

Asuhan Berkelanjutan pada Ny. N dengan Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin untuk Persiapan Laktasi di RS Awal Bros Ujung Batu

Arwi Linda Lerika¹, Busyra Hanim²

^{1,2} Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Indonesia

Received : 9 Agustus 2025, Revised : 16 Agustus 2025, Published : 25 Agustus 2025

Corresponding Author

Nama Penulis: Arwi Linda Lerika

E-mail: arwie.lindha@gmail.com

Abstrak

Bagian penting dari persiapan menyusui adalah merawat payudara selama kehamilan. Keberhasilan menyusui dini, yang memengaruhi pemberian ASI eksklusif, juga dipengaruhi oleh perawatan payudara. Refleks pengeluaran ASI dapat dirangsang dengan perawatan payudara. Jika ingin meningkatkan produksi ASI, pijat oksitosin adalah pilihan lain yang patut dipertimbangkan. Berdasarkan studi pendahuluan pada 5 orang pasien post SC di ruang rawat inap Bonsai pada tanggal 12 Januari 2025, didapatkan hasil tentang kesiapan ibu menyusui bayinya masih kurang, belum tahu cara teknik menyusui yang benar, dari 5 orang pasien terdapat 3 orang puting susunya terbenam sehingga kesulitan dalam proses melaksanakan IMD. Tujuan dari kegiatan ini untuk dapat memberikan asuhan kebidanan berkelanjutan dengan penerapan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu hamil trimester III untuk persiapan laktasi. Metode pelaksanaan dilakukan dari kehamilan trimester III hingga masa nifas, dengan fokus intervensi perawatan payudara dan pijat oksitosin selama bulan Mei 2025. Perawatan payudara dilakukan selama 3 kali pada masa hamil trimester III, dengan cara melihat video, memberikan leaflet, dan mengajarkan pijat oksitosin. Hasil intervensi menunjukkan pengetahuan ibu meningkat dan dapat memberikan ASI secara eksklusif. Kesimpulannya perawatan payudara dan pijat oksitosin terbukti efektif sebagai intervensi untuk menagatasi masalah payudara pada ibu hamil dan melancarkan produksi ASI sehingga mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif

Kata kunci - asuhan kebidanan komprehensif, perawatan payudara, pijat oksitosin, ASI eksklusif

Abstract

An important part of being ready to breastfeed is taking care of your breasts while you're pregnant. Early breastfeeding success, which affects exclusive breastfeeding, is also affected by breast care. The milk ejection reflex can be stimulated with breast care. If you're trying to increase your milk supply, oxytocin massage is another option to consider. Based on a preliminary study on 5 post-SC patients in the Bonsai inpatient room on January 12, 2025, the results were obtained regarding the readiness of breastfeeding mothers the baby is still lacking, does not know the correct breastfeeding technique, out of 5 patients, 3 had sunken nipples so that it was difficult to carry out IMD. The purpose of this activity is to be able to provide continuous midwifery care by implementing breast care and oxytocin massage in pregnant women in the third trimester to prepare for lactation. The implementation method is carried out from the third trimester of pregnancy to the postpartum period, with a focus on breast care and oxytocin massage interventions during May 2025. Breast care is carried out 3 times during the third trimester of pregnancy, by watching videos, providing leaflets, and teaching oxytocin massage. The results of the intervention show that maternal knowledge has increased and they can provide exclusive breastfeeding. In conclusion, breast care and oxytocin massage have proven effective as interventions to overcome

breast problems in pregnant women and facilitate breast milk production so as to support the success of exclusive breastfeeding.

Keywords - *comprehensive midwifery care, breast care, oxytocin massage, exclusive breastfeeding*

How to Cite : Lerika, A. L., & Hanim, B. (2025). Asuhan Berkelanjutan pada Ny. N dengan Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin untuk Persiapan Laktasi di RS Awal Bros Ujung Batu. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 2(3), 691–697. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v2i3.569>

Copyright ©2025 Arwi Linda Lerika, Busyra Hanim

PENDAHULUAN

Perawatan kebidanan berbasis bukti dan holistik, dengan mempertimbangkan kebutuhan sosial, budaya, emosional, spiritual, psikologis, dan fisik seorang wanita. Praktik bidan dipandu oleh serangkaian konsep filosofis yang memandu. Ini termasuk memberikan perawatan yang konsisten dari awal perawatan prenatal seorang wanita hingga masa nifasnya dan memberikan perawatan yang holistik, dengan mempertimbangkan tidak hanya fisik tetapi juga elemen sosial dan mental pasiennya (Siregar dkk., 2022). Ketika bidan dan pasien mengembangkan hubungan yang berkelanjutan, pasien menerima perawatan yang disebut sebagai kesinambungan perawatan. Dengan demikian, jelas bahwa kesinambungan perawatan mengacu pada pemberian perawatan atau layanan kebidanan yang berkelanjutan kepada ibu sejak mereka hamil hingga mereka dipulangkan, dengan tujuan memastikan bahwa mereka menerima perawatan terbaik dan bahwa setiap masalah diidentifikasi dan ditangani sesegera mungkin. Penurunan angka kematian ibu dan bayi baru lahir, peningkatan kesehatan perempuan dan keluarga, serta penguatan komunitas merupakan hasil yang dapat dicapai melalui peran bidan (Sartika dkk., 2021).

Bagian penting dari kesiapan menyusui adalah merawat payudara selama kehamilan. Ibu hamil harus meluangkan waktu untuk mempersiapkan payudara mereka agar siap memenuhi kebutuhan bayi baru lahir. Efektivitas menyusui dini, yang berdampak pada pemberian ASI eksklusif, sangat dipengaruhi oleh perawatan payudara (Bobak L, 2021). Dukungan bagi ibu menyusui telah menjadi prioritas Kementerian Kesehatan, yang bertujuan untuk memastikan bayi di bawah usia enam bulan mendapatkan ASI eksklusif selama mungkin. Peraturan perundang-undangan di bidang kesehatan (UU 36 Tahun 2019), khususnya Pasal 128 ayat 1, serta peraturan (Peraturan Pemerintah 33 Tahun 2012, Peraturan Menteri 15 Tahun 2013) tentang penyediaan fasilitas khusus untuk menyusui dan/atau memerah ASI, menguraikan kebijakan pemberian ASI eksklusif. Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa 2.113.564 (atau sekitar 66,1%) dari 3.196.303 bayi berusia kurang dari 6 bulan yang dipanggil kembali pada tahun 2020 mendapatkan ASI eksklusif. Dalam studi mereka pada tahun 2023, Mérida dkk. Ibu hamil harus merawat payudaranya secara khusus agar tetap bersih, putingnya yang terbalik mengendur dan menguat, serta siap untuk memproduksi ASI. Perawatan payudara tidak dianjurkan setelah melahirkan, melainkan selama trimester ketiga, yang berlangsung selama delapan bulan. (Sartika dkk., 2021)

Agar menyusui lebih mudah, penting untuk merawat payudara selama kehamilan. Pijat dan senam payudara merupakan bagian dari perawatan payudara. perawatan payudara dapat dilakukan sebanyak dua kali, dimulai pada kehamilan trimester 3 awal. Beberapa langkah perawatan payudara yang dapat dilakukan oleh ibu hamil seperti menggunakan bra yang nyaman, mengoleskan pelembab atau krim pada payudara, mengompres payudara serta memijat payudara dengan lembut dan gentle. Merawat payudara dengan baik dapat membantu memicu refleksi pengeluaran ASI. Rahmah dkk. (2022) menemukan bahwa pijat oksitosin, bersama dengan perawatan payudara, dapat meningkatkan produksi ASI. Pijat tulang belakang dengan oksitosin dilakukan di punggung, dimulai dari tulang rusuk kelima dan keenam dan bergerak ke kedua sisi tulang belakang hingga ke skapula. Ini memicu sistem saraf parasimpatis, yang berakar di area sakral sumsum tulang belakang dan medula oblongata. Kelenjar pituitari posterior dirangsang untuk melepaskan oksitosin. Oksitosin meningkatkan produksi ASI

dengan merangsang kontraktilitas mioepitel di payudara, yang pada gilirannya mengontraksikan sel-sel otot polos di sekitar duktus laktiferus kelenjar susu. Menurut Setama (2019). Pijat payudara, yang melibatkan stimulasi otot-otot di payudara, dan pijat punggung bekerja sama untuk mencapai tujuan fisiologis berikut: merangsang kelenjar susu untuk memproduksi ASI; untuk memicu refleksi let-down, juga dikenal sebagai hormon oksitosin; dan untuk memberikan kenyamanan dan relaksasi bagi ibu, berkat endorfin yang dilepaskan sebagai hasil pijatan dan dukungan yang diberikannya. Hormon cinta oksitosin sangat sensitif terhadap pengalaman internal ibu, termasuk pikiran, emosi, dan sensasi tubuhnya. Yulianti (2022) menemukan bahwa hal ini menyebabkan peningkatan produksi dan sekresi ASI.

Salah satu faktor yang memengaruhi suplai ASI adalah cara ibu menyusui. Ketika seorang ibu mengalami puting yang tidak nyaman saat menyusui, ia dan bayinya cenderung enggan untuk melanjutkan praktik tersebut. Keraguan ini mungkin berbahaya karena mengisap dapat meningkatkan produksi ASI secara signifikan di kemudian hari. Namun, para ibu seringkali mendapatkan informasi yang salah tentang manfaat ASI dan cara terbaik untuk menyusui bayinya (Siswati et al., 2022)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah saya lakukan pada 5 orang pasien post SC di ruang rawat inap Bonsai pada tanggal 12 Januari 2025, didapatkan hasil tentang kesiapan ibu menyusui bayinya masih kurang, belum tahu cara teknik menyusui yang benar, dari 5 orang pasien terdapat 3 orang putting susunya terbenam sehingga kesulitan dalam proses melaksanakan IMD, dan terdapat putting susu yang tidak dibersihkan selama kehamilan. adanya masalah yang banyak tidak diperhatikan oleh ibu postpartum untuk melakukan perawatan payudara selama hamil. Hasil ini menyoroti pentingnya ibu hamil memikirkan dan melakukan hal-hal seperti pijat oksitosin dan perawatan payudara selama trimester ketiga. Oleh karena itu, tampaknya pijat oksitosin dan bentuk perawatan payudara lainnya sangat penting untuk mempertahankan efektivitas pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, dari latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan asuhan kebidanan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu hamil trimester III, sehingga dapat menerapkan asuhan kebidanan karya ilmiah “ Asuhan Kebidanan berkelanjutan pada Ny.N dengan penerapan perawatan payudara dan pijat oksitosin pada ibu hamil trimester III untuk persiapan laktasi di rumah sakit Awal Bros Ujung Batu”.

TINJAUAN PUSTAKA

Kelenjar susu ibu menyusui mengeluarkan cairan yang dikenal sebagai ASI (ASI). Sejak lahir hingga bayi berusia enam bulan, pemberian ASI eksklusif berarti bayi tidak mengonsumsi makanan atau minuman lain. Pasokan ASI yang buruk umum terjadi pada ibu pascapersalinan karena berbagai alasan, termasuk namun tidak terbatas pada: gizi buruk, ketidaktahuan, kesulitan keuangan, dan kesehatan mental ibu. Angka kematian bayi baru lahir akan berkurang drastis jika bayi disusui secara eksklusif (Anugrah, 2021). Untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Dana Anak-Anak Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNICEF) menganjurkan agar bayi disusui secara eksklusif minimal selama enam bulan. Dalam enam bulan pertama kehidupan mereka, 41% bayi disusui secara eksklusif, menurut statistik UNICEF tahun 2020. Kepulauan Solomon memiliki tingkat 76,2%, Sri Lanka 82,2%, Rwanda 86,9%, Burundi 82,3%, dan Vanuatu 72,6%. Gambaran serupa muncul di Amerika, di mana 38% bayi disusui secara eksklusif hingga usia enam bulan, 54% disusui dalam jam pertama kehidupan, dan 32% disusui selama dua tahun pertama kehidupan (WHO, 2020).

Bagian penting dari kesiapan menyusui adalah merawat payudara. Alasannya, perawatan perlu dimulai sejak dini untuk memastikan payudara dapat terus memproduksi ASI, yang merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi. Lebih banyak menyusui akan terjadi jika ibu mendapatkan dukungan, edukasi, dan bantuan yang lebih baik dalam merawat payudara mereka selama kehamilan. Hasilnya, mereka akan merasa lebih siap untuk menyusui dan akan lebih memahami

kebutuhan perawatan payudara saat hamil. Disarankan untuk memulai perawatan payudara pada trimester ketiga untuk mendorong tubuh memproduksi lebih banyak ASI (Merida et al., 2023).

Ibu hamil sebaiknya merawat payudaranya secara khusus, termasuk membersihkan dan memijatnya. Ada beberapa cara perawatan payudara yang bisa dilakukan selama kehamilan:

a. Perawatan puting payudara yang datar dan tenggelam

Menjaga kebersihan dengan mencuci dengan air bersih merupakan bagian penting dari perawatan prenatal bagi wanita dengan puting datar atau terbalik. Menarik puting saat hamil tidaklah membantu. Ketika bayi mulai menyusui segera setelah lahir, saat itulah dapat memberikan bantuan maksimal. Dengan asumsi pasien sabar dan gigih, payudara akan mulai melunak dan membaik dalam satu atau dua minggu setelah melahirkan.

b. Perawatan lecet pada puting susu

Temukan sumber retakan puting terlebih dahulu. Saat menyusui, perhatikan pelekatan bayi. Periksa payudara yang bengkak, puting yang rusak, dan infeksi jamur. juga harus memperhatikan gejala infeksi jamur atau lidah pendek (frenulum lingual) di mulut bayi. Untuk menjaga minyak alami kulit tetap pada tempatnya dan mencegah terbentuknya retakan, disarankan untuk mencuci payudara tidak lebih dari dua kali sehari dan hindari penggunaan sabun atau menggosok terlalu keras dengan handuk. Mandi cukup untuk membersihkan payudara secara teratur.

c. Perawatan payudara bengkak

Produksi ASI yang berlebihan, keterlambatan mulai menyusui, penyambungan yang tidak memadai, dan pengosongan payudara adalah beberapa kondisi yang dapat menyebabkan pembengkakan payudara. Perlekatan yang baik, memulai menyusui segera setelah melahirkan, dan mendukung pemberian ASI sesuai permintaan merupakan praktik pencegahan. Komponen kunci dari penanganan pembengkakan payudara adalah mengosongkan payudara melalui pemerahan ASI. Peradangan pada payudara, atau mastitis, dapat mengakibatkan penurunan produksi ASI dan pembesaran payudara (edema) jika ASI tidak diperah. Sebuah artikel yang diterbitkan pada tahun 2023 oleh (Suryani et al., 2023).

Produksi ASI yang berlebihan, keterlambatan mulai menyusui, penyambungan yang tidak memadai, dan pengosongan payudara adalah beberapa kondisi yang dapat menyebabkan pembengkakan payudara. Perlekatan yang baik, memulai menyusui segera setelah melahirkan, dan mendukung pemberian ASI sesuai permintaan merupakan praktik pencegahan. Komponen kunci dari penanganan pembengkakan payudara adalah mengosongkan payudara melalui pemerahan ASI. Tidak keluarnya ASI menyebabkan mastitis, yang ditandai dengan payudara bengkak, dan mengurangi produksi ASI. Sebuah artikel yang diterbitkan pada tahun 2023 oleh Suryani dkk.

Menjaga kesehatan payudara merupakan bagian penting dalam menyusui bayi. Perawatan payudara, dengan memijat dan merangsang kelenjar susu, akan merangsang kelenjar pituitari, yang pada gilirannya meningkatkan sekresi hormon progesteron, estrogen, dan oksitosin. Saat memijat payudara ke atas, ke samping, ke bawah, dan ke samping, dukung payudara dengan kedua tangan. Mulailah dengan memijat satu area payudara dengan gerakan memutar, lalu lanjutkan ke atas dengan pola spiral, gunakan telapak tangan untuk memijat dari pangkal payudara hingga ke puncaknya. Refleks pengeluaran ASI dapat dirangsang dengan perawatan payudara. Jika ingin meningkatkan suplai ASI, pijat oksitosin adalah pilihan lain yang dapat dipertimbangkan. Dimulai dari tulang rusuk kelima dan keenam dan bergerak ke bawah tulang belakang hingga ke skapula, pijat oksitosin menargetkan area punggung. Hal ini akan memicu kelenjar pituitari posterior untuk mensekresi oksitosin dengan mempercepat aktivitas neuron parasimpatis, yang berasal dari area sakral sumsum tulang belakang dan medula oblongata. Untuk meningkatkan produksi ASI, oksitosin menyebabkan mioepitel payudara berkontraksi, yang selanjutnya menginduksi kontraksi sel otot polos di sekitar duktus laktiferus kelenjar susu.

Dari sudut pandang fisiologis, tujuan kedua teknik tersebut— pijat punggung ibu dan pijat yang menargetkan otot-otot payudara— adalah untuk merangsang kelenjar susu agar memproduksi ASI dan mengaktifkan refleks let-down, yang juga dikenal sebagai hormon oksitosin. Selain itu, ibu merasakan sensasi relaksasi dan kenyamanan akibat pijatan dan dukungan yang diberikan, yang memicu sekresi zat kimia endorfin. Hormon cinta oksitosin sangat sensitif terhadap pengalaman internal ibu, termasuk pikiran, emosi, dan sensasi tubuhnya. Ketika hal ini terjadi, tubuh merespons dengan memproduksi lebih banyak ASI.

METODE

Pelaksanaan *Evidence Based Practice* (EBP) kebidanan ini dilakukan melalui pendekatan edukatif dan eksperimental kepada ibu hamil trimester III, dengan memberikan intervensi berupa perawatan payudara dan pijat oksitosin sebagai upaya persiapan menyusui untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Kegiatan dilaksanakan sebanyak tiga kali selama bulan April hingga Mei 2025 di rumah Ny. N, Kelurahan Ujung Batu, dan meliputi asuhan kebidanan pada masa kehamilan, persalinan, nifas, bayi baru lahir, serta pelayanan kontrasepsi. Intervensi dilakukan melalui penyuluhan, pemberian leaflet, dan pemutaran video edukatif, yang dilanjutkan dengan observasi dan evaluasi perkembangan pengetahuan ibu serta keberhasilan laktasi. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner dan lembar observasi, sedangkan analisis data menggunakan metode deskriptif untuk menggambarkan perubahan kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Hasil pelaksanaan menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu mengenai laktasi dan kelancaran produksi ASI, yang mencerminkan keberhasilan penerapan perawatan payudara dan pijat oksitosin selama kehamilan.

PEMBAHASAN

Asuhan kebidanan berkelanjutan (*Continuity of Care*) telah diberikan kepada Ny. N mulai dari masa kehamilan, persalinan, masa nifas, bayi baru lahir, hingga pelayanan keluarga berencana. Selama masa kehamilan, Ny. N melakukan tiga kali kunjungan antenatal care (ANC) dengan status obstetri G1P0A0 dan usia kehamilan yang berkembang sesuai usia gestasi berdasarkan hasil pemeriksaan klinis dan laboratorium. Proses persalinan berlangsung secara normal dengan komplikasi minor berupa laserasi perineum derajat III yang ditangani oleh tenaga medis kompeten. Pada masa nifas, dilakukan empat kali kunjungan sesuai standar pelayanan, dengan pemantauan involusi uterus, status psikologis, dan kesiapan laktasi. Bayi lahir cukup bulan, sehat, dan mendapatkan perawatan bayi baru lahir sesuai protokol. Ny. N kemudian memilih metode kontrasepsi suntik 3 bulan yang sesuai dengan status laktasinya.

Pada pertemuan awal Ibu N dengan penulis pada tanggal 15 April 2025, saat usia kehamilan 35 minggu, saat ANC, tercatat bahwa Ibu N menyatakan keinginan yang kuat untuk menyusui anaknya secara eksklusif selama enam bulan pertama. Penulis memilih untuk memberikan perawatan menyeluruh yang mengakomodasi kebutuhan pasien untuk menyusui secara eksklusif dengan memasukkan pijat oksitosin dan perawatan payudara untuk ibu hamil di trimester ketiga. Persiapan untuk menyusui mengharuskan pasien untuk mempraktikkan perawatan payudara dan pijat oksitosin, yang membutuhkan bantuan, pengetahuan, dan dorongan dari semua orang. Ia akan mendapatkan kepercayaan diri dalam kemampuan menyusui dan belajar tentang pentingnya pijat oksitosin dan perawatan payudara selama kehamilannya.

Penulis berupaya keras untuk mempromosikan pemberian ASI eksklusif dengan memberikan instruksi perawatan payudara pascapersalinan, informasi dan edukasi (KIE) tentang pijat oksitosin dan perawatan payudara trimester ketiga, pentingnya kebersihan payudara yang baik (terutama kebersihan puting), manfaat menyusui, dan pengaturan kebiasaan makan dan tidur. Dalam memberikan asuhan, penulis memberikan video, leaflet dan latihan cara melakukan perawatan payudara dan pijat oksitosin. Sebelum memberikan asuhan, pasien diminta untuk mengisi lembar

kuesioner pengetahuan dan menulis surat persetujuan bersedia menjadi responden. Asuhan yang diberikan sebanyak 3 kali kunjungan kerumah ny.N.

Pasien merasa jauh lebih baik setelah menerima perawatan menyeluruh dari penulis, dan ia bahkan merasa lebih tenang menjelang hari persalinan. Merawat payudara dengan baik selama kehamilan tidak hanya mencakup produksi ASI; tetapi juga mencakup penguatan positif dalam mengasuh anak dan mengubah gaya hidup, seperti mendapatkan cukup air, makanan sehat, dan tidur. Para ibu didorong untuk menjalani rutinitas sehat selama kehamilan, yang meliputi pembelajaran tentang pemberian ASI eksklusif, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, menjaga hidrasi, tidur yang cukup, menjaga kesehatan mental, dan melakukan perawatan payudara rutin.

Berkat persiapannya untuk menyusui dan pengetahuannya tentang ASI, bayi, dan proses menyusui, Ibu N merasa lebih percaya diri dengan kemampuannya untuk menyusui secara eksklusif. Perawatan payudara prenatal bertujuan untuk menjaga kebersihan payudara ibu (terutama puting), menguatkan dan melembutkan puting agar menyusui lebih mudah, merangsang kelenjar ASI agar ASI melimpah dan lancar, mendeteksi dan menangani kelainan payudara sedini mungkin, serta mempersiapkan ibu secara mental untuk menyusui dengan meningkatkan rasa percaya dirinya.

Risiko infeksi pada ibu berkurang karena Ibu N selalu menjaga kebersihan diri, terutama di area payudara tempat ASI diproduksi. Agar payudara siap memproduksi ASI, penting untuk mencucinya secara menyeluruh, memastikan puting terlihat, memeriksa keluarnya ASI, memijatnya dengan lembut menggunakan kedua tangan, memegang pangkal payudara dan memijatnya ke arah puting 5 hingga 10 kali sehari, membersihkannya dan puting, serta menganjurkan ibu untuk mengenakan bra yang longgar dan suportif.

ASI juga lancar. Ibu dapat segera mulai menyusui dan membangun ikatan dengan bayinya karena kolostrum sudah ada sejak hari pertama kelahiran. Ibu dianjurkan untuk menyusui bayinya pada hari kedua setelah melahirkan karena pasokan ASI transisi yang melimpah. Ketika ASI mencapai tahap matang pada hari kelima setelah melahirkan, ia dapat menyusui bayinya hanya selama dua jam saja tanpa masalah.

KESIMPULAN

Hasil asuhan kebidanan komprehensif pada Ny. N menunjukkan bahwa penerapan perawatan payudara dan pijat oksitosin efektif meningkatkan produksi ASI serta mendukung keberhasilan menyusui dini dan ASI eksklusif. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya penerapan asuhan kebidanan berkesinambungan berbasis bukti dalam meningkatkan keterlibatan ibu dan pemenuhan kebutuhan ibu dan bayi secara optimal. Praktik ini dapat dijadikan model pelayanan terintegrasi di fasilitas kesehatan. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang terhadap keberhasilan menyusui dan kesehatan ibu-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana, Indriani, S., Yulita, D., Kirana, N. (2022). Kesehatan Ibu dan Anak: Konsep Dasar Teori Perspektif Akademisi dan Praktisi. *Indie Press*.
- Afrida, R. (2022). Pengantar Asuhan Kebidanan: Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir. *PT Inovasi Pratama Internasional*.
- Anggraini, S., Astrika, F., Dewi, N. (2021). Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. *CV Jejak*.
- Desi, Q., Lusy, P., Cindy, P. (2024). Asuhan Kebidanan Kehamilan. *PT Nasya Expanding Management*.
- Egam, A. (2022). Perawatan Payudara Berbasis Bahan Lokal di Masa Pandemi COVID-19. *Penerbit NEM*.
- Eka, V., Bdn, Wenny, I., Purnama, E., Irawati, Indrianingrum. (2024). Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Kehamilan. *Mahakarya Citra Utama Group*.
- Ernawati, Syamsiah, S., ArieB, R. (2025). Asuhan Kebidanan Bayi Baru Lahir Jilid 2. *Rena Cipta Mandiri*.

- Fauziah, R., Idayanti, T., Anggraeni, W. (tahun). Manfaat Air Rebusan Jahe Merah dalam Mempercepat Penyembuhan Luka Laserasi Perineum pada Ibu Nifas. *Rizmedia Pustaka Indonesia*.
- Furi, N. (2020). Happy Eksklusif Breastfeeding. *CV Laksana*.
- Ika, S., Endah, Y., Hasnawaty. (2023). Buku Ajar Asuhan Neonatus, Bayi dan Balita. *CV Budi Utama*.
- Lestari, W., Muflihah, Noviyana. (2023). Asuhan Kebidanan Kehamilan: Panduan Lengkap Asuhan Selama Kehamilan Bagi Praktisi Kebidanan. *PT Sonpedia Publishing Indonesia*.
- Marleni, dkk. (2024). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pelayanan Keluarga Berencana. *Mahakarya Citra Utama*.
- Marni, K., Deviany, E. (2022). Perkembangan Metode Kontrasepsi Masa Kini. *Rena Cipta Mandiri*.
- Matahari, R., Putri, F. (2019). Buku Ajar Keluarga Berencana dan Kontrasepsi. *Penerbit Pustaka Ilmu*.
- Merida, Y., Fatmawati, R., Sari, T. P., Widiyanti, R. (2023). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui*. Penerbit NEM.
- Pratiwi, A., Wardani, D., Kusmiyanti, M. (2022). Penuntun Calon Ibu. *Pradina Pustaka*.
- Rahmah, S., Malia, A., Maritalia, D. (2022). Asuhan Kebidanan Kehamilan. *Syiah Kuala University Press*.
- Ronalen, S., Yatri, H., Jumita, S. (2021). Asuhan Kebidanan Kehamilan. *CV Pustaka El Queena*.
- Sandriani, dkk. (2024). Buku Ajar Bayi Baru Lahir. *Mahakarya Citra Utama*.
- Sartika, S., Dewi, S., Aufa, U., Di, R., Padangsidempuan, K. (2021). Penyuluhan tentang Perawatan Payudara pada Ibu Hamil di Desa Labuhan Rasoki. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(2).
- Savita, R., Heryani, H., Jayanti, C. (2023). Buku Ajar Nifas DIII Kebidanan Jilid II. *Mahakarya Citra Utama*.
- Sinta, D. W., Ayuk, N., Andriana, Anita, N. (2023). Kebidanan Komunitas: Teori dan Aplikasi Asuhan Kebidanan. *Kaizan Media Publishing*.
- Siregar, R. (2022). Pelatihan dan pendampingan kader tentang perawatan payudara pada ibu hamil trimester III dalam persiapan inisiasi menyusui dini dan pemberian kolostrum di Desa Karang Raharja Kecamatan Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(4), 2082-2087.
- Siswati, S., Indarsita, D., Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan, J. (2022). Pelatihan Perawatan Payudara bagi Ibu Hamil untuk Persiapan Laktasi di Desa Purwodadi Wilayah Kerja Puskesmas Mulioarjo Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang. *Community Development Journal*, 3(3), 1642–1646.
- Sudarmi, Dr. Baiq. (2022). Kelas Antenatal Care (ANC) Konseling Menyusui Berbasis Budaya Sasak. *CV Bintang Semesta*.
- Suryani, I. S., Setiawati, Y., Patmahwati, P., Ariani, D., Yusnidar, Y., Winarningsih, R. A., ... & Mayanti, A. (2023). Asuhan Kebidanan Kehamilan. *Penerbit Widina*.
- Wahyuni, S. (2022). Pelayanan Keluarga Berencana (KB). *Unisma Press*.