

# Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Melalui Breast Care Di Puskesmas Perawatan Ngletih Kota Kediri

**Diterima:**  
19 Februari 2023  
**Revisi:**  
26 Maret 2023  
**Terbit:**  
12 Mei 2023

<sup>1\*</sup>Mulazimah, <sup>2</sup>Dhewi Nurahmawati, <sup>3</sup>M. Nur Kholis, <sup>4</sup>Ardina  
Rezky Noeraini, <sup>5</sup>Mariana E Junita, <sup>6</sup>Alolaria Seuk Klau  
<sup>1-6</sup>Universitas Nusantara PGRI Kediri

**Abstrak**— Angka Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah. Ada beberapa faktor yang mempengaruhinya yakni pengeluaran ASI yang tidak lancar. Tujuannya adalah untuk meningkatkan produksi ASI ibu menyusui melalui Breast Care. Pengabdian ini menggunakan metode Partisipatif Action Research (PAR). Peserta kegiatan penyuluhan sebanyak 33 orang, demonstrasi posisi menyusui yang benar sebanyak 17 orang, dan pelatihan perawatan payudara sebanyak 33 orang. Hasil kegiatan penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan mengenai laktasi, kegiatan demonstrasi posisi menyusui yang benar menunjukkan bahwa terdapat 14 orang (82,35%) yang dapat menirukan gerakan posisi menyusui yang benar dengan tepat, dan kegiatan pelatihan perawatan payudara terdapat 24 orang (72,72%) yang dapat melakukan perawatan payudara secara mandiri. Penyuluhan kesehatan manajemen laktasi berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu menyusui dalam pemberian ASI Eksklusif sehingga cakupan ASI eksklusif meningkat.

**Kata Kunci**— Perawatan Payudara; ASI Eksklusif; PAR

**Abstract**— The rate of exclusive breastfeeding in Indonesia is still relatively low. There are several factors that affect it, namely the expenditure of breast milk that is not smooth. The goal is to increase breast milk production of breastfeeding mothers through Breast Care. This service uses the Participatory Action Research (PAR) method. There were 33 participants in counseling activities, 17 demonstrations of correct breastfeeding positions, and 33 breast care trainings. The results of counseling activities were increased knowledge about lactation, demonstration activities of the correct breastfeeding position showed that there were 14 people (82.35%) who could imitate the correct breastfeeding position movements correctly, and breast care training activities there were 24 people (72.72%) who could do breast care independently. Health counseling on lactation management has a significant effect on the level of knowledge and attitudes of breastfeeding mothers in exclusive breastfeeding so that the coverage of exclusive breastfeeding increases.

**Keywords**— *Breast Care; Exclusive Breastfeeding; PAR*

This is an open access article under the CC BY-SA License.



---

## Penulis Korespondensi:

Mulazimah,  
Kebidanan,  
Universitas Nusantara PGRI Kediri,  
Email: [mulazimah@gmail.com](mailto:mulazimah@gmail.com)

---

## I. PENDAHULUAN

Angka Kematian bayi (AKB) di Indonesia masih cukup tinggi. Penyebab utama Kematian Bayi diantaranya adalah diare, malnutrisi dan infeksi (Darmayani, 2022). Morbiditas dan mortalitas bayi ini dapat dicegah dengan pemberian ASI Eksklusif. ASI Eksklusif dapat menjamin pemenuhan kebutuhan gizi bayi dari lahir hingga 6 bulan. Hal ini dikarenakan ASI mengandung zat-zat kekebalan yang melindungi anak dari infeksi dan penyakit kronis serta mengurangi kemungkinan gangguan kesehatan dikemudian hari, seperti obesitas, diabetes, dan asthma (Ford, Underwood, & German, 2020)

Cakupan ASI Eksklusif di ASIA Tenggara menunjukkan angka perbandingan yang memprihatinkan. Cakupan ASI Eksklusif di Myanmar sebesar 24%, Vietnam 27%, Philippines sebesar 34% dan India sebesar 46%. Secara Global dilaporkan cakupan ASI Eksklusif dibawah 40% (Yushida & Zahara, 2021). Di Indonesia, Cakupan ASI Eksklusif tahun 2021 sebesar 56,9%. Angka cakupan tersebut sudah dapat memenuhi target minimal WHO yang mencapai 50%, namun angka tersebut masih sangat rendah untuk target Kementerian Kesehatan Indonesia yang mencapai 80% (Kemenkes RI, 2021)

Capaian ASI Eksklusif yang tidak memenuhi target tersebut tidak lepas dari masalah-masalah ibu menyusui yang dapat mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif kepada bayinya. Masalah-masalah menyusui yang sering terjadi adalah puting lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat (pengeluaran tidak lancar), mastitis, abses payudara, kelainan anatomi puting, atau bayi enggan menyusu. Masalah-masalah ini bila berlanjut dapat mempengaruhi ibu dalam memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya. Salah satu penanganannya yaitu dengan melakukan perawatan payudara (Asnawati, Lestari, & Hasanah, 2022; Hasanah, Hardiani, & Susumaningrum, 2017; Yuliatul at al., 2014).

Perawatan Payudara yang dilakukan dengan benar dan teratur dapat memperlancar produksi ASI serta mengurangi resiko luka saat menyusui. Gerakan dalam perawatan payudara akan merangsang sel syaraf yang memicu produksi dari hormon Prolaktin dan Oksitosin sehingga dapat memaksimalkan produksi dan pengeluaran ASI. Keberhasilan ibu dalam melakukan perawatan payudara dipengaruhi oleh pengetahuan ibu tentang manfaat perawatan payudara yang baik, kepatuhan ibu dalam melakukan perawatan payudara selama kehamilan, dan peran aktif dari tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi (Ahmad, Ardiansyah, & Nurdin, 2021; Mukarramah, 2021; Sholeha, Sucipto, & Izah, 2019).

Berdasarkan survey lapangan yang dilakukan di Desa Tempurejo, ditemukan dari 10 orang ibu nifas, didapatkan 4 orang ibu nifas dapat melakukan perawatan payudara dengan benar sedangkan 6 orang belum bisa melakukan perawatan payudara dengan benar. Dengan ibu

melakukan perawatan payudara maka diharapkan dapat memperlancar keluarnya ASI ibu sehingga terhindar dari masalah pemberian ASI seperti puting susu tenggelam, bayi susah menyusui, pengeluaran ASI tidak lancar, bendungan ASI, puting susu lecet, saluran susu terhambat, mastitis, abses payudara, kelainan anatomi puting, atau bayi enggan menyusui.

## II. METODE

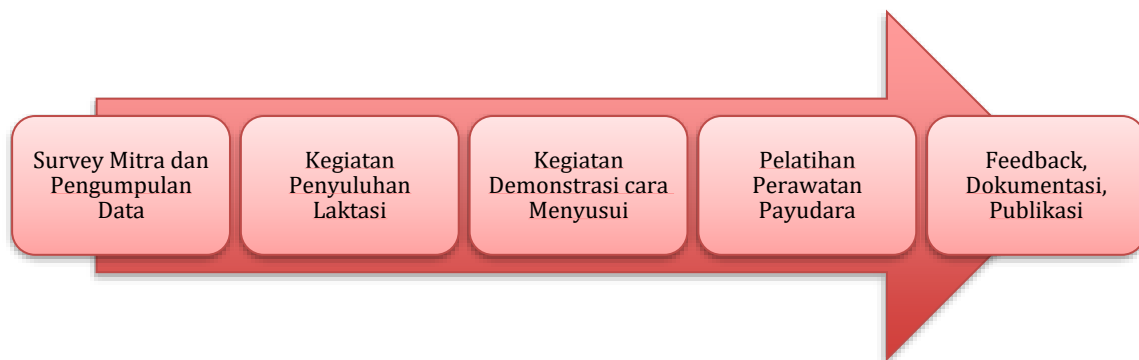
Pengabdian Masyarakat ini diselenggarakan dengan melakukan penyuluhan, demonstrasi, serta pelatihan terhadap ibu nifas dengan melalui pendekatan Partisipatif Action Research (PAR). PAR merupakan pendekatan yang melibatkan pihak yang relevan (masyarakat) untuk terlibat aktif dalam proses bermasyarakat dengan tujuan untuk melakukan perubahan maupun perbaikan ke arah yang lebih baik. Prinsip kerja Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dengan pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang berorientasi pada pemberdayaan. Pemberdayaan adalah upaya untuk menciptakan kemandirian masyarakat dari sifat ketergantungan pada pihak lain. Apabila masyarakat telah berhasil membangun kemandirian maka perubahan sosial akan terjadi dengan sendirinya (Afandi, 2014). Pelaksanaan PAR dimulai dari pemetaan awal yang kemudian dilanjutkan dengan pembangunan hubungan sosial dengan masyarakat dengan harapan terdapat proses timbal balik antara tim pengabdian dengan masyarakat seperti simbiosis mutualisme (Sucipto, Sulistiyowati, Utami, & Qamaria, 2020)

Sasaran dalam Pengabdian Masyarakat ini adalah seluruh ibu menyusui yang berada di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Ngletih Kota Kediri. Kegiatan Pengabdian Masyarakat terdiri dari 3 bagian yakni penyuluhan, demonstrasi menyusui yang benar, dan pelatihan perawatan payudara. Tahapan-tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Studi Pendahuluan
2. Pengajuan ijin ke kepala Puskesmas Perawatan Ngletih
3. Balasan Ijin dari Kepala Puskesmas Perawatan Ngletih
4. Ijin melakukan Pengabdian kepada Masyarakat dari LPPM
5. Surat Tugas melakukan Pengabdian kepada Masyarakat dari LPPM
6. Koordinasi terkait jadwal, teknis, tempat, pelaksanaan kegiatan dengan Penanggung jawab Program Kesehatan ibu dan anak serta Bidan Koordinator Puskesmas
7. Jadwal Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat dari Penanggung jawab Program Kesehatan Ibu dan Anak
8. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan laktasi.

Adapun langkah-langkah kegiatan yang dilakukan adalah penyuluhan kesehatan tentang laktasi dengan tahapan sebagai berikut:

- a. *Pre-test*
  - b. Menjelaskan anatomi dan fisiologi payudara
  - c. Menjelaskan fisiologi laktasi
  - d. Menjelaskan manfaat pemberian ASI
  - e. Menjelaskan komposisi gizi dalam ASI
  - f. Menjelaskan upaya memperbanyak ASI
  - g. Menjelaskan Tanda Bayi Cukup ASI
  - h. Menjelaskan ASI Eksklusif
  - i. Cara merawat Payudara
  - j. Cara Menyusui yang benar
  - k. *Post-test*
9. Pelaksanaan Demonstrasi cara menyusui yang benar. Adapun langka-langkah kegiatan yang dilakukan meliputi :
- a. Menyiapkan alat dan bahan
  - b. Melakukan demonstrasi cara menyusui yang benar sesuai prosedur
10. Pelaksanaan Pelatihan Perawatan Payudara
- a. Menyiapkan alat dan bahan
  - b. Pelaksanaan perawatan payudara pada ibu nifas
  - c. Melakukan pengukuran TB, BB, Lingkar perut, menganalisis lemak tubuh, mengukur tekanan darah, mengukur gula darah, mengukur kolesterol dan trigliserida.



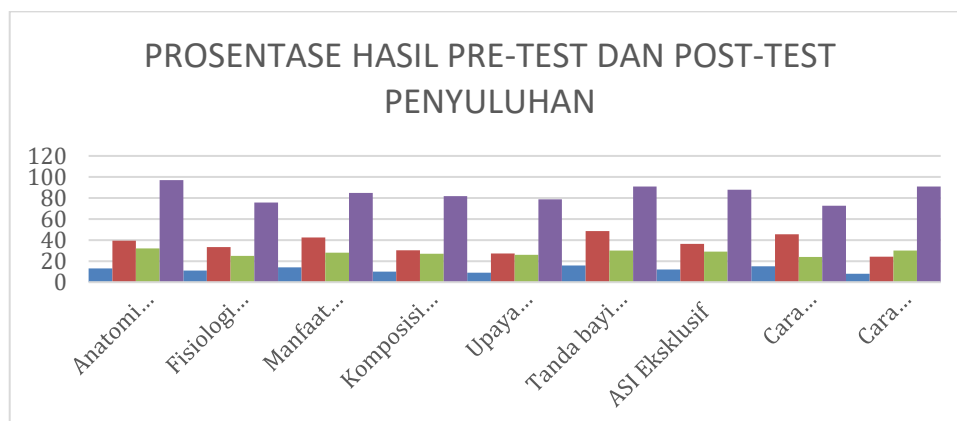
Gambar 1. Alur Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat

Berdasarkan Gambar 1 menunjukkan alur pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dimulai dari survey mitra serta pengumpulan data. Kemudian dilanjutkan dengan Kegiatan Penyuluhan Laktasi, kegiatan demonstrasi cara menyusui, dan Pelatihan Perawatan Payudara yang merupakan inti dari kegiatan Pengabdian Masyarakat ini. Setelah seluruhnya selesai maka akan ditutup dengan Feedback dan dokumentasi. Kemudian hasil laporan pengabdian masyarakat ini akan

dipublikasikan, sehingga dapat dijadikan sebagai referensi ilmu dalam melakukan pengabdian masyarakat berikutnya

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Desa Ngletih, Kecamatan Pesantren Kota Kediri. Kegiatan Penyuluhan dilakukan oleh Tim Dosen dan Mahasiswa. Kegiatan dilaksanakan pada bulan November 2022. Kegiatan ini dilakukan di 2 posyandu (Mawar dan Dahlia) wilayah kerja Puskesmas Perawatan Ngletih. Kegiatan dimulai dengan pemberian Penyuluhan Laktasi secara tatap muka dengan mematuhi protokol kesehatan. Penyuluhan dilaksanakan setiap pelaksanaan posyandu agar masyarakat mengetahui dan memahami bahwa asupan Gizi bayi terbaik ada di ASI. Berikut Hasil pre-test dan post-test yang didapatkan saat kegiatan penyuluhan.



Gambar 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* penyuluhan laktasi

Berdasarkan gambar 2 diatas hasil pre-test tertinggi adalah 48,48% peserta menyatakan peserta mengetahui mengenai tanda bayi cukup ASI. Sedangkan pengetahuan paling rendah terdapat pada materi cara menyusui yang benar yang hanya sebesar 24,24%. Hasil pre-test ibu menyusui menunjukkan bahwa perlunya penyuluhan terkait laktasi mengingat pengetahuan ibu mengenai cara menyusui yang benar dan ASI masih kurang. Setelah dilakukan penyuluhan mengenai Laktasi terdapat peningkatan pengetahuan ibu menyusui mengenai laktasi. Berdasarkan hasil post-test di dapatkan bahwa pengetahuan yang paling baik terdapat pada materi anatomi fisiologi payudara yaitu sebesar 96,96% dan pengetahuan paling rendah terdapat pada materi cara merawat payudara yaitu sebesar 45,45%. Hal ini sesuai dengan salah satu penelitian yang dilakukan di Jakarta Timur menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan ( $p\text{-value} = 0,000$ ) antara pengetahuan ibu tentang manajemen laktasi dengan pemberian ASI Eksklusif (Fatimah & Oktavianis, 2017). Penelitian lain juga

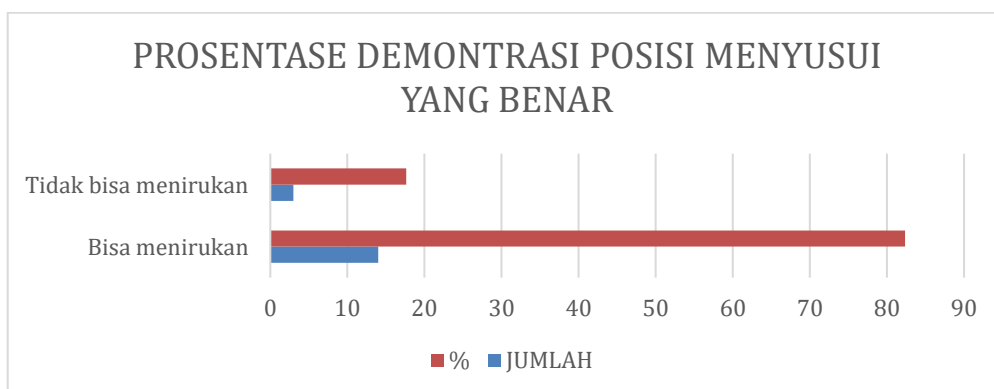
menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ( $p\text{-value} = 0,011$ ) antara pengetahuan manajemen laktasi dengan perilaku pemberian ASI Eksklusif (Priatna & Evi Nurafiah, 2020).

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilanjutkan dengan melakukan demonstrasi posisi menyusui yang benar agar ibu menyusui dapat menerapkan pengetahuan yang telah didapatkan pada penyuluhan. Jumlah Peserta yang mengikuti demonstrasi sebanyak 33 orang. Kegiatan Demonstrasi posisi menyusui yang benar dilakukan terhadap masing-masing ibu menyusui didampingi langsung oleh tim pengabdian (Gambar 3).



Gambar 3. Foto Demonstrasi posisi menyusui yang benar.

Dari 33 peserta ibu menyusui yang hadir terdapat 17 orang yang mewakili untuk dilakukan evaluasi. Evaluasi berupa melakukan gerakan-gerakan posisi menyusui yang benar seperti yang telah diajarkan oleh tim pengabdian. Berikut prosentase demonstrasi posisi menyusui yang benar.



Gambar 4. Prosentase demonstrasi posisi menyusui yang benar

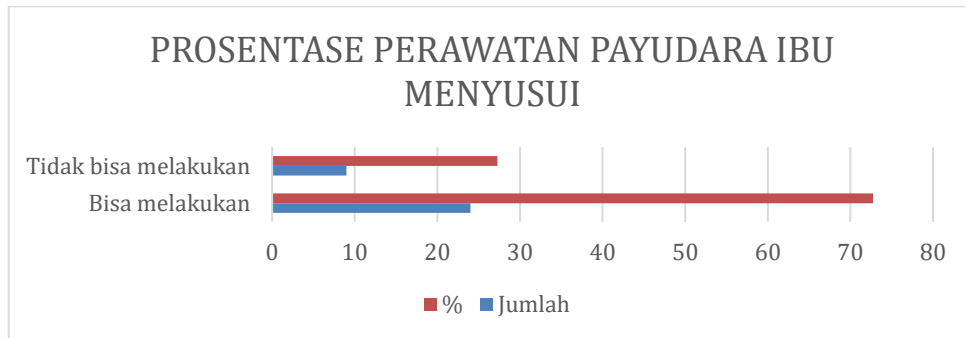
Berdasarkan gambar 4 diatas hasil pelaksanaan kegiatan demonstrasi posisi menyusui yang benar terdapat 14 orang (82,35%) yang dapat menirukan gerakan posisi menyusui yang benar dengan tepat. Sedangkan 3 orang (17,65%) yang tidak dapat menirukan gerakan dengan tepat. Pengetahuan dan kemampuan ibu menyusui dengan teknik yang benar merupakan salah satu kunci keberhasilan ibu dalam melakukan ASI Eksklusif. Pemerintah telah menentukan cakupan ASI Eksklusif sebesar 80%, namun sampai saat ini masih belum dapat tercapai. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan memaksimalkan pengetahuan ibu mengenai ASI serta pengembangan kemampuan ibu menyusui dengan teknik yang tepat. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Manado yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan sikap dengan teknik menyusui pada ibu pasca melahirkan. Dimana dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa ibu dengan sikap dan pengetahuan yang baik akan memiliki respon positif terhadap teknik menyusui yang dilakukan (Keni, Rompas, & Gannika, 2020). Harapan dari Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini yaitu ibu menyusui dapat mengerti dan memahami mengenai teknik posisi yang benar dan ibu dapat memberikan ASI Eksklusif dengan nutrisi yang cukup. ASI cukup, Ibu sehat, anak kuat dengan menerapkan teknik menyusui yang benar.

Pelatihan Perawatan Payudara Ibu Menyusui merupakan tahap akhir dari kegiatan pengabdian masyarakat ini. Pelatihan perawatan payudara diikuti oleh 33 orang yang telah mengikuti penyuluhan dan demonstrasi. Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan Perawatan Payudara diawali dengan memberikan peragaan awal (contoh) dalam perawatan payudara yang kemudian diikuti oleh seluruh ibu menyusui (Gambar 5).



Gambar 5. Foto Kegiatan Pelatihan Perawatan Payudara

Pelatihan berjalan lancar dan mematuhi protokol kesehatan. Berikut prosentase perawatan payudara ibu menyusui.



Gambar 6. Prosentase perawatan payudara ibu menyusui

Berdasarkan hasil evaluasi pelatihan perawatan payudara ibu menyusui terdapat 24 orang (72,72%) yang dapat melakukan perawatan payudara secara mandiri. Sedangkan 9 orang (27,28%) yang belum benar dalam melakukan perawatan payudara. Selain pengetahuan dan kemampuan ibu menyusui yang tepat ketercapaian kualitas ASI Eksklusif juga perlu didukung dengan kelancaran pengeluaran ASI. Perawatan Payudara (Breast care) adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI. Adapun pelaksanaan breast care pada ibu nifas ini dapat dilakukan pada hari ke 1–3 setelah melahirkan minimal 2 kali dalam sehari sebelum mandi pagi dan sore dengan durasi 30 menit. Secara fisiologis perawatan payudara dengan merangsang buah dada akan mempengaruhi hypofise untuk mengeluarkan hormon progesteron dan estrogen lebih banyak lagi dan hormon oksitosin dengan merangsang kelenjar-kelenjar air susu melalui pemijatan. Menurut salah satu penelitian yang dilakukan di Kabupaten Magelang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang perawatan payudara dengan perilaku dalam perawatan payudara pada ibu nifas (Rahayu & Ernawati, 2021). Pada penghujung acara pengabdian masyarakat ini ditutup dengan foto bersama tim Pengabdian Masyarakat beserta dengan Tim Kader (Gambar 7).



Gambar 7. Foto Bersama Tim Pengabdian dan Kader.



#### IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan memberikan dampak yang luar biasa bagi Puskesmas. Penyuluhan merupakan salah satu kegiatan upaya promotif dan preventif. Penyuluhan kesehatan manajemen laktasi berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap ibu menyusui dalam pemberian ASI Eksklusif sehingga cakupan ASI eksklusif meningkat. Pengetahuan dan kemampuan ibu menyusui dengan teknik yang benar merupakan salah satu jalan untuk memperoleh ASI cukup, ibu sehat dan anak kuat. Merawat payudara atau breast care ketika ibu menyusui merupakan suatu cara yang dilakukan untuk menjaga kebersihan agar payudara tetap sehat dan tidak terjadi infeksi dan dilakukan setelah melahirkan yang mempunyai tujuan untuk merangsang kelenjar-kelenjar air susu, untuk merawat payudara agar bersih, tidak mudah lecet, memperlancar sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga meningkatkan pengeluaran ASI.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, A. (2014). Modul Participatory Action Research (PAR). Surabaya: LPPM UIN Sunan Ampel.
- Ahmad, Z. F., Ardiansyah, & Nurdin, S. S. I. (2021). The E-Learning Utilization On Attitudes And Behavior Of Diarrhea Prevention During Pandemic. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(6), 231–236. <https://doi.org/10.17762/turcomat.v12i6.1298>
- Asnawati, R., Lestari, W., & Hasanah, O. (2022). Hubungan Masalah Menyusui Dengan Pemberian Asi. *JOM FKp*, 9(1), 2022.
- Darmayani, N. W. R. S. (2022). Gambaran Upaya Memperlancar Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Dalam Masa Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Iii Denpasar Utara (Poltekkes Kemenkes Denpasar). Poltekkes Kemenkes Denpasar. Retrieved from <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/9053/>
- Fatimah, S., & Oktavianis, T. W. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Bidara Cina I Jakarta Timur tahun 2017. *Jurnal Afiat Kesehatan Dan Anak*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.34005/afiat.v3i2.680>
- Ford, E. L., Underwood, M. A., & German, J. B. (2020). Helping Mom Help Baby: Nutrition-Based Support for the Mother-Infant Dyad During Lactation. *Frontiers in Nutrition*, 7(April), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fnut.2020.00054>
- Hasanah, A. I., Hardiani, R. S., & Susumaningrum, L. A. (2017). Hubungan Teknik Menyusui dengan Risiko Terjadinya Mastitis pada Ibu Menyusui di Desa Kemuning Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember (The Correlation between Breastfeeding Techniques and Risk of

- Mastitis at Kemuning Village of Arjasa Districts Jember Regency). *Pustaka Kesehatan*, 5(2), 260–267.
- Kemenkes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021*. In Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Keni, N. W. A., Rompas, S., & Gannika, L. (2020). Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Teknik Menyusui Pada Ibu Pasca Melahirkan. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 33. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i1.28409>
- Mukarramah, S. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Kassi-Kassi, Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 11. <https://doi.org/10.32382/jmk.v12i1.2143>
- Priatna, H., & Evi Nurafiah. (2020). Pengetahuan Ibu Tentang Manajemen Laktasi Dengan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 22–32. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i1.118>
- Rahayu, T. B., & Ernawati, E. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Dengan Perilaku Dalam Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas. *Media Ilmu Kesehatan*, 9(1), 79–84. <https://doi.org/10.30989/mik.v9i1.338>
- Sholeha, S. N., Sucipto, E., & Izah, N. (2019). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(2), 98–106. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v6i2.491>
- Sucipto, S., Sulistiyowati, T. I., Utami, B., & Qamaria, R. S. (2020). Gerakan Budidaya Tanaman Obat Keluarga sebagai Kepedulian Masyarakat Menuju Desa Sehat di Desa Semen Kabupaten Kediri. *Cendekia: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 85. <https://doi.org/10.32503/cendekia.v2i2.1002>
- Yuliatul at al. (2014). Hubungan Teknik Menyusui dengan Terjadinya Lecet Puting Susu pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Desa Tamansari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Dr.Soebandi*, 3(2), 158–161. Retrieved from <http://journal.stikesdrsoebandi.ac.id/index.php/jkds/article/view/48>
- Yushida, Y., & Zahara, E. (2021). Efektifitas pijat oksitosin dengan penyuluhan teknik menyusui menggunakan leaflet terhadap produksi ASI pada ibu post partum primipara. *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan*, 2(2), 136. <https://doi.org/10.30867/gikes.v2i2.661>