

## **ASUHAN KEBIDANAN IBU NIFAS PADA NY. F UMUR 29 TAHUN P3A0 DENGAN MASTITIS DI PMB EKA SETYOWATI**

### ***MIDWIFERY CARE FOR POSTPARTUM MOTHERS IN NY. F AGED 29 YEARS P3A0 WITH MASTITIS AT PMB EKA SETYOWATI***

**Wahyu Erina Pratiwi<sup>1</sup>, Maria Ulfah Kurnia Dewi<sup>2</sup>, Indri Astuti Purwanti<sup>3</sup>, Nuke Devi Indrawati<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Profesi Kebidanan, FIKKES Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>4</sup>Program Studi DIII Kebidanan, FIKKES Universitas Muhammadiyah Semarang

Email : [wahyuerinapratwi357@gmail.com](mailto:wahyuerinapratwi357@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

Mastitis merupakan suatu proses peradangan pada satu atau lebih segmen payudara yang mungkin disertai infeksi atau tanpa infeksi. Dari studi pendahuluan PMB Eka Setyowati, S.Tr.Keb. di Semarang, didapatkan data ibu nifas pada bulan Oktober-November 2022 sebanyak 20 ibu nifas. Ibu yang mengalami masalah payudara ada 10 ibu nifas, diantaranya terdapat 3 ibu nifas dengan *mastitis* dan 7 ibu nifas dengan *engorgment*. Sedangkan 10 ibu nifas lainnya yaitu tidak ada masalah dalam masa nifas. Bidan diharapkan mampu melaksanakan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan mastitis dengan menggunakan Langkah 7 varney. Penulis mengumpulkan data dengan wawancara, pemeriksaan fisik, observasi dan dokumentasi. Ibu nifas dengan mastitis setelah diberikan asuhan kebidanan selama 4 hari menggunakan perawatan payudara dan kompres hangat serta pemberian antibiotik 500 mg selama 3 hari dan analgesic 500mg selama 3 hari. Dengan demikian pemberian intervensi terbukti bahwa terdapat perubahan yang dialami ibu nifas dengan *mastitis*.

**Kata Kunci : Nifas , Mastitis, Perawatan payudara**

#### **ABSTRACT**

*Mastitis is an inflammatory process in one or more breast segments which may be accompanied by infection or without infection. From the preliminary study of PMB Eka Setyowati, S.Tr.Keb. In Semarang, data were obtained for postpartum mothers in October-November 2022 as many as 20 postpartum mothers. There were 10 mothers who experienced breast problems, including 3 postpartum mothers with mastitis and 7 postpartum mothers with engorgment. While the other 10 postpartum mothers had no problems during the postpartum period. Midwives are expected to be able to carry out midwifery care for postpartum women with mastitis using Varney's Step 7. The author collects data by interviews, physical examination, observation and documentation. Postpartum women with mastitis after being given midwifery care for 4 days using breast care and warm compresses and giving 500 mg of antibiotics for 3 days and 500 mg of analgesics for 3 days. Thus the provision of interventions is proven that there are changes experienced by postpartum women with mastitis.*

**Keywords: Postpartum , Mastitis , Breast Care**

#### **PENDAHULUAN**

Angka kematian ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Berdasarkan data Kemenkes RI tahun 2022 yaitu jumlah Angka Kematian Ibu di Indonesia pada tahun 2021 sebanyak 7.389. Tahun 2020 AKI di Indonesia yaitu sebanyak 4.627. Penyebab utama kematian ibu tahun 2021 yaitu covid-19 sebanyak 2.982, perdarahan sebanyak 1.320, hipertensi kehamilan sebanyak 1.077, jantung sebanyak 335, infeksi sebanyak 207, gangguan metabolic sebanyak 80, gangguan system

darah sebanyak 65 dan abortus 14 (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2022). Menurut Angka Kematian Ibu (AKI) di Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 sebanyak 199/100.000 kelahiran hidup mengalami peningkatan pada tahun sebelumnya yaitu tahun 2020 sebanyak 98,6/100.000 kelahiran hidup. Sebesar 50,7 persen kematian maternal di Provinsi Jawa Tengah terjadi pada waktu nifas. (Dinkes, 2021).

Mastitis merupakan peradangan kemudian terjadi infeksi pada payudara. Selama masa nifas, infeksi dan peradangan dapat terjadi pada ibu, terutama pada primipara. Penyebab infeksi paling umum yaitu *staphylococcus aureus*. Manifestasi klinis atau tanda ibu mengalami mastitis adalah rasa terbakar disertai peningkatan suhu tubuh, lesu dan tidak nafsu makan, payudara membesar dan nyeri lokal, kulit merah, bengkak dan nyeri saat disentuh. Jika tidak segera ditangani dapat menjadi abses (Mansyur & Dahlan, 2014).

Tata laksana mastitis dimulai dengan memperbaiki teknik menyusui dan yang tidak kalah pentingnya yaitu kompres dengan air hangat untuk meredakan rasa nyeri (Triandini et al., 2018). Faktor predisposisi penyebab mastitis antara lain usia, paritas, serangan sebelumnya, persalinan, nutrisi, faktor imun dalam ASI, stres dan kelelahan, pekerjaan di luar rumah dan trauma (Rambe & Savira, 2022).

Dari studi pendahuluan PMB Eka Setyowati, S.Tr.Keb. di Semarang, didapatkan data ibu nifas pada bulan Oktober-November 2022 sebanyak 20 ibu nifas. Ibu yang mengalami masalah payudara ada 10 ibu nifas, diantaranya terdapat 3 ibu nifas dengan mastitis dan 7 ibu nifas dengan *engorment*. Sedangkan 10 ibu nifas lainnya yaitu tidak ada masalah dalam masa nifas. Hasil wawancara yang dilakukan dengan Bidan Eka Setyowati selaku penyelenggara PMB tentang faktor-faktor yang menyebabkan mastitis pada ibu nifas tersebut antara lain puting payudara lecet, kurangnya pengetahuan tentang perawatan payudara, teknik menyusui yang kurang benar. Upaya yang diberikan dalam penanganan masalah payudara yaitu diberikan KIE tentang teknik menyusui yang benar, cara perawatan payudara dengan kompres hangat dan memberikan *massase* payudara.

## **INFORMASI PASIEN**

Identitas pasien : Ny. F, usia 29 tahun, beraga islam, pendidikan terakhir S1, bekerja sebagai guru dan beralamat di Klipang 1/1 Sendangmulyo. Ibu mengeluh payudara sebelah kanan terasa nyeri sekali, puting lecet dan merasa demam dan menggigil.

## TEMUAN KLINIS

Dari hasil pemeriksaan fisik yaitu Keadaan Umum : baik, Kesadaran : *composmentis*, TTV: TD : 120/78 mmHg, RR: 20 x/menit, N: 90 x/menit, S :38,5°C, BB sebelum hamil : 48 kg, BB sekarang : 55 kg. Pemeriksaan Obstetri : Inspeksi : Payudara : payudara kanan terlihat membesar, memerah dan terdapat lecet pada puting susu, retraksi kulit, eritema. Genetalia: terdapat pengeluaran lochea serosa. Palpasi : Payudara : ASI sudah keluar, terdapat nyeri tekan pada payudara sebelah kanan.

## PEMERIKSAAN DIAGNOSTIK

Pemeriksaan penunjang dilakukan pada tanggal 9 Januari 2023 di Puskesmas kedungmundu Semarang dengan didapatkan hasil Leukosit 16.000/ul, hematrokit 35,7 %, Diff limp 15,6% dan Diff Cran 79,1%.

## TIMELINE

Tabel 1 Tanggal : Selasa, 10 Januari 2023 Jam : 09.30 WIB

Subyektif	Obyektif	Assesment	Planning
1. Ibu mengatakan bernama Ny. F usia 29 tahun	KU : baik Kesadaran : <i>composmentis</i> TD : 110/90 mmHg	Ny. F usia 29 tahun <i>postpartum</i>	1. Memberitahu kepada ibu bahwa ibu masih demam dan mengalami kejadian <i>mastitis</i> Evaluasi : ibu telah mengerti hasil pemeriksaan
2. Ibu mengatakan masih cemas	N : 90 x/menit RR : 20x/menit	hari ke-11 dengan <i>mastitis</i>	2. Melakukan kepada ibu untuk kompres hangat payudara Evaluasi : telah diberikan kompres hangat
3. Ibu mengatakan masih cemas, nyeri pada payudara dan demam	S : 38 °C Lochea : serosa Inspeksi Payudara : payudara kaan terlihat memerah, bengkak, terdapat luka pada puting susu		3. Menganjurkan kepada ibu untuk istirahat yang cukup yaitu 6-7 jam Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia
4. Ibu mengatakan telah memeriksakan ke Puskesmas dan ingin melakukan perawatan payudara lebih lanjut di tempat bidan	Palpasi Payudara : Payudara kanan teraba lebih padat, keras.		4. Menganjurkan kepada ibu untuk tetap makan yang bergizi yaitu mengandung sayuran hijau, kacang-kacangan, protein seperti ikan, telur , tempe, tahu Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia
			5. Memberitahu kepada ibu untuk tidak memakai bra yang tidak ketat

Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia

- Menganjurkan kepada ibu untuk tetap minum obat amoxsilin 500mg 3x1, paracetamol 500mg 3x1 selama 4 hari yang telah diberikan dari puskesmas

Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia

- Memberitahu kepada ibu bahwa berikutnya dilakukan perawatan payudara lebih lanjut dengan kunjungan rumah

Evaluasi : ibu bersedia

Tabel 2 Tanggal : Kamis, 12 Januari 2023 Jam : 09.00 WIB

Subyektif	Obyektif	Assesment	Planning
1. Ibu mengatakan bernama Ny. F usia 29 tahun	KU : baik Kesadaran : composmentis TD : 120/80 mmHg N : 90 x/menit	Ny. F usia 29 tahun <i>postpartum</i> hari ke-12 dengan <i>mastitis</i>	1. Memberitahu ibu tentang hasil pemeriksaan bahwa masih terjadi <i>mastitis</i> Evaluasi : ibu telah mengerti
2. Ibu mengatakan masih terasa nyeri dan demam	RR : 20x/menit S : 38 °C Lochea : serosa Inspeksi Payudara : payudara kanan terlihat memerah, bengkak, terdapat luka pada puting susu Palpasi Payudara : Payudara kanan teraba masih padat, keras dan cairan keluar berwarna kuning		2. Memberikan terapi kompres hangat kepada ibu Evaluasi : ibu telah mengerti 3. Menganjurkan kepada ibu dan suaminya untuk melakukan kompres hangat secara mandiri Evaluasi : ibu dan suami telah mengerti dan bersedia 4. Menjelaskan kepada ibu untuk pentingnya menyusui secara <i>on demand</i> Evaluasi : ibu telah mengerti 5. Menjelaskan kepada ibu tentang teknik menyusui yang benar yaitu mengoleskan sebelum dan sesudah ASI pada puting 6. Menganjurkan ibu untuk tetap perbanyak minum air putih yaitu 3 liter setiap kali menyusui Evaluasi : ibu bersedia 7. Memberitahu ibu bahwa besok akan dilakukan perawatan kembali Evaluasi : ibu bersedia

Tabel 3 Tanggal : Kamis, 12 Januari 2023 Jam : 08.00 WIB

Subyektif	Obyektif	Assesment	Planning
1. Ibu mengatakan bernama Ny. F usia 29 tahun	KU : baik Kesadaran : composmentis TD : 100/70 mmHg	Ny. F usia 29 tahun <i>postpartum</i> hari ke-13 dengan <i>mastitis</i>	1. Memberitahu kepada ibu bahwa hasil pemeriksaan bahwa masih mengalami <i>mastitis</i> Evaluasi : ibu telah mengerti
2. Ibu mengatakan payudara masih terasa agak	N : 90 x/menit RR : 20x/menit S : 37,1 °C Lochea : serosa		2. Melakukan terapi pijat dan kompres hangat pada payudara Evaluasi : telah diberikan terapi

nyeri, badan masih gregesi	Inspeksi Payudara : payudara kanan terlihat agak merah, bengkak, terdapat lecet pada puting susu Palpasi Payudara : Payudara kanan teraba lebih padat, keras, terdapat cairan kental dan berwarna kuning	3. Mengingatkan ibu untuk mengoleskan sebelum dan sesudah ASI pada puting untuk desinfektan serta menjaga kelembapan daerah puting payudara Evaluasi : ibu telah mengerti 4. Mengingatkan ibu untuk tetap istirahat yang cukup yaitu 6-7 jam Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia 5. Mengingatkan ibu tetap minum obat yang telah diberikan Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia
----------------------------	---	---

Tabel 4 Tanggal : Jumat, 13 Januari 2023 Jam : 16.00 WIB

Subyektif	Obyektif	Assesment	Planning
1. Ibu mengatakan bernama Ny. F usia 29 tahun	KU : baik Kesadaran : composmentis	Ny. F usia 29 tahun	1. Memberitahu kepada ibu bahwa hasil pemeriksaan bahwa masih mengalami mastitis Evaluasi : ibu telah mengerti
2. Ibu mengatakan senang karena payudara nyeri berkurang, badan sudah lumayan enakan	TD : 100/70 mmHg N : 85 x/menit RR : 22x/menit S : 37,1 °C Lochea : serosa Inspeksi Payudara : payudara kanan terlihat agak merah, terdapat lecet pada puting susu Palpasi Payudara : Payudara kanan teraba padat lebih berkurang dan ASI sudah keluar	ke-14 dengan mastitis	2. Melakukan terapi pijat dan kompres hangat pada payudara Evaluasi : telah diberikan terapi 3. Mengingatkan kembali ibu untuk mengoleskan sebelum dan sesudah ASI pada puting untuk desinfektan serta menjaga kelembapan daerah puting payudara Evaluasi : ibu telah mengerti 4. Mengingatkan ibu untuk tetap istirahat yang cukup yaitu 6-7 jam Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia 5. Mengingatkan ibu tetap minum obat yang telah diberikan Evaluasi : ibu telah mengerti dan bersedia 6. Mengingatkan kembali kepada ibu untuk bisa kompres serta mengurut secara mandiri Evaluasi : ibu telah bersedia

## PEMBAHASAN

Data subyektif tanggal 9 Januari 2022 pada ibu nifas Ny. F mengeluh payudara sebelah kanan terasa nyeri sekali, puting lecet serta badan panas. Ny. F mengatakan saat ini berusia 29 tahun, bersalin di PMB Eka Setyowati tanggal 31 Desember 2022 melahirkan anak ketiga tidak pernah keguguran. Data obyektif pada ibu nifas Ny. F bahwa tekanan darah : 120/78 mmHg, pernafasan : 20 x/menit, nadi : 90 x/menit, suhu : 38,5°C. Dan didapatkan pada payudara payudara kanan terlihat membesar, memerah dan terdapat lecet pada puting susu.

Tanda-tanda terjadinya mastitis yaitu payudara bengkak, kemerahan, terasa nyeri dan infeksi pada masa nifas yang ditandai suhu tubuh mencapai 38<sup>0</sup>C (Indri Astuti Purwanti, 2020).

Menurut Rukiyah tanda dan gejala kejadian mastitis yaitu rasa panas dingin disertai dengan kenaikan suhu, bengkak, nyeri seluruh payudara/nyeri local, kemerahan pada seluruh payudara, payudara keras (Rukiyah, A. Y., & Yulianti, 2014). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat kesenjangan antara teori dan praktek yang terjadi di lapangan.

Berdasarkan Interpretasi data Ny. F P3A0 umur 29 tahun postpartum hari ke-10 dengan mastitis yang didapatkan hasil palpasi ibu mengatakan sebelah kanan terasa sakit, nyeri, merah dan badan terasa demam. Sehingga dalam langkah interpretasi data tidak ada kesenjangan.

Berdasarkan diagnosa potensial yang akan terjadi yaitu abses payudara. Kebutuhan segera yang dilakukan yaitu kolaborasi dengan dokter, melakukan perawatan payudara.

Hal ini didukung dalam Kepmenkes nomor HK. 01.07/MENKES/ 320/2020 tahun tentang standart profesi bidan bahwasannya ruang lingkup bidan dalam menangani masa nifas ibu yang mengalami penyakit infeksi dilakukan dibawah supervise atau rujuk untuk tindakan lebih lanjut.

Pelaksanaan yang diberikan yaitu memberikan terapi kompres hangat pada payudara, melakukan memijat payudara. Hal ini didukung dalam penelitian Herry Rosyati dan Windi Ayu Sari bahwa pemberian perawatan payudara dapat mengurangi adanya bendungan ASI, mastitis, dan abses pada payudara. Hal ini menunjukkan bahwa perawatan payudara sangat penting bagi proses menyusui (Rosyanti & Sari, 2016).

Perawatan payudara pada ibu *postpartum* bertujuan untuk memelihara kebersihan payudara agar terhindar dari infeksi, meningkatkan produksi ASI dengan merangsang kelenjar- kelenjar air susu melalui pemijatan, mencegah bendungan ASI atau pembengkakan payudara, melenturkan dan menguatkan puting, mengetahui secara dini kelainan puting susu dan melakukan usaha untuk mengatasinya, serta persiapan psikis ibu menyusui.

Hal ini didukung oleh penelitian lainya Melyani didapatkan hasil bahwa distribusi Chi-Square diperoleh nilai 0,01 ( $p\text{-value} < 0,05$ ) artinya ada hubungan antara pengetahuan ibu nifas dengan sikap dalam melakukan perawatan payudara di Rumah Sakit Kartika Husada tahun 2017 (Melyani, 2020).

Mengajarkan ibu untuk makan gizi yang seimbang dengan mengandung sayuran hijau, kacang-kacangan, protein seperti ikan, telur, tempe, tahu (Widayati et al., 2020). Selama masa nifas ibu menyusui membutuhkan zat gizi lebih banyak dibandingkan dengan pada saat tidak menyusui. Kebutuhan gizi selama menyusui diperlukan tambahan 500 kalori/hari selama 6 bulan pertama menyusui untuk memproduksi ASI dan aktifitas ibu sendiri selama menyusui (Indri Astuti Purwanti, 2020). Hal ini didukung dalam penelitian Yusrah Taqiyah, dkk bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu *post partum* tentang gizi seimbang selama menyusui diharapkan Pengetahuan gizi mempunyai peranan penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang, sebab hal ini akan mempengaruhi seseorang dalam memilih jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi yang berguna untuk proses kesembuhan karena sehabis melahirkan dan untuk memproduksi air susu yang cukup untuk menyehatkan bayi semua itu akan meningkat tiga kali dari kebutuhan biasa (Ruang et al., 2022).

Penulis menyimpulkan bahwa nyeri akibat pembengkakan payudara pada ibu nifas dapat diberikan kompres hangat sebelum menyusui untuk mengurangi rasa sakit yang bermanfaat untuk memperbaiki sirkulasi darah, terutama pada kasus bengkak payudara. Hal ini didukung oleh penelitian Rica Arie Shintami, dkk didapatkan hasil nyeri payudara ibu nifas di RSUD Waled Kabupaten Cirebon tahun 2018 sebelum kompres hangat adalah 46,7% nyeri ringan, 40,0% nyeri sedang dan 13,3% nyeri berat dengan rata-rata skor nyeri 4,5. Nyeri payudara ibu nifas di RSUD Waled Kabupaten Cirebon tahun 2018 sebelum kompres hangat adalah 6,7% tidak nyeri, 80,0% nyeri ringan, 6,7% nyeri sedang dan 6,7% nyeri berat dengan rata-rata skor nyeri 2,6 yang artinya terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap nyeri payudara pada ibu nifas dengan nilai  $p\text{-value}$  0,000 (Rica Arie Shintami, 2019).

Penulis menyimpulkan bahwa teknik menyusui yang buruk yang mengakibatkan pengeluaran ASI yang tidak efisien merupakan penyebab penting terjadinya mastitis. Kesalahan sikap saat menyusui menyebabkan terjadinya sumbatan duktus. Hal ini didukung penelitian dengan judul “Hubungan Antara Teknik Dan Interval Menyusui Dengan Kejadian Mastitis Di Poliklinik Kebidanan Dan Kandungan Rumah Sakit Ibnu Sina Bukittinggi Tahun

2017” bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara teknik menyusui (nilai  $p$ -value 0,033) dan interval menyusui (nilai  $p$ -value 0,001) dengan kejadian mastitis (Erliningsih et al., 2018).

## KESIMPULAN

Data subyektif khususnya pada keluhan utama yaitu 9 Januari 2022 pada ibu nifas Ny. F mengeluh payudara sebelah kanan terasa nyeri sekali, puting lecet serta badannya juga panas. Ny. F mengatakan saat ini berusia 29 tahun, bersalin di PMB Eka Setyowati tanggal 31 Desember 2022 melahirkan anak ketiga tidak pernah keguguran. Data obyektif yaitu terdapat pembengkakan pada payudara kanan, terlihat mengkilat dan lecet pada puting serta cemas karena payudara kanan tampak merah dan bengkak. Ibu khawatir tidak bisa menyusui bayinya. Kebutuhan beri informasi tentang penyebab dari nyeri pada payudara, berikan dukungan moril dari keluarga agar ibu tidak cemas. antisipasi melakukan rujukan ke puskesmas yaitu pemberian terapi : Amoxillin 500 mg 3 x 1/hari, paracetamol 500 mg 3 x 1/hari. Penatalaksanaan yang dilakukan yaitu lakukan kompres air hangat sebelum menyusui, anjurkan pada ibu agar sebelum menyusui bayinya untuk membersihkan payudara terutama bagian puting aerola, anjurkan pada ibu agar menggunakan BH yang menyangga payudara. Kasus Ny. F penulis tidak menemukan kesenjangan antara teori dengan praktek di lapangan, hal ini dikarenakan rencana asuhan telah sesuai dan dilakukan dengan baik.

Diharapkan Ibu responden dapat mengaplikasikan cara *breastcare* serta teknik menyusui yang benar. Bagi PMB Eka Setyowati Disarankan agar dapat lebih meningkatkan mutu pelayanan dalam memberikan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan *mastitis* secara optimal melalui penanganan segera pada kasus ibu nifas. Bagi Universitas Muhammadiyah Semarang disarankan untuk pengembangan seperti workshop, seminar tentang ibu nifas dengan mastitis.

## DAFTAR PUSTAKA

Dinkes, Jawa Tengah. (2021). *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2021*.

Erliningsih, Angraini, D., Putri, M., & Yuliarta, R. (2018). Hubungan Antara Teknik dan Interval Menyusui Dengan Kejadian Mastitis di Poliklinik Kebidanan dan Kandungan Rumah Sakit Ibnu Sina Bukittinggi Tahun 2017. *Afiyah*, V(1), 25–29.



- Indri Astuti Purwanti, D. (2020). *Masa Nifas*. Unimus Press.
- Kementerian Kesehatan Indonesia. (2022). *Profil kesehatan indonesia* (W. W. Farida Sibuea, Boga Hardhana (ed.)).
- Mansyur, N., & Dahlan, K. . (2014). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas. *Foreign Affairs*, 146, 1–146. file:///C:/Users/User/Downloads/fvm939e.pdf
- Melyani, Y. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Nifas Dengan Sikap Dalam Melakukan Perawatan Payudara Di Rumah Sakit Kartika Husada Kabupaten Kubu Raya Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, 7(2), 55–62. [https://doi.org/10.33486/jurnal\\_kebidanan.v7i2.62](https://doi.org/10.33486/jurnal_kebidanan.v7i2.62)
- Rambe, N. L., & Savira, M. (2022). *Studi Kasus : Asuhan Kebidanan Dalam Masa Nifas Dengan Mastitis*. 8(2), 48–52.
- Rica Arieb Shintami, A. A. B. H. N. R. (2019). Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Payudara pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 1, 21–25.
- Rosyanti, H., & Sari, W. A. (2016). Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur Tahun 2016. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 12(2), 137–143. file:///C:/Users/Windows 10 Pro/Downloads/1559-3263-1-SM (4).pdf
- Ruang, D. I., Rsu, N., & Sina, I. (2022). *Education of balanced nutrition needs in breastfeeding mothers in the partnership room ibnu sina rsu makassar*. 2(April), 5–8.
- Rukiyah, A. Y., & Yulianti, L. (2014). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. CV.Trans Info Media.
- Triandini, I. G. A. A. H., Ruqqayah, S., & Astuti, N. L. B. (2018). Uji In Vitro Tanaman yang Berpotensi Sebagai Antibiotik Alami Untuk Radang Payudara (Mastitis). *Jurnal Sangkareang Mataram*, 4(3), 14–17.
- Widayati, C. N., Yuwanti, Y., & Sahara, R. (2020). Hubungan Frekuensi Makan dan Pola Istirahat dengan Produksi Asi pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 7(2), 99–104. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol7.iss2.96>