

Original Research Article

RELATIONSHIP BETWEEN BREASTFEEDING TECHNIQUES AND THE UTERUS INVOLUTION PROCESS IN POST-PARTUM MOTHERS 0-14 DAYS PHYSIOLOGICALLY AT TPMB “S” CILINCING

Nurul Hidayati ^{1*}, Eny Siswati ¹, Warda Anil Masyayih ², Deti Novia ²

¹ Midwife Professional Education Study Program, College of Health Sciences of Husada Jombang

² Undergraduate Midwifery Study Program, College of Health Science of Husada Jombang

*Correspondence:

Nurul Hidayati

Midwife Professional Education Study Program, College of Health Sciences of Husada Jombang
Veteran Road, Mancar Village, Peterongan Sub-District, Jombang Regency East Java Province, Indonesia

Email:

nurulhidayatinuhi@gmail.com

Article Info:

Received: January 07, 2025

Accepted: January 11, 2025

DOI:

<https://doi.org/10.36720/pwh.v6i1.81>

Abstract

Background: Uterine involution or uterine contraction is a process in which the uterus returns to its pre-pregnancy state. Uterine involution can also be said to be the process of returning the uterus to its original state or pre-pregnancy state.

Objectives: The purpose of the study was to analyze the relationship between breastfeeding techniques and the process of uterine involution in post-partum physiological mothers 0-14 days at TPMB "S" Cilincing, North Jakarta.

Methods: In this study, the author used a cross-sectional research design. The population in this study was all postpartum mothers with a uterine involution process as many as 30 respondents with a total sampling technique. The independent variables in this study are the investigation technique and the dependent variables in this study are the involution process, data collection techniques using observation sheets, data processing by editing, coding, scoring, and tabulating. Data analysis used the chi-square test with a significance of 0.01.

Results: Data analysis using the Chi-Square test with a value of $\alpha = 0.01$ From that postpartum mothers who did not properly carry out breastfeeding techniques mostly experienced slow involution, namely 7 people or 63.6%. Breastfeeding techniques that are done properly will increase uterine involution. The results of the chi-square test were obtained $p = 0.001 < \alpha = 0.05$ and it can be interpreted that H1 is accepted, this study concludes that there is a Relationship between Breastfeeding Techniques and the Uterine Involution Process in Post-Partum 0-14 at TPMB "S" Cilincing North Jakarta.

Conclusion: It is hoped that health workers can approach the family to provide counseling guidance and motivation to postpartum mothers about the uterine involution process.

Keywords: Breastfeeding, Uterus Involution Process, Post-Partum Mothers.

PENDAHULUAN

Periode post-partum (masa nifas) merupakan masa lahirnya plasenta, selaput janin, dan kembalinya organ reproduksi wanita pada kondisi tidak hamil. Selama masa nifas, alat-alat interna maupun eksterna berangsur-angsur kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan keseluruhan alat genitalia ini disebut involusi. Pada akhir tahap ketiga persalinan, uterus berada di garis tengah kira-

kira 2 cm dibawah umbilicus dan bagian fundus bersandar pada promontoriun sakralis. Pada saat ini besar uterus kira-kira sama dengan uterus sewaktu usia kehamilan 16 minggu. Dalam waktu 12 jam tinggi fundus mencapai kurang lebih 1 cm diatas umbilicus. Fundus turun kira-kira 2 cm setiap 24 jam. Pada hari ke enam fundus normal akan berada dipertengahan antara umbilicus dan symphysis pubis. Uterus tidak bisa di palpasi pada abdomen pada hari ke- 10 post-partum (Saleha, 2019).

Inisiasi menyusui dini (IMD) merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi involusi uterus karena saat menyusui terjadi rangsangan dan dikeluarkannya hormon antara lain oksitosin yang berfungsi selain merangsang kontraksi otot-otot polos payudara, juga menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uterus. Hal ini akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus. Proses ini membantu untuk mengurangi situs atau tempat implantasi plasenta serta mengurangi perdarahan (Roesli, 2018). Menurut Praborini(2017) ibu yang melakukan inisiasi menyusui dini akan mempercepat involusi uterus karena pengaruh hormon oksitosin yang dapat meningkatkan kontraksi uterus.

Involusi uterus atau pengerutan uterus merupakan suatu proses dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil. Involusi uteri dapat juga dikatakan sebagai proses kembalinya uterus pada keadaan semula atau keadaan sebelum hamil (Varney, 2015). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi involusi uterus antara lain senam nifas, mobilitas dini ibu post-partum, inisiasi menyusui dini, gizi, psikologis dan faktor usia serta faktor paritas (Sarwono, 2012).

Penyebab kematian ibu saat ini, yaitu eklamsia (34,88%), perdarahan (26,98%) terjadi pasca persalinan baik karena atonia uteri maupun sisa plasenta, jantung (8,08%), sepsis (4,98%) dan partus macet (8%), infeksi lain (20%) (Riskesdas RI, 2017). Menurut WHO jumlah kematian ibu sekitar 500.000 persalinan hidup, sedangkan jumlah kematian perinatal sebesar 10.000 orang. (Manuaba, 2015). Menurut penelitian Bobak, 2014 diperoleh informasi bahwa angka kematian ibu di Jakarta karena perdarahan post-partum mempunyai peringkat yang tinggi salah satu penyebab perdarahannya adalah antonia uteri atau tidak adanya kontraksi pada uterus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 10% kematian maternal nonaborsi dan sekitar 8% seluruh kehamilan mengalami komplikasi perdarahan pasca partum. Sementara untuk AKI di Jakarta, selama 2019 sebanyak 260 ribu ibu meninggal setiap 10.000 kelahiran pertahun. Tahun 2015, ditargetkan AKI turun sampai 112 ribu (Depkes Jakarta, 2018). Di Cilincing Jakarta Utar pada tahun 2018 terdapat 690.282 jumlah ibu hamil, dari sejumlah kelahiran, tercatat 354 kasus kematian ibu maternal, yang terjadi pada saat kehamilan 65 orang, kematian pada saat persalinan 221 orang dan kematian ibu nifas 68 orang.

Kejadian yang terpenting dalam nifas ialah involusi dan laktasi. Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin yang terdapat dalam aliran darah membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan. Involusi rahim, setelah plasenta lahir uterus merupakan alat yang keras, karena kontraksi dan retraksi otot-ototnya. Fundus uteri ± 3 jari di bawah pusat. Selama 2 hari berikutnya, besarnya tidak seberapa berkurang, tetapi setelah 2 hari ini uterus mengecil dengan cepat, sehingga pada hari ke 10 tidak teraba lagi dari luar. Setelah 6 minggu tercapai lagi ukurannya yang normal. Sesudah plasenta lahir beratnya rahim 1000 gram, seminggu kemudian 500 gram, 2 minggu postpartum 375 gram, dan pada akhir puerperium 50 gram. Involusi terjadi karena masing- masing sel menjadi lebih kecil, karena *cytoplasma* yang berlebihan dibuang (Sulaiman Sastriawan, 2016).

Dengan tehnik menyusui yang baik maka involusi uterus pada ibu nifas akan berlangsung dengan baik, sehingga kemungkinan terjadinya perdarahan pada ibu tidak terjadi dan kematian pada ibu nifas dapat berkurang dan dapat membantu menurunkan AKI di indonesia. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan maret 2022 terhadap 5 ibu nifas (< 10 hari) yang menyusui didapatkan 3 (60%) ibu nifas tidak mengetahui tehnik menyusui yang benar dengan involusi uterus berlangsung kurang baik yaitu kontraksi tidak baik, konsistensi uterus lembek, TFU normal dan lochea normal.

Sedangkan 2 (40%) ibu nifas mengetahui tentang tehnik menyusui yang benar dengan involusi uterus baik yaitu kontraksi baik, konsistensi uterus baik, TFU normal serta lochea normal.

Dari uraian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pentingnya tehnik menyusui yang benar pada ibu nifas untuk mengoptimalkan kembalinya uterus (involusi uterus) ke bentuk semula. Salah satu upayanya memberikan penyuluhan pada ibu nifas tehnik menyusui yang benar pada bayinya, agar tercapai manfaat menyusui bagi bayi dan ibu nifas tersebut. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan tehnik menyusui dengan proses involusi uteri pada ibu nifas post-partum fisiologis 0-14 hari di Proses Involusi Uterus Pada Ibu Post-Partum Fisiologis 0-14 Hari Di TPMB “S” Cilincing.

METODE

Desain Studi

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analitik dengan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (Notoatmodjo, 2012).

Pengaturan

Pelaksanaan penelitian dilakukan di TPMB “S” Cilincing pada bulan Maret-Mei 2024.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian adalah setiap subyek (misalnya manusia;pasien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2012). Populasi penelitian ini adalah Semua ibu nifas 0-14 hari di TPMB “S” Cilincing. Pengambilan sampel ini berdasarkan jumlah rata-rata persalinan di TPMB “S” Cilincing sebanyak 30 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2014). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu nifas 0-14 hari di (Sugiyono, 2014). Teknik sampling merupakan cara-cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel, agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan subjek penelitian (Nursalam, 2017). Dalam penelitian ini teknik yang digunakan *non probability sampling* secara *Total Sampling*.

Instrumen

Data primer diperoleh dari responden melalui kuesioner untuk mengetahui motivasi keluarga dengan menggunakan Cheklist pada tehnik menyusui. Data sekunder diperoleh dari KMS peserta di TPMB “S” Cilincing.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data primer dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada responden dengan menjelaskan terlebih dahulu tujuan, manfaat, dan keuntungan bagi responden dalam penelitian ini.

Analisis Data

Analisa data menggunakan uji *chi square* dengan signifikan 0,01.

Pertimbangan Etis

Penelitian ini telah mendapatkan ijin pelaksanaan penelitian dari TPMB “S” Cilincing Jakarta Utara dan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang.

HASIL

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, dan Pekerjaan

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, dan Pekerjaan di TPMB “S” Cilincing Jakarta Utara tahun 2024.

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
1.	Usia		
	15-19 Tahun	2	6,7
	20-24 Tahun	13	43,3
	25-29 Tahun	12	40,0
2.	Pendidikan		
	SD/ MI	1	3,3
	SMP	8	26,7
	SMA	15	50,0
3.	Pekerjaan		
	IRT	21	70,0
	Swasta/ Wiraswasta	8	26,7
	PNS/ TNI/ Polri	1	3,3

Sumber: Data Primer dari Kuesioner, 2024.

Berdasarkan tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik berdasarkan usia didapatkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur ibu post partum sebagian besar responden umur 20-24 tahun sebanyak 13 responden (43,3%). Distribusi Frekuensi Karakteristik berdasarkan Pendidikan bahwa karakteristik responden berdasarkan pendidikan ibu post partum sebagian besar responden pendidikannya sekolah menengah atas sebanyak 15 responden (50%). Distribusi Frekuensi Karakteristik berdasarkan Pekerjaan didapatkan sebagian besar ibu post partum tidak bekerja/ Ibu Rumah Tangga sebanyak 21 responden (70.0%).

Analisis Hubungan Teknik Menyusui dengan Proses Involusi Uteri pada Ibu Post-Partum 14 Hari

Tabel 2. Analisis Hubungan Teknik Menyusui dengan Proses Involusi Uteri pada Ibu Post-Partum 14 Hari di TPMB “S”Cilincing, Jakarta Utara Tahun 2024.

No.	Teknik menyusui	Involusi uterus				Total	
		Lambat		Cepat		Jumlah	%
		Jumlah	%	Jumlah	%		
1	Tidak tepat	7	63,6	4	36,4	11	100
2	Tepat	0	0	19	100	19	100
	Total	7	23,3	23	76,7	30	100

Sumber: Data Primer dari Kuesioner, 2024.

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan bahwa ibu post-partum yang tidak tepat melaksanakan Teknik menyusui sebagian besar mengalami involusi secara lambat yaitu 7 orang atau 63,6 %. Teknik menyusui yang dilakukan dengan tepat akan meningkatkan involusi uterus. Hasil uji statistik dengan menggunakan SPSS for windows versi 23,0 dan menggunakan uji *chi square* dengan hasil sebagai berikut *Asymp. Sig* = 0,01 dimana $\rho < 0,05$ sehingga H1 diterima artinya terdapat Hubungan Tehnik Menyusui dengan Proses Involusi Uteri Pada ibu Post-Partum 0-14 Hari di TPMB “S” Cilincing Jakarta Utara.

PEMBAHASAN

Teknik Menyusui Pada Ibu Post Partum 0-14 Hari di TPMB “S” Cilicing Jakarta Utara. Berdasarkan data hasil penelitian ada hubungan anantara variabel independen (teknik menyusui) dan dependen (ibu post partum). didapatkan bahwa lebih dari sebagian ibu post partum menyusui dengan teknik yang tepat sebanyak 19 responden.

Usia tidak dapat memberikan perbedaan terhadap keberhasilan teknik menyusui. Karena keberhasilan menyusui tidak hanya dipengaruhi oleh ibu, kondisi bayi saat lahir juga dapat mempengaruhi, yang berupa gangguan sistem pernafasan. Bayi tidak dapat melakukan hisapan secara efektif sehingga tidak dapat menyusu dengan benar. Sesuai dengan teori yang dinyatakan oleh Riksani pada bayi yang mengalami gangguan pernafasan akan memiliki masalah dalam hal menyusu. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang menentukan cara ibu menyusui karena tingkat pendidikan yang lebih tinggi mampu menyerap informasi dan lebih mampu memahami hal-hal yang menguntungkan atau efek samping bagi kesehatan yang berhubungan dengan teknik menyusui yang benar.

Hal ini sejalan dengan penelitian Goyal, et al yang menyatakan Ibu muda (kurang dari 20 tahun) teknik menyusui yang kurang tepat dibandingkan dengan ibu yang lebih tua. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Kronborg, et al dan Gupta, et al. Santo, et al dari Brasil juga melaporkan bahwa ibu remaja memiliki posisi yang kurang tepat dalam teknik menyusui. Menurut Botefilia (2009 dalam Eny, 2017) menyusui atau laktasi adalah suatu produksi dan pengeluaran ASI. Komposisi ASI sesuai kebutuhan, mudah dicerna dan diserap, mengandung enzim pencernaan, mengandung zat penangkal penyakit, selalu berada dalam suhu yang tepat, tidak menyebabkan alergi dan mengoptimalkan perkembangan. Proses laktasi membutuhkan beberapa reflek untuk menunjang keluarnya ASI itu sendiri. Reflek prolaktin yaitu suatu stimuli atau perangsangan produksi ASI membutuhkan impuls saraf dari puting susu, hipotalamus, hipofisis posterior, oksitosin, kontraksi otot polos supaya ASI keluar.

Menurut Utami Roesli (2018), Teknik menyusui merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI dimana bila teknik menyusui tidak benar, dapat menyebabkan puting susu lecet dan menjadikan ibu enggan menyusui sehingga bayi tersebut jarang menyusu. Enggan menyusu akan berakibat kurang baik, karena isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produksi ASI selanjutnya. Namun sering sekali ibu-ibu kurang mendapatkan informasi tentang manfaat ASI dan menyusui yang benar.

Involusi Uterus Pada Ibu Post-Partum 0-14 Hari di TPMB “S” Cilicing Jakarta Utara

Berdasarkan data hasil penelitian ada hubungan anantara variabel independen (involusi uterus) dan dependen (ibu post-partum). didapatkan bahwa ibu post-partum mengalami proses involusi secara cepat sebanyak 23 responden. Faktor yang dapat mempengaruhi involusi uterus pada ibu post-partum antara lain mobilisasi dini, status gizi, menyusui, paritas. Aktivitas otot-otot ialah kontraksi dan retraksi dari otot-otot setelah anak lahir, yang diperlukan untuk menjepit pembuluh darah yang pecah karena adanya pelepasan plasenta dan berguna untuk mengeluarkan isi uterus yang tidak diperlukan, dengan adanya kontraksi dan retraksi yang terus menerus ini menyebabkan terganggunya peredaran darah dalam uterus yang mengakibatkan jaringan otot kekurangan zat-zat yang diperlukan, sehingga ukuran jaringan otot-otot tersebut menjadi kecil.

Status gizi yang kurang pada ibu post-partum maka pertahanan pada dasar ligamentum latum yang terdiri dari kelompok infiltrasi sel-sel bulat yang disamping mengadakan pertahanan terhadap penyembuhan kuman bermanfaat pula untuk menghilangkan jaringan nefrotik, pada ibu post-partum dengan status gizi yang baik akan mampu menghindari serangan kuman sehingga tidak terjadi infeksi dalam masa nifas dan mempercepat proses involusi uterus.

Hubungan Teknik Menyusui dengan Proses Involusi Uterus Pada Ibu Post-Partum 0-14 Hari di TPMB "S" Cilicing Jakarta Utara

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ibu post-partum yang tidak tepat melaksanakan Teknik menyusui sebagian besar mengalami involusi secara lambat yaitu 7 orang. Hubungan yang signifikan antara menyusui dengan involusi uteri pada ibu post-partum di TPMB "S" Cilicing Jakarta Utara dapat dilihat dari hasil analisis dengan menggunakan uji *Chi Square* dan didapatkan *p-value* (Fisher Exact) 0,001. Oleh karena $p\text{-value} = 0,001 < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak, artinya ada Hubungan Teknik Menyusui dengan Proses Involusi Uterus Pada Ibu Post-Partum 0-14 Hari di TPMB "S" Cilicing Jakarta Utara.

Hal ini dapat disebabkan pada saat menyusui ada reflek *let down* dari isapan bayi merangsang hipofise posterior mengeluarkan hormon oxytosin yang oleh darah hormon ini diangkat menuju uterus dan membantu uterus berkontraksi sehingga proses involusi uterus terjadi. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa ibu post-partum yang frekuensi menyusui kurang mengalami involusi uteri lambat sejumlah 5 orang (83,3%), sedangkan ibu post-partum yang menyusui tanpa mendapatkan dukungan dari keluarga mengalami involusi uteri lambat sejumlah 2 orang (8,3%). Berdasarkan persentase ini menunjukkan bahwa ibu yang mengalami involusi uteri lambat lebih banyak terjadi pada ibu yang frekuensi menyusui kurang dibandingkan dengan ibu yang menyusui tanpa dukungan keluarga. Oleh karena itu, menyusui merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam mempengaruhi proses involusi uteri ibu.

Kecepatan involusi uteri dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah menyusui. Pada proses menyusui terjadi refleksi *let down* dari hisapan bayi yang akan merangsang hipofise anterior mengeluarkan hormon oksitosin. Hormon oksitosin yang dilepas dari kelenjar hipofisis memperkuat dan mengatur kontraksi uterus, mengompresi pembuluh darah dan membantu proses hemostasis. Dengan keluarnya hormon oksitosin, maka involusi uteri ibu nifas akan berjalan dengan baik (Suparyanto, 2010). Efek oksitosin yang ditimbulkan dari proses menyusui menyebabkan terjadinya kontraksi dan retraksi otot uterin sehingga akan menekan pembuluh darah yang mengakibatkan berkurangnya suplai darah ke uterus. Proses ini membantu untuk mengurangi situs atau tempat implantasi plasenta serta mengurangi perdarahan (Varney's, 2013).

Penurunan ukuran uterus yang cepat tercermin dari perubahan lokasi ketika turun keluar dari abdomen dan kembali menjadi organ pelviks. Segera setelah proses persalinan puncak fundus kira-kira dua pertiga hingga tiga perempat dari jalan atas diantara simfisis pubis dan umbilicus. Kemudian naik ke tingkat umbilicus dalam beberapa jam dan bertahan hingga satu dua hari dan kemudian secara berangsur-angsur turun ke pelvik yang secara abdominal tidak dapat terpalpasi di atas simfisis setelah empat belas hari.

KESIMPULAN

Pelaksanaan Tehnik Menyusui dengan Proses Involusi Uteri Pada Ibu Post-Partum 0-14 Hari di TPMB "S" Cilicing Jakarta Utara sebagian besar responden melakukan teknik menyusui yang tepat. Proses Involusi Uteri Pada Ibu Post-Partum 0-14 Hari di TPMB "S" Cilicing Jakarta Utara berlangsung cepat. Tehnik Menyusui dengan Proses Involusi Uteri Pada Ibu Post-Partum 0- 14 Hari di TPMB "S" Cilicing Jakarta Utara terdeteksi berlangsung dengan cepat yaitu 76,7% pada 23 responden.

SARAN

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan tenaga Kesehatan dapat melakukan pendekatan kepada keluarga untuk memberikan penyuluhan dan bimbingan serta motivasi kepada ibu nifas tentang proses involusi uterus.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada ketua STIKes Husada Jombang yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian, pihak TPMB “S” Cilicing Jakarta Utara yang telah memberikan tempat penelitian, dan para responden yang telah bersedia menjadi responden.

PERNYATAAN KEPENTINGAN YANG BERTENTANGAN

Pelaksanaan penelitian ini tidak terdapat konflik kepentingan didalamnya.

PENDANAAN

Penelitian ini mendapatkan pendanaan dari STIKes Husada Jombang yang berasal dari hibah penelitian internal dilingkungan STIKes Husada Jombang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, dkk. (2017). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Anggraini, Yetti. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka.
- Ambarwati, E., & Wulandari, D. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Absari, N., & Riyanti, D. N. (2020). *Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Involusi Uterus pada Ibu Post-Partum di Wilayah Kerja Puskesmas O Mangunharjo Kabupaten Musi Rawas*. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 7(1), 27–31. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol7.iss1.70>
- Badan Pusat Statistik. (2016). *Potret awal tujuan pembangunan berkelanjutan (Sustainable development goals) di Indonesia*. Badan Pusat Statistik.
- Anggraini, Y. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Hadi, Y., & Fairus, M. (2017). *Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Involusi Uterus Pada Ibu Post-Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Ketapang Lampung Utara*. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 7(2), 1–7. <https://doi.org/10.26630/JKM.V7I2.548>
- Indrasari, N. (2019). *Meningkatkan Kelancaran ASI dengan Metode Pijat Oksitoksin pada Ibu Post-Partum*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(1), 48.
- Kemendes RI. (2014). *InfoDATIN situasi dan analisis ASI Eksklusif*. Kementerian Kesehatan.
- Lisnawaty, Ernawati, & Hasmawati. (2015). *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Involusi Uterus Pada Ibu Post-Partum Di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu Dan Anak Pertiwi*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 7(5), 565–571.
- Mantasia, N. (2017). *Pengaruh Inisiasi Menyusu Dini (Imd) Terhadap Kadar Hormon Oksitosin Dan Proses Involusio Uteri Pada Ibu Post-Partum Resiko Tinggi Di Rsud H.Padjonga Dg Ngalle Kab. Takalar*. *Voice of Midwifery*, 07(09), 97–103.
- Nelwatri, H. (2015). *Pengaruh Inisiasi Menyusu Dini (IMD) Terhadap Involusi Uterus Pada Ibu Bersalin Di BPS Kota Padang Tahun 2013*. *Jurnal Ipteks Terapan*, 8(3), 83–87.
- Pesak, E., Losu, F. N., & Sulawesiana, W. (2017). *Determinan Penerapan Inisiasi Menyusu Dini Oleh Bidan Berdasarkan Evidence Based Di Puskesmas Rawat Inap Kota Tomohon*. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 5(1), 1–11.
- Bobak, dkk. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Kodrat L. (2014). *Dahsyatnya ASI Dan Laktasi*. Yogyakarta: Media Baca.
- Kristiyanasary W, (2019). *Asi Menyusui & sadari*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. (2011). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Roesli Utami, (2018). *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif. Cetakan I*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Saleha, Sitti. (2019). *Asuhan Kebidanan pada Masa nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sarwono P. (2011). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- _____. (2012). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka.

- Sugiyono, (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & B*. Bandung: Alfabeta.
- Suherni, dkk. (2019). *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Fitramaya Varney, Hellen. (2015). *Ilmu Kebidanan Obstetri*. Jakarta: EGC.