

## DAFTAR PUSTAKA

1. Astutik R. Payudara dan Laktasi Jakarta Selatan: Salemba Medika; 2014.
2. Ariani. Mengapa Seorang Ibu Harus Menyusui? Syahriati E, editor. Jogjakarta: FlashBooks; 2015.
3. Maryunani A. Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi DKI Jakarta: CV. Trans Info Media; 2014.
4. Eni Purwanti. Asuhan Kebidanan untuk Ibu Nifas Yogyakarta: Cakrawala Ilmu; Februari 2013.
5. Weni Kristiyanasari. ASI, Menyusui dan Sadari Sujiantini, editor. Yogyakarta: Nuha Medika; November 2015.
6. Dewi Maritalia. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui Sujono Riyadi, editor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; September 2014.
7. *World Health Organization (WHO)*. Data ASI, 2013.
8. Data Survei Demografi Kesehatan Indonesia Tahun 2012
9. Indonesia, K. K. R.: Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013.
10. RSUD Pirngadi Kota Medan: angka Kejadian mastitis; 2012.
11. Maria, L. Hubungan Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Postpartum di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang; 2017.
12. Nur, T. Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Post Partum di Desa Karangduren Kecamatan Tengaran Kabupaten Semarang; 2012.
13. Syamsinar, U. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Ruang Nifas Rumah Sakit Tk.Ii Pelamonia Makassar; 2013.
14. Jumria, Y. Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum di Ruangan Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna; 2017.
15. Roesli, U. ASI dan Panduan Ibu Menyusui Yogyakarta: Nuha Medika; Juni 2013.
16. Reni Heryani As. Asuhan Kebidanan dan Menyusui Sujono Riyadi, editor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; September 2014.
17. Dewi V. Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas Suslia A, editor. Jakarta Selatan: Salemba Medika; 2013.
18. Dyah Pramitasari, Roischa. Perawatn Payudara, editor. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
19. Marmi. ASI Saja Mama, Berilah Aku ASI Karena Aku Bukan Anak Sapi Yogyakarta: Pustaka Pelajar: 2016.
20. Iman Muhammad. Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Ilmiah Bandung: Citapustaka Media Perintis; Februari 2015.
21. Iman Muhammad. Pemanfaatan SPSS Dalam Bidang Kesehatan dan Umum Bandung: Citapustaka Media Perintis; Maret 2014.

22. Sarwono, P. Perawatn Payudara, editor. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
23. Mubarak WI. Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika; 2015.

## KUESIONER PENELITIAN

### HUBUNGAN PERAWATAN PERAWATAN PAYUDARA DENGAN KELANCARAN ASI PADA IBU POST PARTUM DI RSU ESTOMIHI MEDAN TAHUN 2018

#### A. Petunjuk

1. Baca dan pahami dengan baik pertanyaan dibawah ini
2. Beri tanda (√) pada salah satu jawaban yang yang anda lakukan.
3. Jawaban harus dipilih satu tidak boleh lebih.

#### B. Identitas Ibu

1. No. Responden :
2. Nama Ibu :
3. Umur Ibu :
4. Pendidikan :
5. Pekerjaan :
6. Alamat :

#### C. Teknik Perawatan payudara

NO	PERNYATAAN	JAWABAN	
		YA	TIDAK
1	Tempelkan/ kompres puting ibu dengan kapas / kassa yang sudah diberi minyak kelapa ( baby oil ) selama ± 5 menit		
2	Membersihkan puting susu.		
3	Licinkan tangan dengan minyak/baby oil secukupnya		
4	Tempatkan kedua tangan diantara kedua payudara ibu, kemudian diurut kearah atas, terus ke samping, kebawah, melintang sehingga tangan menyangga payudara (mengangkat payudara) kemudian lepaskan tangan dari payudara.		
5	Menyokong payudara kiri dengan tangan kiri, kemudian 3 jari tangan kanan membuat gerakan memutar sambil menekan mulai dari pangkal payudara berakhir pada puting susu. Lakukan tahap yang sama pada payudara kanan. Lakukan 2 kali gerakan pada setiap payudara		
6	Meyokong payudara kiri dengan tangan kiri. Telapak tangan kiri menopang payudara kiri dan jari-jari tangan sisi kelingking mengurut payudara kearah puting susu, gerakan diulang sebanyak 30 kali dilakukan pada payudara kanan.		
7	Telapak tangan kiri menopang payudara, tangan dikepalkan kemudian buku-buku jari tangan mengurut payudara mulai dari pangkal ke arah puting susu, gerakan ini di ulang sebanyak 30 kali dilakukan pada payudara kanan.		

8	Selesai pengurutan, kedua payudara dikompres dengan waslap hangat selama 2 menit.		
9	Kemudian kompres waslap dingin selama 1 menit		
10	Keringkan payudara dengan handuk kering dan pakaikan bra.		

**d.. Kelancaran ASI**

NO	PERNYATAAN	JAWABAN	
		YA	TIDAK
1	ASI dapat merembes keluar melalui puting susu		
2	Sebelum disusukan payudara merasa tegang		
3	Bayi akan buang air kecil 6 – 8 kali dalam sehari		
4	Turgor kulit dan tonus otot bayi baik		
5	Perilaku bayi yang penuh semangat pada waktu menyusui		
6	Bayi tampak puas yang ditandai dengan : Bayi akan segera tertidur, Tidak sering menangis.		