

## Penerapan Perawatan Payudara (*Breast Care*) Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui Post Partum Di Bangsal Cempaka RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen

**Khisan Fajri Nur Khasanah**  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**Maryatun**  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**Neny Utami**  
Alamat: Universitas 'Aisyiyah Surakarta  
Korespondensi penulis: [khisankhasanah08@gmail.com](mailto:khisankhasanah08@gmail.com)

**Abstract.** *Breastfeeding-related problems such as breast milk dams, mastitis, nipple blisters and others are widely experienced by breastfeeding mothers. Factors that can cause breast swelling and inhibition of ASI, one of which is the feeling of anxiety or stress felt by postpartum mothers. Breast care has tremendous benefits, especially for postpartum mothers in the process of breastfeeding their babies. The benefits of breast care are that mothers understand how to keep breasts clean, make nipples stronger and flexible, care for flat or inverted nipples, and facilitate the release of breast milk. To find out the results of breast care implementation in the cempaka ward of RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. This study used quasi-experiment, one group with pretest-posttest Without Control Group Design with 2 respondents postpartum mothers. The instrument used is a Checklist containing six-point engorgement scale (SPES) and Breast Care Procedure.: the results of the application of breast care carried out 3 days in a row obtained the value of the Six Point Engorgement Scale questionnaire there was a decrease in scores, namely 2 and 1 from the original values of 5 and 4 which means there was a decrease in breast swelling. there was a significant difference in the Six Point Engorgement Scale (SPES) score in postpartum maternal patients between before and after breast care every 30 minutes for 3 days.*

**Keywords:** *Breast Care, Breast Swelling, Post Partum, Breastfeed*

**Abstrak.** Masalah terkait menyusui seperti bendungan ASI, mastitis, puting lecet dan lain-lain banyak dialami oleh ibu menyusui. faktor yang dapat menyebabkan pembengkakan payudara dan terhambatnya ASI, salah satunya adalah perasaan cemas atau stres yang dirasakan ibu pasca melahirkan. Perawatan payudara memiliki manfaat yang luar biasa, terutama bagi ibu post partum dalam proses pemberian ASI kepada bayinya. Manfaat perawatan payudara adalah ibu memahami cara menjaga kebersihan payudara, membuat puting lebih kuat dan lentur, merawat puting datar atau terbalik, dan memperlancar keluarnya ASI. Untuk mengetahui hasil implementasi breast care di bangsal cempaka RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Penelitian ini menggunakan quasi eksperimen, one group dengan pretest-posttest Without Control Group Design dengan 2 orang responden ibu post partum. Instrument yang digunakan adalah Checklist yang berisi six-point engorgement scale (SPES) dan Prosedur Breast Care. hasil penerapan breast care yang dilakukan 3 hari berturut-turut didapatkan nilai kuisioner Six Point Engorgement Scale terdapat penurunan score yaitu 2 dan 1 dari nilai semula 5 dan 4 yang berarti terjadi penurunan pembengkakan payudara. terdapat perbedaan yang signifikan terhadap score Six Point Engorgement Scale (SPES) pada pasien ibu post partum antara sebelum dan sesudah diberikan perawatan payudara (breast care) setiap 30 menit selama 3 hari

**Kata kunci:** Kecemasan, Leukemia, Terapi Storytelling.

### LATAR BELAKANG

*Received Juni 30, 2023; Revised Juli 15, 2023; Accepted Agustus 04, 2023*

\* Khisan Fajri Nur Khasanah, [khisankhasanah08@gmail.com](mailto:khisankhasanah08@gmail.com)

Prevalensi masalah ibu post partum dengan insiden kejadian pembengkakan payudara yang diakibatkan oleh bendungan ASI yang dialami oleh pasien di RSIA Khadijah 1 Makassar diperoleh data selama tiga bulan terakhir yaitu April-Juni 2018, jumlah ibu yang melahirkan sebanyak 288 orang (Yusaran, dkk 2019). Hasil wawancara yang dilakukan oleh 10 ibu di ruang nifas mengeluhkan tidak menyusui anaknya pada hari kedua akibat bendungan ASI. Sedangkan berdasarkan data yang diperoleh dari rekam medis RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen, kejadian ibu post partum 216 pasien bulan Maret-Mei 2023, bendungan ASI sebesar tahun 2023 sebesar 40%.

Salah satu penyebab hambatan dalam pemberian ASI eksklusif adalah masalah-masalah menyusui terutama masalah pada payudara, seperti adanya pembengkakan payudara. Berdasarkan penelitian, angka pembengkakan payudara di Indonesia paling tinggi ditemukan pada ibu bekerja yaitu 16% ibu yang menyusui. Selain itu, pembengkakan payudara terjadi 253 kali (48%) lebih tinggi pada primipara (Septiani & Sumiyati, 2022). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan pembengkakan payudara, salah satunya adalah perasaan cemas atau stres yang dirasakan ibu pasca melahirkan. Stres dan kecemasan pada ibu dapat mempengaruhi produksi oksitosin yang berdampak pada penurunan volume ASI. Kondisi psikologis yang tidak tenang memicu peningkatan kortisol dan prolaktin serta oksitosin. Kondisi psikologis ibu menentukan kelancaran produksi ASI (Sebatik, 2022).

Masalah pembekakan payudara ini tidak teratasi dapat menimbulkan peradangan payudara atau mastitis. Salah satu metode untuk mengatasi masalah tersebut yaitu dengan melakukan Perawatan payudara atau breast massage / breast care. Perawatan payudara (breast care) adalah teknik perawatan payudara yang dilakukan selama dan selama masa kehamilan dan setelah melahirkan (melahirkan) dengan tujuan untuk memperlancar dan meningkatkan produksi ASI, menjaga kebersihan area payudara dan puting susu serta merawat puting susu yang masuk ke dalam yang rata dan ke dalam. (Nur Farida & Ismiakriatin, 2022).

Menurut penelitian dari Setyaningsih dkk (2020), kelancaran produksi ASI pada ibu post partum dengan operasi Caesar sebelum dilakukan perawatan payudara di Ruang Fatimah Rumah Sakit Islam Siti Aisyah Madiun yaitu sebanyak 11 ibu tidak menyusui (65%). Sementara itu, kelancaran produksi ASI pada ibu post partum dengan operasi caesar setelah dilakukan perawatan payudara di Ruang Fatimah Rumah Sakit Islam Siti Aisyah Madiun, 17 ibu mengalami kelancaran menyusui (100%). Perawatan payudara memiliki manfaat yang luar biasa, terutama bagi ibu post partum dalam proses pemberian ASI kepada bayinya. Manfaat perawatan payudara adalah ibu memahami cara menjaga kebersihan payudara, membuat puting

lebih kuat dan lentur, merawat puting datar atau terbalik, dan memperlancar keluarnya ASI. Penelitian yang dilakukan oleh Subekti dan Faidah (2019) mendapatkan hasil bahwa perawatan payudara dapat menebalkan puting agar tidak mudah lecet, menonjolkan puting, mencegah sumbatan, meningkatkan produksi ASI dan mendeteksi kelainan sejak dini (Subekti & Faidah, 2019).

## **METODE PENELITIAN**

Penerapan ini menggunakan rancangan deskriptif dalam bentuk Studi Kasus. Penerapan dilakukan pada 2 pasien. Dengan kriteria inklusi pasien ibu post partum, pasien yang mengalami kesusahan mengeluarkan ASI, pasien dengan pembengkakan payudara dengan kriteria score *six-point engorgement scale* ( SPES) 4-6, bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi pasien Ibu post partum yang belum bisa duduk, mobilisasi belum dilakukan selama 24 jam. Penerapan ini dilakukan setiap 30 menit selama 3 hari. Instrumen dalam penerapan ini yaitu dengan nilai kuisioner *Six Point Engorgement Scale*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Lokasi penerapan ini dilakukan RSUD dr. Soehadi Prijonegoro adalah rumah sakit umum yang berada dibawah otoritas Pemerintah Kabupaten Sragen. RSUD dr. Soehadi Prijonegoro beralamat di Jl. Sukowati No.534, Ngrandu, Nglorog, Kec. Sragen, Kabupaten Sragen, Jawa Tengah 57272, Indonesia. Pada tahun 2011 berdasarkan kepada Keputusan menteri Menteri Kesehatan Nomor: HK.03.05/I/288/2011 RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen ditetapkan menjadi Rumah Sakit Umum Kelas B. Penerapan terapi ini dilaksanakan pada salah satu bangsal yang ada di RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragenyaitu Bangsal Cempaka. Bangsal Cempaka berada di gedung barat lantai 3. Di Bangsal Cempaka terdapat kapasitas *bed* yang berjumlah 24 dan 12 *bed* di HCU (*High Care Unit*).

### **Hasil skor SPES sebelum diberikan *breast care***

Tabel 1. Hasil Six Point *Engorgement Scale* (SPES) sebelum penerapan

Nama	Six Point Engorgement Scale (SPES)	Keterangan
Ny. M	5	Tegas, mulai ada nyeri payudara
Ny. T	4	Tegas, payudara kurang lembut

Berdasarkan 1 menunjukkan hasil bahwa dari kedua responden didapatkan hasil Ny.M dengan score 5 yaitu tegas, lembut dan Ny.T dengan score 4 yaitu tegas, mulai ada nyeri payudara.

### Hasil skor SPES setelah diberikan *breast care*

Tabel 1. Hasil *Six Point Engorgement Scale* (SPES) setelah penerapan

Nama	Six Point Engorgement Scale (SPES)	Keterangan
Ny. M	2	Sedikit perubahan pada payudara
Ny. T	1	Halus, tidak ada perubahan pada payudara

Berdasarkan 2 menunjukkan hasil bahwa dari kedua responden terdapat penurunan score *Six Point Engorgement Scale* didapatkan hasil Ny.M di hari pertama dari score 5 menjadi score 4, dihari ke-2 dari score 4 menjadi score 3 dan dihari ke-3 dari score 3 menjadi 2, sedangkan Ny.T di hari pertama dari score 4 menjadi score 3, dihari ke-2 dari score 3 menjadi score 2, dan dihari ke-3 dari score 2 menjadi score 1.

### Hasil perbandingan SPES sebelum dan sesudah penerapan *breast care*

Tabel 2. Perbandingan *Six Point Engorgement Scale* (SPES)

Nama	Sebelum	Sesudah
Ny. M	5	2
Ny. T	4	1

Berdasarkan 3 menunjukkan hasil penerapan *breast care* yang dilakukan 3 hari berturut-turut yang dilaksanakan diruang Cempaka RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Berdasarkan kuisisioner *Six Point Engorgement Scale* didapatkan hasil Ny.M dan Ny.T terdapat penurunan score yaitu 2 dan 1 yang berarti terjadi penurunan pembengkakan payudara.

### Hasil Perkembangan terhadap sebelum dan sesudah dilakukan penerapan *breast care*

Tabel 3. Perbandingan *Six Point Engorgement Scale* (SPES)

No	Perkembangan Ny.M sesudah penerapan hari ke-3	Perkembangan Ny.T sesudah penerapan hari ke-3	Perbandingan
1.	2	1	2:1

Berdasarkan 4 menunjukkan hasil penerapan *breast care* yang dilakukan 3 hari berturut-turut yang dilaksanakan diruang Cempaka RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen. Berdasarkan kuisisioner *Six Point Engorgement Scale* didapatkan hasil Ny.M dan Ny.T terdapat perbandingan score yaitu 2:1.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian sebelum dilakukan penerapan *breast care* kepada dua responden, sebelumnya responden diukur menggunakan pengukuran *Six Point Engorgement Scale (SPES)*. Hasil pengukuran pada Ny.M sebelum dilakukan penerapan *Six Point Engorgement Scale (SPES)* menunjukkan score 5 yaitu tegas, lembut sedangkan Ny.T dengan score 4 yaitu tegas, mulai ada nyeri payudara. Hasil penelitian Ranny dan Sumiyati (2022) menunjukkan ada perbedaan bermakna antara nilai skor pembengkakan payudara sebelum dan sesudah dilakukan perawatan payudara (*breast care*). Hal ini berarti perawatan payudara efektif terhadap pembengkakan payudara pada ibu menyusui.

Setelah dilakukan *breast care* setiap 30 menit selama 3 hari, kedua responden tampak mengalami penurunan pembengkakan payudara yang ditunjukkan pada hasil score *Six Point Engorgement Scale (SPES)*. Setelah dilakukan penerapan pada hari ke-3 diukur kembali score pembengkakan terhadap payudara. Ny.M mempunyai total 2 dengan interpretasi sedikit berubah pada payudara, sedangkan Ny.T juga mengalami penurunan score yaitu 1 yang berarti halus, tidak ada perubahan pada payudara.

Penelitian ini selaras berdasarkan penelitian dari Ranny dan Sumiyati (2022) perawatan payudara (*breast care*) dapat menurunkan pembengkakan payudara. Hal ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan perawatan payudara (*breast care*) pembengkakan payudara pada ibu menyusui dapat menurunkan dengan menggunakan score *Six Point Engorgement Scale (SPES)*.

Hasil penerapan yang dilakukan kepada dua responden menunjukkan bahwa adanya pengaruh perawatan payudara (*breast care*) dalam pembengkakan payudara pada pasien ibu post partum. Hasil kedua responden menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan perawatan payudara (*breast care*) selama 30 menit selama 3 hari. Pada Ny.M mengalami penurunan dari score 5 yaitu tegas, lembut menjadi score 2 yaitu sedikit perubahan pada payudara sedangkan Ny.T mengalami penurunan dari score 4 yaitu tegas, mulai ada nyeri payudara menjadi score 1 yaitu halus, tidak ada perubahan pada payudara. Berdasarkan data tersebut, dua responden mengalami penurunan score terhadap pembengkakan payudara.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Maulani, N., & Nababan, L. (2022) yang menunjukkan bahwa perawatan yang dilakukan pada masa nifas

dapat dilakukan untuk melakukan pencegahan serta mengatasi masalah menyusui seperti pembengkakan payudara. Penelitian ini sejalan dengan yang dipaparkan oleh Sukma dan Rahmawati (2023) mengungkapkan bahwa perawatan payudara (*breast care*) sebagai upaya untuk merangsang sekresi hormon oksitosin dalam menghasilkan ASI sedini mungkin yang memiliki peranan penting dalam menghadapi masalah ketika menyusui.

Perawatan payudara bertujuan mencegah tersumbatnya aliran susu, melancarkan sirkulasi darah dan melancarkan keluarnya ASI dan menghindari munculnya gangguan payudara bengkak atau bendungan serta kondisi sulit menyusui. Selain memperlancar produksi ASI, perawatan payudara dapat menjaga kebersihan sehingga tidak terjadi infeksi akibat lecet yang dialami selama menyusui. Tahapan-tahapan untuk melaksanakan perawatan pada payudara seharusnya diterapkan dengan urutan dan benar. Kegiatan merawat payudara ini dapat dilakukan dengan memakai teknik pembasuhan air dingin dan hangat yang dijalankan secara berurutan untuk menurunkan rasa nyeri akibat bendungan payudara atau mastitis yang dialami oleh ibu nifas. Perawatan payudara yang baik dapat menaikkan produksi ASI dengan baik. Namun jika perawatan pada payudara tidak dilaksanakan secara benar, hal tersebut menyebabkan produksi ASI menurun, kurang lancarnya produksi ASI dan akan terjadi bendungan ASI (Rany, et al 2021).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penerapan ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh perawatan payudara (*breast care*) pada pasien ibu post partum. Hasil analisa dari pembahasan yang telah diuraikan maka kesimpulan yang dapat diambil dari penerapan ini adalah terdapat perbedaan yang signifikan terhadap score *Six Point Engorgement Scale (SPES)* pada pasien ibu post partum antara sebelum dan sesudah diberikan perawatan payudara (*breast care*) setiap 30 menit selama 3 hari.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih dan penghargaan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian tugas akhir Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Terimakasih saya ucapkan kepada RSUD dr. Soehadi Prijonegoro Sragen yang telah memberikan saya izin untuk saya melakukan penerapan.

## **DAFTAR REFERENSI**

Ambarwati, Wulandari. 2020. Asuhan Kebidanan Nifas. Nuha Medika: Yogyakarta

- Anggraini, D. D., Aninora, N. R., Ningsih, D. A., Malahayati, I., Yogi, R., Hanung, A., & Gustirini, A. (2022). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui* (M. Sari (Ed.)). PT Global Eksekutif Teknologi.
- Ani, S. N. H. S. (2021). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Perkumpulan Rumah Cemelang Indonesia.
- Anwar, Chairanisa, et al. 2021. "Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Peran Tenaga Kesehatan dengan Perawatan Payudara pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Lamteuba Kecamatan Seulumum Aceh Besar". *Journal Of Healthcare Technology And Medicine* 7.1: 304-317.
- Damayanti et al. 2020. Penerapan Walking Exercise Program pada Pasien Kanker Payudara dengan Cancer Related Fatigue di Ruang Raflesia RSUD Abdoel Moeloek Provinsi Lampung. *Madago Noursing Journal*, 1(1).
- Dinarti, & Mulyanti, Y. (2019). *Dokumentasi Keperawatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 167.
- Gresh, A., Robinson, K., Thornton, C.P. and Plesko, C. (2019), Caring for Women Experiencing Breast Engorgement: A Case Report. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 64: 763-768. <https://doi.org/10.1111/jmwh.13011>
- Hidayat, T., & Purwokerto, U. M. (2019). Pembahasan studi kasus sebagai bagian metodologi penelitian. *Jurnal Study Kasus*, 3, 1-13.
- Jamaruddin, Raditha Nur Arsy dkk. (2022). Manajemen Asuhan Kebidanan Berkelanjutan Post Natal pada Ny"W" dengan Bendungan ASI Hari Ketiga Sampai 31 Hari Masa Nifas di Puskesmas Bara Baraya. *Jurnal Midwifery*, 4(2).
- Kusumastuti, K., Dewi, A. P. S., & Noviani, D. (2021). Inisiasi Menyusu Dini Dan Pijat Oksitosin Untuk Mempercepat Involusi Uterus Pada Ibu Postpartum. *Proceeding of The URECOL*, 928-934.
- Mastiningsih, Putu dan Yayuk Chrisyanti Agustina. 2019. *Buku Asuhan Kehamilan*. Bogor: In media.
- Milincio, M., Travan, L., Cattaneo, A. et al. (2020). Effectiveness of biological nurturing on early breastfeeding problems: a randomized controlled trial. *Int Breastfeed J* 15(21). <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00261-4>
- N. Saputri, R. Gurusinga, and N. Friska, "Pengaruh Senam Nifas Terhadap Proses Involusi Uteri Pada Ibu Postpartum," *J. Kebidanan Kestra*, vol. 2, no. 2, pp. 159–163, 2020, doi: 10.35451/jkk.v2i2.347.
- Nabulsi, M., Ghanem, R., Abou-Jaoude, M., & Khalil, A. (2019). Breastfeeding success with the use of the inverted syringe technique for management of inverted nipples in lactating women: A study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 20(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s13063-019-3880-8>
- Nur Farida, L., & Ismiakriatin, P. (2022). Pijat Oketani untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 3(2), 86–95. <https://doi.org/10.22437/jini.v3i2.21368>
- Nur'aini, R. D. (2020). Penerapan metode studi kasus YIN dalam penelitian arsitektur dan perilaku. *INERSIA Informasi dan Ekspose Hasil Riset Teknik Sipil dan Arsitektur*, 16(1), 92-104.

- Octaviana, L. P. (2021). Hubungan Perawatan Payudara Dengan Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pembengkakan Payudara Ibu Menyusui Di BPM Hj. Kiptiyah, SST Kecamatan Pakong, Kabupaten Pamekasan. *Ovary Midwifery Journal*, 2(2), 64-70.
- Oriza, Novalita. (2019). Faktor yang mempengaruhi Bendungan ASI pada ibu Nifas. *Nursing Arts*. Vol (XIV),01,29-40.
- Pohan, R. A. 2022 Pengantar Asuhan Kebidanan Kehamilan, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir. Padang: PT Inovasi Pratama Internasional.
- PPNI, T. P. S. D. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia.
- Rahayu Heny Suraida, Wulandari Eka Tri. (2020). Perbandingan Efektifitas Kompres Air Hangat dan Kompres Daun Kol untuk Mengurangi Nyeri Pada Ibu dengan Pembengkakan Payudara Di Wilayah Kerja Puskesmas wana Kabupaten Lampung Timur. *Jurnal Maternitas Aisyah*, 1(3).
- Salat, Sri Yunita Suraida & Ratna Indriyani. (2019). Pengaruh Stres Post Partum Terhadap Pembengkakan Payudara Pada Ibu Menyusui Di Desa Matanair. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(1).
- Sebatik. (2022). *Sebatik* Vol. 26 No. 1 Juni 2022. *Sebatik*, 26(1). [https://www.google.co.id/books/edition/Sebatik\\_Vol\\_26\\_No\\_1\\_Juni\\_2022/Jhtzeaaaqbaj?hl=en&gbpv=1&dq=Pengaruh+Perawatan+Payudara+Terhadap+Peningkatan+Volume+Asi&pg=Pa218&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Sebatik_Vol_26_No_1_Juni_2022/Jhtzeaaaqbaj?hl=en&gbpv=1&dq=Pengaruh+Perawatan+Payudara+Terhadap+Peningkatan+Volume+Asi&pg=Pa218&printsec=frontcover)
- Septiani, R., & Sumiyati. (2022). Efektivitas Perawatan Payudara (Breast Care) Terhadap Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) Pada Ibu Menyusui. *MJ (Midwifery Journal)*, 2(2), 66–73.
- Setyaningsih, Rina dkk. (2020). Efektifitas Teknik Breast Care terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum dengan Seksio Sesarea. *Health Sciences Journal*, 4(1) : 75 – 89.
- Subekti, R., & Faidah, D. A. (2019). Pengaruh Kombinasi Teknik Marmet dan Breastcare Untuk Memperlancar Pengeluaran ASI Ibu Postpartum Normal. *Medsains*, 5(01), 22–30.
- Sukma, M., & Rahmawati, D. A. (2023). The Effect of Breast Care for Postpartum Mothers on Increasing Breast Milk Production in the Delivery Room of the Sawa Health Center North Konawe Regency. *Indonesian Journal of Contemporary Multidisciplinary Research*, 2(3), 481-494.
- Taqiyah, Y., Sunarti, S., & Rais, N. F. (2019). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Bendungan Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsia Khadijah IMakassar. *Journalof Islamic Nursing*,4(1), 12. <https://doi.org/10.24252/join.v4i1.7757>.
- Ummah, F. dkk. (2021). Pendidikan Kesehatan Dan Promosi Kesehatan. *Media Sains Indonesia*.
- Yuliana, W., & Hakim, B. N. (2020). Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa. Nifas. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.