menyusui bayinya. Diperoleh data objektif TB: 167 cm, BB: 60 kg, TD: 115/60 mmHg, pernafasan: 20 kali/menit, nadi: 76 kali/menit, temperatur: 36,5°C, dan TFU: tidak teraba serta didapati ibu mengalami puting susu terbenam grade II.

Menurut penelitian atau teori keluhan mengenai puting susu terbenam dikarenakan adanya faktor perlengketan yang menyebabkan saluran susu lebih pendek dari biasanya, kurangnya perawatan payudara sejak dini, penyusuan tertunda, kongenital, penyusuan jarang dalam waktu singkat, pemberian minum selain ASI, dan ibu terlalu lelah atau tidak mau menyusui (Ardianti, 2020).

Faktor penyebab puting terbenam yang terjadi pada Ny. C karena kurangnya perawatan payudara sejak dini. Asuhan yang dapat diberikan pada Ny. C dengan kondisi puting susu terbenam grade II, berupa Memberitahu ibu hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, memberikan konseling mengenai puting susu terbenam, melakukan observasi tinggi fundus uteri, kontraksi uterus, dan pengeluaran lochea, mengajarkan ibu cara mengatasi puting susu terbenam dengan menggunakan spuit dan teknik hoffman, mengajarkan ibu teknik perawatan payudara, menganjurkan ibu makan makanan yang bergizi seperti daun katuk, bayam dan sayuran lainnya untuk menunjang produksi ASI, memberikan ibu susu prenatal lactamom untuk meningkatkan produksi ASI, menganjurkan ibu istirahat yang cukup, menganjurkan ibu untuk menjaga personal hygiene pada area payudara, mengajarkan ibu teknik menyusui yang benar dan on demand.

Berdasarkan penelitian dari (Zainiyah et al., 2019) dengan judul keberhasilan puting susu menonjol dengan menggunakan metode modifikasi spuit injeksi pada ibu postpartum tahun 2019 mengungkapkan bahwa setelah dilakukan asuhan penanganan puting susu terbenam dengan menggunakan spuit lebih efektif. Oleh karena itu, hal ini dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam merawat payudara mereka dengan baik dan benar, terutama bagi ibu yang mengalami masalah puting susu terbenam akan membantu mereka mengatasi masalah menyusui yang disebabkan oleh kelainan bentuk puting tersebut. Proses menyusui dapat berjalan dengan lancar sehingga derajat kesehatan ibu dan bayi meningkat.

Menurut penelitan (Alifah et al., 2023) yang berjudul Puting susu tenggelam: sebuah laporan kasus asuhan nifas tahun 2023 mengungkapkan bahwa salah satu penanganan yang dapat dilakukan pada puting susu terbenam dengan melakukan teknik hoffman. Teknik hoffman ini, dilakukan beberapa kali sehari atau lima kali terutama sebelum menyusui. Pada saat menyusui ibu diajarkan Teknik menyusui yang benar dan on demand.

Pada kunjungan pertama tanggal 08 Mei 2024 pukul 09.00 WIB, Ny. C mengatakan puting payudara masih terbenam dan ibu cemas bayinya kesulitan dalam menyusui karena kondisi puting. Setelah dilakukan pemeriksaan ibu tampak cemas, tampak puting masih terbenam, TFU tidak teraba. Berdasarkan (Kebidanan, 2018), Puting payudara grade II masih bisa ditarik keluar tetapi tidak semudah grade 1, setelah tarikan dilepas, puting akan masuk kembali. Namun, tidak menghambat pemberian ASI kepada bayi jika ditangani dengan baik. Penanganan yang dilakukan dengan menggunakan Teknik hoffman dan trik menggunakan spuit setiap kali kunjungan asuhan.

Pada kunjungan kedua hari ke-15, ibu masih mengeluhkan bahwa puting susu terbenam. Didapati hasil pemeriksaan tampak puting terbenam pada kedua payudara, tanda-tanda vital tekanan darah 115/65 mmHg, nadi 79 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36,5 °C.

Pada kunjungan ketiga nifas hari ke-16, ibu mengatakan bahwa puting susu muncul dan terbenam kembali. Didapati hasil pemeriksaan tampak puting muncul dan terbenam kembali, tanda-tanda vital tekanan darah 110/65 mmHg, nadi 79 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36,5 °C.

Pada hari berikutnya yakni kunjungan keempat ibu nifas hari ke-17, ibu mengatakan bahwa bahwa puting susu muncul dan terbenam kembali. Didapati hasil pemeriksaan tampak mulai muncul, tanda-tanda vital tekanan darah 110/65 mmHg, nadi 76 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36,5 °C. Ibu tampak bahagia. Pada kunjungan hari kelima ibu nifas hari ke-18, ibu mengatakan puting payudara mulai muncul

sebelah kiri walaupun sebelah kanan muncul tidak bertahan lama. Didapati hasil pemeriksaan tampak muncul puting sedikit sebelah kiri, tanda-tanda vital tekanan darah 115/65 mmHg, nadi 79 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36,5 °C.

Pada kunjungan hari keenam ibu nifas hari ke-19, ibu mengatakan kondisi puting sama dengan hari sebelumnya. Didapati hasil pemeriksaan puting payudara mulai muncul dan bayinya menyusui dengan lancar, tanda-tanda vital tekanan darah 115/60 mmHg, nadi 78 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36,5 °C. Pada kunjungan ketujuh ibu nifas hari ke-20 puting payudara sebelah kiri muncul lebih bertahan lebih lama dibandingkan sebelah kanan. Didapati hasil pemeriksaan ibu tampak senang dengan bayi sudah aktif menyusui dan puting payudara muncul, tanda-tanda vital tekanan darah 120/70 mmHg, nadi 80 x/menit, pernafasan 20 x/menit, suhu 36,5 °C. Asuhan yang dilakukan ibu sudah bisa menerapkannya sendiri dirumah

Evaluasi dilakukan disetiap kunjungan asuhan pada ibu. Menurut hasil evaluasi yang didapatkan bahwa Setiap kunjungan selalu mengalami kemajuan meskipun kunjungan yang pertama sampai kunjungan keempat belum mengalami perubahan yang signifikan. Pada kunjungan kelima hingga keenam menunjukkan perubahan yakni puting payudara sudah mulai muncul, dan pada hari ketujuh puting payudara sudah muncul.

Menurut uraian yang telah dijelaskan diatas, didapatkan persamaan antara teori dengan gejala yang timbul pada ibu nifas dengan kondisi puting susu terbenam. Sehingga peneliti tidak mengalami hambatan dikarenakan baik ibu maupun keluarga selalu terbuka untuk memberikan informasi yang tepat saat proses pengumpulan data. Hal Ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara teori dan kasus. Studi kasus yang dilakukan atau dilaksanakan pada hari sabtu tanggal 08-14 Mei 2024 di PMB Nislawaty ini sesuai dengan penelitian yang ada kepada ibu nifas dengan puting susu terbenam.

## SIMPULAN

Kesimpulannya adalah Ny. C usia 25 tahun P1A0 yakni, pada kunjungan yang pertama sampai kunjungan keempat bisa dikatakan belum mengalami perubahan yang signifikan setelah dilakukan asuhan. Pada kunjungan kelima hingga keenam terlihat ada perubahan puting payudara sudah mulai muncul. Pada hari ketujuh puting payudara muncul dan bayi juga aktif menyusui. Dengan demikian asuhan kebidanan yang diberikan pada ibu dengan puting susu terbenam grade II tersebut terlaksana dengan baik.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam penelitian ini.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada dosen pembimbing yang telah membantu dan mengarahkan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dan dipublikasikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. (2022). Teknik Menyusui yang Benar. [Online]. Tersedia dalam: [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1321/teknik-menyusui-yang-benar](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1321/teknik-menyusui-yang-benar). [diakses 02 maret 2024]
- Alifah, A. N, et al. (2023). Puting Susu Tenggelam : Sebuah Laporan Kasus Asuhan Nifas. Jurnal Kesehatan Siliwangi, 3(3), 688–693.
- Amaliah, A. R., Suarni, & Sriwulan Ndari. (2023). Effects Of Breastfeeding Techniques On Sore Nipples In Postpartum Mothers At Siti Fatimah Hospital Makassar. Jurnal Life Birth, 7(1), 61–69.
- Ardianti, A. (2020). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dengan Puting Susu Terbenam Terhadap Ny. a Di Bpm Windra Sandra, S. St Desa Tanjung Jaya Kecamatan Bangunrejo Kabupaten Lampung Tengah.

- Arsyad, W. A., Sharief, S. A., & Istiqamah, E. (2022). Asuhan Kebidanan Nifas pada Ny. H dengan Puting Susu Tenggelam Grade I. *Window of Midwifery Journal*, 03(01), 12–20.
- Asnawati, R., Lestari, W., & Hasanah, O. (2022). Hubungan Masalah Menyusui Dengan Pemberian Asi. *JOM FKp*, 9(1), 122–129.
- Desti, J., & Megasari, M. (2022). Jurnal Kebidanan Terkini ( Current Midwifery Journal ) DI Klinik Pratama Pramuka Tahun 2022. 2, 92–99.
- Dinkes Kab Kampar. (2023). Data Ibu Nifas di Kabupaten Kampar Tahun 2023.
- Dinkes Prov, Riau. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Riau 2022. Dinkes Profinsi Riau, 12–26.
- Elza Fitri. (2023). Pemberian Konseling Pada Ibu Nifas Hari Ke 29-42 Menggunakan Abpk Di Pmb Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 2, 1–6.
- Fatmawati, R., & Hidayah, N. (2019). Gambaran Pola Tidur Ibu Nifas. *Gambaran Pola Tidur Ibu Nifas*, 9(2), 45–46.
- Febriati, L. D., Zakiyah, Z., & Ratnaningsih, E. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada Ibu Nifas. 14(2), 48–54
- Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Ulya, Y. (2021). Daun Katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr) Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 11(1), 34–41.
- Hasnidar, SST, M.Kes; Arfah Nur, S.Kep, N. (2015). Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Metode Kanguru Yang Memiliki Bayi Berat Lahir Rendah Di Rskd Ibu Dan Anak Siti Fatimah Makassar. *Jurnalsuara Kesehatan*, Ke I, 42–47.
- Heryanto, M. L., Herwandar, F. R., & Yanti Rohidin, A. T. (2021). Peran Orang Tua Dengan Asupan Gizi Ibu Nifas. *Journal of Nursing Practice and Education*, 1(2), 98–110. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v1i2.277>
- Julu, K. (2019). Hubungan Kondisi Fisik Payudara Ibu Dengan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Bayi Usia 3 Bulan. *Jurnal Ilmiah Obstetri Gynekologi Dan Ilmu Kesehatan*, 7(2), 1–9.
- Kebidanan, A., Pada, N., & Umur, N. Y. M. (2018). Sandeseaatnislhtebe Sandese aatnish.
- Kemenkes RI. (2021). Cakupan Pemberian ASI Eksklusif. Kemenkes RI. (2021). Cakupan Pemberian ASI Eksklusif. <https://databoks.katadata.co.id /datapublish/2022/01/25/cakupan-pemberian-asi-eksklusif-di-20-provinsi-ini-masih-di-bawah nasional>.
- Krisna Hasnamuntaz, S., Hidayanti, D., Widayani, W., & Sofiyanti, S. (2021). Perawatan Payudara Dalam Kehamilan Dan Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(2), 708–715.
- Nanda, P. (2019). Konsep Dasar Kunjungan Masa Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2022. *Respiratory Poltekkes Denpasar*, 2013, 9–25.
- Rani, P., et al (2020). Gambaran Pengetahuan Ibu nifas Tentang Metode. *Range Management and Agroforestry*, 4(1), 1–15.
- Siloam. (2024). Mengenal Inverted Nipple, Penyebab, dan Cara Mengatasinya. Siloam. <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-inverted-nipple>.
- Sitorus, R. S., Sari, A. P., & Meilyn., P. (2021). Perawatan Paliatif Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Di Desa Paluh Sibaji. *Jurnal Mitra Keperawatan Dan Kebidanan Prima*, 3(2), 61–65.
- Subekti, R. (2019). Teknik Menyusui yang Benar di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 6(1), 45–49.

- Sumaifa. (2023). Analisis Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Posisi Menyusui Yang Benar Di Puskesmas Pattallssang. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(3).
- Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI). (2022). Prevalensi Angka Ibu Menyusui di Indonesia.
- Sutanto, A.V. 2021. Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Syandi, I. N. (2017). Efektivitas Metode Reserve. 13–15, 18.
- Vina, S. A. (2019). Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Pustaka Baru Press.
- Wahyuningsih, D. S. (2024). Pengaruh Intervensi Nipple Pump Digital Memanfaatkan IoT (Internet Of Things) Terhadap Perubahan Panjang Nipple Ibu Dengan Nipple Inverted [Poltekkes Kemenkes Semarang].
- Wijayanti, A. R., & Komariyah, S. (2019). Pengetahuan Persiapan Laktasi bagi Primigravida di Wilayah Puskesmas Tiron Kecamatan Banyakan Kabupaten Kediri. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 131–139.
- Wulandari, R. C., Pujiati, P., & Ginting, A. S. B. (2023). Perbandingan Pijit Oksitoksin Dan Pijit Marmet Payudara Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Primipara Tahun 2022. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(7), 2721–2731.
- Zainiyah, H., Wahyuningtyas, D., & Astriani, R. (2019). Keberhasilan Puting Susu Menonjol Dengan Menggunakan Metode Modifikasi S spuit Injeksi pada Ibu Post Partum. *Psnkh*, 05(1), 135–145.