

## DAFTAR PUSTAKA

1. Rukiyah A. Asuhan kebidana III Nifas. 2nd ed. Jakarta: cv. Trans Info Media; 2015.
2. Sutarmi. Hubungan Antara Post Natal Breast Care Dengan Terjadinya Bendungan ASI. *J Kebidanan*. 2014;VI(01):43–56.
3. Pollard Maria. ASI Asuhan Berbasis Bukti. Jakarta: EGC; 2015.
4. Asrida Berutu. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Breast Care Dengan Bendungan ASI. *J Kebidanan*. 2017;
5. Meihartati T. Hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan ASI (Engorgement) Pada Ibu Nifas. *J Kebidanan dan keperawatan*. 2017;13:19–24.
6. Dimas Tari KA. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Pencegahan Bendungan ASI Di Klinik Bunda Fatimah Medan Tahun 2016. *KTI Medan institusi Kesehat Helv Medan, DIII Kebidanan*. 2016;
7. Rosita E. Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dengan Bendungan ASI (Studi Di Desa Jolotundo dan Desa Kupang Kecamatan Jetis Kabupaten Mojokerto). *J Kebidanan*. 2017;13(1).
8. Setiawan SA, Rafikasari H. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara Dengan Kejadian Bendungan ASI di Puskesmas Ngrayun Kecamatan Ngrayun Kabupaten Ponorogo. *J Delima Harapan*. 2017;4(2):19–26.
9. Marmi. Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas'' peuperium care''. 2nd ed. Belajar P, editor. Yogyakarta; 2017.
10. yuli R. Payudara dan Laktasi. 1 st ed. Salemba Medika, editor. Jakarta Selatan: Salemba Medika; 2014.
11. Murniati R, Kusumawati E. Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Bendungan Asi Dengan Praktik Pencegahan Bendungan Asi (*Breast Care*) Di Rb Nur Hikmah Kwaron Gubug. *J Kebidanan*. 2013;2(1).

12. Saryono pramitasari. Perawatan Payudara. 2nd ed. Yogyakarta, editor. Nuha Medika; 2016.
13. Proveverawati A RE. Kapita Selektasi ASI dan Menyusui. Jakarta: Nuha Medika; 2014.
14. Kristiyanasari W. ASI, Menyusui dan Sadari. 2nd ed. Nuha Medika, editor. Yogyakarta; 2017.
15. Arianai Pa. Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi. Medika N, editor. Yogyakarta; 2013. 63
16. Widyasih hesti; S. Perawatan Masa Nifas. 7th ed. Fitramaya, editor. Yogyakarta; 2013. 62
17. Yanti PD. Hubungan pengetahuan, sikap Ibu Dengan Bendungan ASI di Puskesmas Sidomlyo Pekanbaru. jurnal Kebidanan, Akad Pekanbaru Helv. 2017;2(February):81–9.
18. Hesti H. Asuhan Holistik Masa Nifas dan Menyusui. 1 st ed. Yogyakarta: Trans Medika; 2016.
19. Yefi M. Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas dan Menyusui. Medika S, editor. Jakarta Selatan; 2015.
20. Purwoastuti Endang E. Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui. 1ed nd. Yogyakarta: Pustaka Baru; 2017.
21. Iman Muhammad. Pemanfaatan SPSS Dalam Penelitian Bidang Kesehatan & Umum. Bandung: Citapustaka; 2017.
22. Riduan A. Rumus Dan Data Dalam Analisa Statistik. Bandung: Alfabeta; 2013.

Lampiran 1

**KUESIONER PENELITIAN**

**HUBUNGAN RIWAYAT PERAWATAN PAYUDARA(BREST CARE)  
DENGAN BENDUNGAN ASI PADA IBU NIFAS DI DIDAN  
PRAKTEK MANDIRI FERİYANI DUSUN  
SIDONULYO DESAKOSIK PUTIH  
KEC. SIMANGABAK  
TAHUN 2018**

**I. Identitas Responden**

Nama :  
No :

Pilihlah jawaban dibawah ini dengan memberikan ceklist (√). Pilihlah jawaban yang anda anggap benar.

**A. RIWAYAT PERAWATAN PAYUDARA**

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Apa ibu saat masa kehamilan melakukan perawatan payudara?  Jika ya ibu melakukan perawatan payudara ibu isi kuesioner di bawah ini:		

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Mencuci tangan menggunakan sabun dan membi-las dengan menggunakan air bersih kemudian keringkan dengan handuk atau tisu.		
2	Memasang handuk pada bagian perut bawah dan bahu sambil melepas pakaian atas.		
3	Mengompres kedua puting dengan kapas yang dibasai minyak kelapa atau baby oil selama 2-3 menit.		
4	Mengangkat kapas sambil membersihkan puting dengan melakukan gerakan memutar dari dalam keluar.		
5	Dengan kapas yang baru, bersikan bagian tengah puting dari sentral keluar, apabila didapat puting tidak menonjol lakukan penarikan.		
6	Membasahi kedua telapak tangan dengan minyak atau beby oildan melakukan pengurutan dengan telapak tangan berada diantara kedua payudara dengan gerakan keatas, kesamping, kebawah dan kedepan sambil menghentakan payudara dil-akukan 20-30 kali.		
7	Tangan kiri menopang payudara kiri dan tangan kanan melakukan pengurutan dengan		

	menggunakan sisi kelingking dilakukan sebanyak 20-0 kali.		
8	Menggunakan sendi-sendi jari dengan posisi menggepal, tangan kiri menopang payudara dan tangan kanan memelakukan pengurutan dari pangkal kearah puting dilakukan sebanyak 20-30 kali.		
9	Meletakan waslap yang dibasahi air hangat diatas payudara ibu.		
10	Mengompres payudara kurang lebih 5 kali kemudian bergantian dengan menggunakan waslap air dingin masing-masing 5 kali kemudian diakhiri dengan air hangat.		
11	Mengeringkan payudara dengan handuk yang dipasang dibahu.		
12	Memakai payudara dengan BH menopang payudara.		
13	Menggunakan BH yang terbuat dari bahan katun.		
14	Setelah melakukan perawatan mencuci tangan dengan sabun.		
15	Perawatan payudara mempermuda ibu untuk mengetahui secara dini kelainan pada puting susu.		
16	Melakukan Perawatan payudara mulai saat hamil sampai ibu melahirkan.		
17	Melakukan Perawatan payudara bisa setiap hari		
18	Melakukan Perawatan payudara setelah melahirkan dapat mencegah terjadinya bendungan asi		
19	Ibu rutin melakukan perawatan payudara pagi dan sore hari.		
20	Perawatan payudara adalah usaha untuk memperlancar aliran ASI.		

**B. KUESIONER BENDUNGAN ASI**

Pilihlah jawaban dibawah ini dengan memberikan ceklist (√). Pilihlah jawaban yang anda anggap benar.

<b>No.</b>	<b>Pertanyaan</b>	<b>Ya</b>	<b>Tidak</b>
1	payudara ibu terasa bengkak.		
2	Puting susu ibu terasa sakit dan kencang.		
3	payudara ibu mengkilat walapun tidak merah.		
4	Bila di perikasa atau diisap oleh bayi saat menyusui ASI tidak keluar.		
5	Ibu merasa badannya panas dan demam selama 24 jam.		