

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA E-BOOK TERHADAP PENGETAHUAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU NIFAS DI PMB W TAHUN 2022

Aninditya Aziz¹

Politeknik Tiara Bunda

ABSTRACT

Background: *Mother's milk is useful as nutritional intake and also maintains the baby's body resistance. The problem that occurs is the irregularity of breast milk production in postpartum mothers.*

Purposed: *To determine the effect of consuming green beans on increasing breast milk production in postpartum mothers in PMB D, Bandung Regency in 2024.*

Methods: *The research design uses a quasi experiment with a pretest posttest approach with control group design. A population of 30 people using a purposive sampling technique resulted in a sample of 15 people in the experimental group and 15 people in the control group. The research instrument used an observation sheet for breast milk expenditure. Data analysis was univariate with frequency distribution and bivariate using the Mann Whitney test.*

Results: *Most breast milk production in postpartum mothers before consuming green beans was low (86.75%) and after consuming green beans most breast milk was abundant (73.3%). Breast milk production among postpartum mothers who did not consume green beans before the intervention was mostly insufficient breast milk (80%) and after the intervention most breast milk was sufficient (53.3%). There is a difference in breast milk production between postpartum mothers who consume green beans and those who do not consume green beans in PMB D (p-value $0.000 < 0.05$).*

Conclusion: *Consuming green beans can increase breast milk production in postpartum mothers.*

Keywords: *Green Beans, Breast Milk Production, Postpartum Mothers.*

Pendahuluan

Ruang lingkup pelaksanaan manajemen laktasi dimulai dari masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi. Laktasi adalah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif memiliki pertumbuhan perinatal yang baik dan mengurangi obesitas. Menyusui bayi secara on demand dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin di dalam tubuh ibu postpartum serta menghindari risiko terjadinya pembengkakan atau bendungan/penyumbatan pada saluran puting susu saat masa laktasi. (Sholichah N,2018)

Pemberian ASI memiliki banyak manfaat bagi ibu dan bayi. Beberapa manfaat ASI bagi bayi yaitu sebagai perlindungan terhadap infeksi gastrointestinal, menurunkan risiko kematian bayi akibat diare dan infeksi, sumber energi dan nutrisi bagi anak usia 6 sampai 23 bulan, serta mengurangi angka kematian di kalangan anak-anak yang kekurangan gizi. Sedangkan manfaat pemberian ASI bagi ibu yaitu mengurangi risiko kanker ovarium dan payudara, membantu kelancaran produksi ASI, sebagai metode alami pencegahan kehamilan dalam enam bulan pertama setelah kelahiran, dan membantu mengurangi berat badan lebih dengan cepat setelah kehamilan. (Nuha Medika; 2019).

Indikator kesejahteraan suatu negara salah satunya dilihat dari Angka Kematian Bayi (AKB). Target pada tahun 2030 yaitu mengakhiri kematian bayi baru lahir dan balita yang dapat dicegah, dengan seluruh negara berusaha menurunkan Angka Kematian Neonatal setidaknya hingga 12 per 1000 KH (Kelahiran Hidup) dan Angka Kematian Balita 25 per 1000 KH (SDGs, tujuan-3). *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations of Children's Fund* (UNICEF) dalam strategi global pemberian makanan pada bayi dan anak menyatakan bahwa pencegahan kematian bayi adalah dengan pemberian makanan yang tepat yaitu pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan kehidupan dan pengenalan makanan pendamping ASI (MPASI) yang aman dan bergizi pada usia 6 bulan bersamaan dengan pemberian ASI lanjutan hingga usia 2 tahun atau lebih (WHO, 2020).

ASI merupakan nutrisi ideal untuk bayi yang mengandung zat gizi paling sesuai dengan kebutuhan bayi dan mengandung seperangkat

zat perlindungan untuk memerangi penyakit. Dua tahun pertama kehidupan seorang anak sangat penting, karena nutrisi yang optimal selama periode ini menurunkan morbiditas dan mortalitas, mengurangi risiko penyakit kronis, dan mendorong perkembangan yang lebih baik secara keseluruhan. Oleh karena itu, pemberian ASI yang optimal yaitu saat anak berusia 0-23 bulan sangat penting karena dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak di bawah usia 5 tahun setiap tahun (WHO, 2020)

Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2016 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 38 persen. Di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) menyusui anak mereka dalam kehidupan mereka, hanya 42% dari bayi yang berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif. Pada saat anak-anak mendekati ulang tahunnya yang ke dua, hanya 55% yang masih diberi ASI. (WHO, 2020)

Pemerintah telah menetapkan kebijakan nasional terkait program pemberian ASI eksklusif yang dituangkan dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor: 33 Tahun 2012 .Target Rencana Strategis (Renstra) 2015- 2019 adalah cakupan ASI eksklusif sebesar 50 persen pada tahun 2019 (Kemenkes RI, 2015)

Menurut Ditjen Kesehatan Masyarakat (Kemenkes RI, 2017), pada provinsi Jawa Barat cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0-6 bulan berada pada 3 terendah yaitu 35,3%. Menurut Bidang Pelayanan Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2018, cakupan jumlah bayi yang diberi ASI eksklusif dengan jumlah bayi 948.029 hanya 296.240 (31,2%) bayi yang diberikan ASI eksklusif. Untuk Kabupaten Bogor hanya 61,147 (54,0%) dan tertinggi pada Kabupaten Sukabumi 43,975 (85,5%) bayi yang diberikan ASI eksklusif (Dinkes Provinsi Jawa Barat, 2018).

Dalam mendukung pemenuhan ASI bagi bayi harusnya sesuai dengan yang diharapkan, maka kualitas menyusui merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan oleh ibu sehingga produksi ASI bisa baik. Guna menjamin pemenuhan ASI bagi bayi secara optimal, maka faktor yang sangat menentukan dalam pemberian ASI salah satunya ialah perawatan payudara sejak kehamilan dan setelah melahirkan. (Sinjai R,2018)

Gerakan pada perawatan payudara bermanfaat melancarkan reflek kelancaran pengeluaran ASI. Selain itu juga merupakan cara efektif meningkatkan volume ASI sehingga dapat mencegah terjadinya bendungan pada payudara. Salah satu faktor yang mempengaruhi perawatan payudara adalah pengetahuan ibu. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu tentang perawatan payudara maka akan mempengaruhi pola pikir dan sikap ibu sehingga menumbuhkan perilaku positif untuk melakukan perawatan payudara. (Katuuk M. 2018)

Let down reflex merupakan refleksi untuk memastikan bahwa ASI siap keluar dari payudara. Dilansir *What to Expect*, ketika bayi menempel ke payudara untuk menyusui, hal ini akan merangsang saraf yang memicu pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin ke dalam aliran darah. Menurut konselor laktasi, F.B. Monika, *let down reflex* disebut juga MER (Milk Ejection Reflex) atau refleksi oksitosin, Bunda. refleksi ini dapat dipicu dengan cara menyentuh payudara atau area puting. Caranya dengan memerah dengan tangan atau pompa ASI. (Monika, *Pintar ASI dan Menyusui* 2018)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Herry Rosyati pada tahun 2019 dengan judul "Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur Tahun 2019" bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa 61,4% ibu nifas kurang mengetahui tentang perawatan payudara.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Eva Yolanda pada tahun 2020 dengan judul "Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Primipara Tentang Perawatan Payudara Di BPM Citralnsani Semarang Tahun 2020" permasalahan yang dihadapi ibu nifas dalam memberikan ASI Eksklusif diantaranya putting susu lecet, payudara bengkak, bendungan ASI, mastitis atau abses. Berpengetahuan cukup tentang payudara sebanyak 17 responden (56,7%).

Menurut studi pendahuluan yang dilakukan di PMB E, berdasarkan data pada bulan Februari 2022 terdapat 10 ibu nifas, 4 diantaranya menyatakan lancar ASI dengan tidak menyatakan adanya keluhan namun 6 diantaranya menyatakan keluhan tidak lancar ASI. Kurangnya pengetahuan seorang ibu menyebabkan pemberian ASI tidak baik. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang

"Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara dengan Kelancaran ASI Di PMB E Tahun 2022"

Metode

Desain penelitian yang digunakan adalah Survey Analitik (*Explanatory Research*) yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan desain *cross sectional* yaitu untuk melihat hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas di mana pengumpulan data untuk variabel terikat maupun variabel bebas di lakukan secara bersama-sama atau sekaligus. Setiap subyek penelitian hanya diobservasi sekali saja dalam satu waktu selama penelitian berlangsung. (Notoatmodjo S(2017).

Dalam penelitian ini uji hipotesa yang digunakan bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Terhadap Perawatan Payudara dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di PMB E Tahun 2022.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul "Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di PMB Bidan Eneng Nurasih Amd.Keb Kecamatan Tanah Sereal Kota Bogor Tahun 2022" didapat 32 sampel, dengan hasil karakteristik sampel responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, paritas yang diuraikan sebagai berikut:

1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Karakteristik responden berdasarkan umur, paritas dan pendidikan dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Ibu Nifas Di PMB Bidan Eneng Nurasih Amd.Keb Tahun 2022

Tabel 4.1 Karakteristik Ibu Nifas Di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022

No	Karakteristik	F	%
1.	Umur		
	≤20 tahun	5	15,6
	21-35 tahun	25	78,1
	>35 tahun	2	6,3
Jumlah		32	100,0
2.	Paritas		
	Primigravida	10	31,2
	Multigravida	18	56,2
	Grandemultigravida	4	12,5
Jumlah		32	100,0
3.	Pendidikan		
	Dasar	10	31,2
	Menengah	18	56,2
	Tinggi	4	12,5
Jumlah		32	100,0
4.	Pekerjaan		
	Buruh	1	3,1
	IRT	23	71,9
	PNS	3	9,4
	Wirawasta	5	15,6
Jumlah		32	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan Umur menjelaskan bahwa mayoritas berumur 21-35 tahun yaitu berjumlah 25 orang (78,1%). Berdasarkan Paritas mayoritas responden adalah Multigravida berjumlah 18 orang (56,2%). Berdasarkan Pendidikan mayoritas responden adalah berpendidikan Menengah berjumlah 18 orang (56,2%). Dan Berdasarkan Pekerjaan ibu nifas adalah sebagai IRT sebanyak 23 orang (71,9%).

0. Analisis Univariat

Analisa data univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dari variabel independen dan dependen:

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	18	56,2
2	Kurang	14	43,8
Jumlah		32	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan baik yaitu 18 orang (56,2%).

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelancaran Pengeluaran ASI di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022

No	Kelancaran Produksi ASI	F	%
1	Lancar	20	62,5
2	Tidak Lancar	12	37,5
Jumlah		32	100

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami Kelancaran Produksi ASI yaitu 20 orang (62,5%).

0. Analisis Bivariat

Analisa data bivariat digunakan untuk melihat kemaknaan hubungan antara variabel independen dengan dependen, Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji hipotesis non parametrik yang sesuai, yaitu uji *Chi-square*.

Tabel 4.4. Hasil Analisa Deskriptif Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022

Tabel 4.4. Hasil Analisa Deskriptif Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022

Pengetahuan	Kelancaran ASI				Total	P Value	
	Lancar		Tidak Lancar				
	F	%	F	%			
Baik	15	46,9	3	9,4	18	56,2	0,006
Kurang	5	15,6	9	28,1	14	43,8	
Jumlah	20	62,5	12	37,5	32	100,0	

Dari tabel 4.4 menunjukkan dari 32 responden, bahwa responden dengan pengetahuan perawatan payudara baik dan mengalami ASI lancar berjumlah 15 orang (46,9%), sedangkan responden dengan pengetahuan perawatan payudara baik dan mengalami ASI kurang lancar berjumlah 3 orang (9,4%). Sementara responden dengan pengetahuan perawatan payudara kurang dan mengalami ASI lancar berjumlah 5 orang (15,6%) dan responden dengan pengetahuan perawatan payudara kurang serta mengalami produksi ASI yang tidak lancar berjumlah 14 orang (43,8%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diperoleh nilai p-value= 0,006. Hal ini berarti nilai p-value lebih kecil dari nilai α ($\alpha = 0,05$), maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak.

Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Tahun 2022.

. Pembahasan

1. Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 32 orang ibu nifas di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb, menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki pengetahuan perawatan payudara baik yaitu 18 orang (56,2%). Perawatan payudara akan berhasil bila ibu mempunyai pengetahuan baik tentang manfaat perawatan payudara dalam meningkatkan produksi ASI. Nainggolan (2017), mengatakan untuk berhasilnya seorang ibu dalam memberikan ASI eksklusif tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI karena dengan dibekali pengetahuan yang baik, perilaku seseorang dapat diarahkan ke hal yang lebih baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oleh Jumria Tahun 2018 tentang Hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang perawatan payudara sebanyak 60 orang (93,8%).(Jumria,2018)

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa ibu nifas yang sering menerima penyuluhan mengenai kesehatan pada masa nifas sampai menyusui akan memiliki pengetahuan yang baik sehingga lebih cenderung mengalami produksi ASI yang lancar. Dan informasi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI dapat diperoleh dari bidan setempat, dukungan keluarga maupun tetangga.

0. Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 32 ibu nifas di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb menunjukkan bahwa responden yang paling banyak adalah ASI lancar. Produksi dan pengeluaran ASI

dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi pengeluaran ASI.

Menurut Tyfani, Utami dan Susmini (2017), kelancaran ASI yang baik dapat dilihat dari faktor frekuensi ibu menyusui yang baik dimana apabila ibu memberikan ASI dalam sehari 8-12 kali. Hal-hal yang dapat mempengaruhi

produksi ASI diantaranya adalah makanan, ketenangan jiwa dan pikiran, perawatan payudara faktor fisiologi, faktor istirahat serta faktor isapan anak. (Tyfani, 2017)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oleh Jumria Tahun 2018 tentang Hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu memberikan ASI kepada bayinya dengan lancar sebanyak 54 orang (84,4%).(Jumria, 2018)

Pada penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa produksi ASI pada ibu post partum sudah lancar. Hal ini dibuktikan dengan hasil observasi yang ditemukan bahwa sebagian besar ibu rutin melakukan perawatan payudara. Karena faktor-faktor yang mendukung untuk mendapatkan produksi ASI yang baik yaitu ibu rutin melakukan perawatan payudara, ibu tidak mengalami dehidrasi, kondisi

psikologis yang stabil dan terpenuhi nutrisi yang bergizi selama masa hamil hingga menyusui.(Heryani R., 2017)

0. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di PMB Bidan Eneng Nurasiah Amd.Keb Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada semua responden, sebagian besar memiliki pengetahuan perawatan payudara baik dengan ASI lancar. Hal ini dikarenakan ibu post partum sudah pernah menerima penyuluhan dari petugas kesehatan tentang perawatan payudara pada masa hamil sampai menyusui. Sehingga dari

pengetahuan yang didapat mempengaruhi sikap ibu untuk melakukan perawatan payudara secara rutin guna mendapatkan produksi ASI yang cukup bagi bayi. (Sholichah N, 2017)

Pada penelitian ini terdapat 14 responden yang memiliki pengetahuan perawatan payudara baik dengan ASI kurang lancar. Salah satu kondisi yang menyebabkan ASI tidak lancar yaitu ibu yang memiliki puting susu terbenam sehingga ia merasa tidak mampu untuk memberikan ASI kepada bayinya, ibu yang tidak mengerti cara melakukan perawatan payudara dengan baik serta ibu yang melahirkan dengan cesar, karena tindakan anastesi pada saat operasi menyebabkan ibu tidak responsif untuk menyusui sehingga menghambat terbentuknya produksi dan pengeluaran ASI. (Mochtar R, 2016)

Salah satu faktor untuk mendapatkan produksi ASI yang cukup yaitu ibu rutin melakukan perawatan payudara. Dalam perawatan payudara terdapat dua cara yang dapat dilakukan secara bersamaan. Cara tersebut ialah pengurutan dan penyiraman payudara. Pengurutan atau massage dilakukan untuk memberikan rangsangan pada kelenjar ASI untuk mem produksi ASI. Pengurutan dapat dilakukan pada pagi dan sore, sebaiknya sebelum mandi, dan diteruskan dengan penyiraman yang dilakukan bersamaan ketika mandi (Sutanto Av, 2018).

Pada bayi cukup bulan frekuensi penyusuan sebaiknya dilakukan 10 kali sehari selama 2 minggu pertama setelah melahirkan. Sedangkan penyusuan paling sedikit minimal 8 kali sehari pada periode awal setelah melahirkan. Karena semakin sering bayi menyusui, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak (Astutik Ry, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Firdausi (2016) yang berjudul hubungan pengetahuan dan sikap ibu terhadap perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI Post Partum di RSUD dr. Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap perawatan payudara dengan kelancaran produksi ASI. (Firdausi, 2016)

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa ibu post partum yang sudah memiliki

pengetahuan payudara baik dan melakukan perawatan payudara secara rutin dan teratur akan memperoleh produksi ASI yang cukup. Selain itu ibu post partum dianjurkan untuk makan-makanan yang bergizi sehingga kebutuhan nutrisi dapat terpenuhi dengan baik, tidak mengalami dehidrasi sehingga suplai ASI dapat berjalan dengan lancar dan ibu post partum harus menjaga kondisi psikologisnya serta banyak istirahat agar kondisi tetap terjaga dengan baik. (AstutikRy, 2017)

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di PMB Bidan Eneng Nurasih Amd.Keb Kecamatan Tanah Sereal Kota Bogor Tahun 2022" dapat disimpulkan:

1. Berdasarkan hasil penelitian pada 32 orang responden, diperoleh data bahwa ibu nifas di PMB Bidan Eneng Nurasih Amd.Keb memiliki pengetahuan baik tentang perawatan payudara yaitu sebanyak 18 orang (56,2%).
2. Berdasarkan hasil penelitian pada 32 orang responden, diperoleh data bahwa ibu nifas di PMB Bidan Eneng Nurasih Amd.Keb memiliki Kelancaran Produksi ASI dengan kategori lancar yaitu sebanyak 20 orang (62,5%).
3. Hasil uji statistik menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara terhadap kelancaran produksi ASI di PMB Bidan Eneng Nurasih Amd.Keb. Hal tersebut dibuktikan melalui uji *chi-square* dengan $p\text{-value} = 0,006 < \alpha$ ($\alpha = 0,05$). Responden dengan pengetahuan baik dan mengalami ASI lancar berjumlah 15 orang (46,9%), sedangkan responden dengan pengetahuan baik dan mengalami ASI kurang lancar berjumlah 3 orang (9,4%). Sementara responden dengan pengetahuan kurang dan mengalami ASI lancar berjumlah 5 orang (15,6%) dan responden dengan pengetahuan kurang serta mengalami produksi ASI

tidak lancar berjumlah 14 orang (43,8%).

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

Daftar Pustaka

Andina, V, 2021. *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta:

Asih, Yusari. 2017. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. Jurnal Keperawatan, Vol XIII. No.2, ISSN:1907-035 di Akses tanggal 20 maret 2022.*

Badan Pusat Statistik. *Survey Demografi Dan Kesehatan Indonesia*. Badan Pusat Statistik. Jakarta. 2012

BKKBN. 2014. *Buku Saku Bagi Petugas Lapangan Program KB Nasional Materi Konseling*, Jakarta. BKKBN

Dinas Kesehatan Kabupaten Cianjur, 2019. *Rencana Aksi Daerah Pangan Dan Gizi*. Cianjur

Esti, H. 2016, *Asuhan Holistik Masa Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta:

Evi, NA .2020. *Mengenal Terapi Komplementer Dalam Kebidanan Pada Ibu Nifas, Ibu Menyusui, Bayi Dan Balita*, Jakarta: Trans Info Media

Manuaba, I.B.G. (2014). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.

Nadiah, Lailatif S. 2015. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Tanda Kecukupan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan*. (di akses pada 16 Februari 2017) dari : www.digilib.uns.ac.id.

Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Nugroho, T., Nurrezki, Desi W., Wilis., 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas (Askeb 3)*. Yogyakarta: NuhaMedika

Nursalam. 2016. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.

Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Rahayu, Anik P. 2016. *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Deepublish.

Richard, S, D. 2020. *Pengaruh Pijat oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Postpartu*.Jurnal Keperawatan. Kediri:Stikes RS. Baptis Kediri

Roesli, U. 2013. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Aqriwidya.

Saifuddin, A. B. (2014). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Sugiyono. (2014). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Soetjiningsih, IG. NGd. Ranuh. 2015. *Tumbuh Kembang Anak*. Edisi 2. Jakarta. Buku Kedokteran EGC

Suhardjo, 2009. *Perencanaan Pangan Dan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara