

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN PERAWATAN PUTING MENGGUNAKAN MINYAK  
ZAITUN SETELAH MENYUSUI TERHADAP PENCEGAHAN  
PUTING LECET PADA IBU POSTPARTUM  
DI BPM TUGIRAH, A.MD.KEB  
KEBUMEN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan  
Diploma III Kebidanan**



Disusun Oleh :

**RAODOH INDAH SARI  
B1501305**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIII  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
MUHAMMADIYAH GOMBONG  
2018**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN PERAWATAN PUTING MENGGUNAKAN MINYAK  
ZAITUN SETELAH MENYUSUI TERHADAP PENCEGAHAN  
PUTING LECET PADA IBU POSTPARTUM  
DI BPM TUGIRAH, A.MD.KEB  
KEBUMEN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan  
Diploma III Kebidanan**



Disusun Oleh :

**RAODOH INDAH SARI  
B1501305**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIII  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
MUHAMMADIYAH GOMBONG  
2018**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**KARYA TULIS ILMIAH  
PENERAPAN PERAWATAN PUTING MENGGUNAKAN MINYAK  
ZAITUN SETELAH MENYUSUI TERHADAP PENCEGAHAN  
PUTING LECET PADA IBU POSTPARTUM  
DI BPM TUGIRAH, A.MD.KEB  
KEBUMEN**

Disusun Oleh:

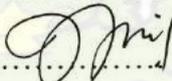
**RAODOH INDAH SARI  
B1501305**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui  
untuk Mengikuti Ujian Hasil Karya Tulis Ilmiah

Oleh:

Pembimbing : Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H

Tanggal : 18 Juli 2018

Tanda Tangan : 

Mengetahui,  
Ketua Prodi Kebidanan  
Program DIII  
STIKes Muhammadiyah Gombong



(Eka Novyriana, S.ST, M.P.H)

**HALAMAN PENGESAHAN**

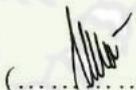
**KARYA TULIS ILMIAH  
PENERAPAN PERAWATAN PUTING MENGGUNAKAN MINYAK  
ZAITUN SETELAH MENYUSUI TERHADAP PENCEGAHAN  
PUTING LECET PADA IBU POSTPARTUM  
DI BPM TUGIRAH, A.MD.KEB  
KEBUMEN**

yang disiapkan dan disusun oleh:

**RAODOH INDAH SARI  
B1501305**

Telah dipertahan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal ..26...Juli..2018..

**Penguji:**

1. Juni Sofiana, M. Keb (.....)
2. Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H (.....)

Mengatahui,  
Ketua Prodi Kebidanan  
Program DIII  
STIKes Muhammadiyah Gombong

  
(Eka Novyriana, S.ST., M.P.H)  


## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah yang saya ajukan dengan judul “Penerapan Perawatan Puting Menggunakan Minyak Zaitun setelah Menyusui Terhadap Pencegahan Puting Lecet pada Ibu Postpartum di BPM Tugirah, A.md.Keb Kebumen” merupakan karya asli yang dibuat oleh peneliti bukan jiplakan dan tidak terdapat karya yang sama yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar ahli madya di suatu perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, Juli 2018  
Penulis



Raodoh Indah Sari

## KARYA TULIS ILMIAH

### PENERAPAN PERAWATAN PUTING MENGGUNAKAN MINYAK ZAITUN SETELAH MENYUSUI TERHADAP PENCEGAHAN PUTING LECET PADA IBU POSTPARTUM DI BPM TUGIRAH, A.MD.KEB KEBUMEN<sup>1</sup>

Raodoh Indah Sari<sup>2</sup>, Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H<sup>3</sup>

#### INTISARI

**Latar Belakang:** Puting lecet sering terjadi pada ibu postpartum. Keadaan ini dapat menimbulkan masalah dalam proses menyusui, seperti terbenyungnya ASI, mastitis, abses dan infeksi payudara. Selain ASI, upaya untuk mengatasi masalah tersebut, dapat dilakukan dengan cara perawatan puting menggunakan minyak zaitun untuk mencegah puting lecet.

**Tujuan:** Menerapkan perawatan puting menggunakan minyak zaitun setelah menyusui untuk mencegah puting lecet pada ibu postpartum.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan rancangan studi kasus (case study). Partisipan penelitian adalah 5 ibu postpartum fisiologis. Data diperoleh melalui wawancara, observasi, dokumentasi dan studi kepustakaan.

**Hasil:** Setelah diberikan perawatan puting menggunakan minyak zaitun, semua puting partisipan (100%) tetap menonjol dan tidak lecet.

**Kata Kunci** : Minyak zaitun, puting lecet, ibu postpartum  
**Kepustakaan** : (2007-2017)  
**Jumlah Halaman** : xi + 89 halaman + lampiran

---

<sup>1</sup>Judul

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Diploma III Kebidanan

<sup>3</sup>Dosen STIKES Muhammadiyah Gombang

## SCIENTIFIC PAPER

### THE APPLICATION OF NIPPLE CARE USING OLIVE OIL AFTER BREASTFEEDING FOR PREVENTING CHAFED NIPPLE OF POSTPARTUM MOTHER IN INDEPENDENT MIDWIFERY CLINIC OF MIDWIFE TUGIRAH AT KEBUMEN<sup>1</sup>

Raodoh Indah Sari<sup>2</sup>, Dyah Puji Astuti, S.SiT., M.P.H<sup>3</sup>

#### ABSTRACT

**Background:** Chafed nipple often happens to postpartum mothers. It can cause problems in the proses of breastfeeding, such as blockage of breast milk, mastitis, abses, and breast infection. Apart from breast milk, those problems can be overcome by doing nipple care using olive oil to prevent the chafed nipple.

**Objective:** Applying nipple care using olive oil after breastfeeding to prevent the chafed nipple of postpartum mothers.

**Method:** This research is an analytical descriptive with a case study approach. The participants of this research were 5 physiological postpartum mothers. Data were obtained through interview, observation, documentation, and literary study.

**Result:** After having the application of nipple care by using olive oil, the nipples of all participants (100%) were still prominent and not chafed anymore.

**Keywords** : Olive oil, chafed nipple, postpartum mothers

**Literature** : (2007-2017)

**Number of Pages** : xi + 89 pages + appendices

---

<sup>1</sup>Title

<sup>2</sup>Student of DIII Program of Midwifery Department

<sup>3</sup>Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute Gombang

## KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Karya Tulis Ilmiah “Penerapan Perawatan Puting Menggunakan Minyak Zaitun setelah Menyusui Terhadap Pencegahan Puting Lecet pada Ibu Postpartum di BPM Tugirah, A.md.Keb Kebumen”. Penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan untuk memenuhi tugas Uji Karya Tulis Ilmiah Semester VI sebagai syarat memperoleh derajat gelar Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.

Dalam Penulisan proposal Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Hj. Herniyatun, M.Kep.,Sp.Mat selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Novyriana, S.ST.,M.P.H selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
3. Juni Sofiana, M.Keb, selaku Penguji I Karya Tulis Ilmiah yang telah bersedia membimbing dan berbagi pengetahuan dalam penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H selaku dosen pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah bersedia berbagi pengetahuan dan mendukung serta mengarahkan penulis dari awal sampai akhir penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bidan Tugirah, Amd.Keb. selaku Pembimbing Lahan BPM yang telah bersedia membimbing, mendukung dan mengarahkan penulis dalam penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Orang tua, keluarga dan teman-teman yang telah memberi dukungan, motivasi serta do’a yang tidak henti-hentinya untuk mendo’akan penulis.
7. Semua pihak yang telah membantu menyusun laporan Karya Tulis Ilmiah ini, sehingga laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, maka kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan dari segala pihak. Penulis berharap laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca. Amin ya Robbal’alamin.

Gombong, Juli 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

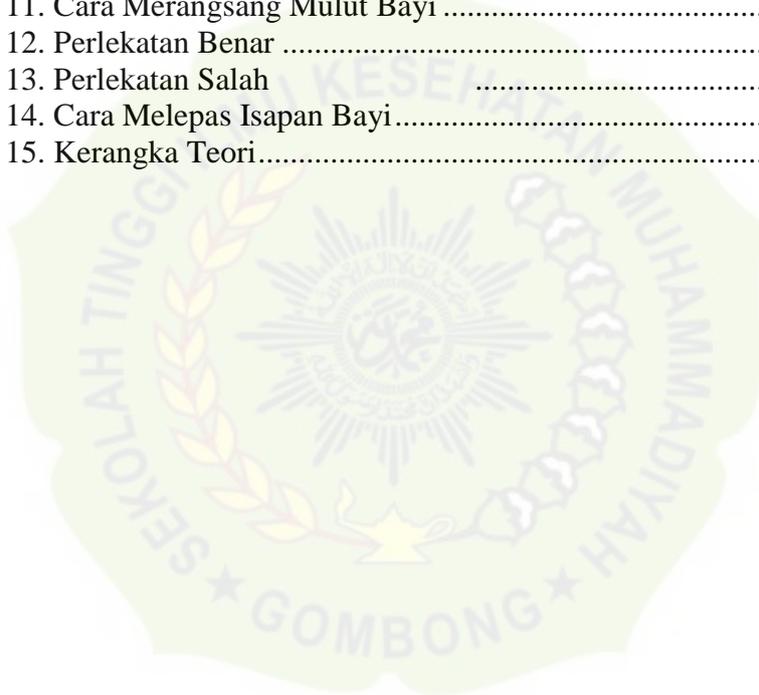
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iv
INTISARI.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan .....	5
C. Manfaat.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. TinjauanTeori	
1. Konsep Nifas .....	7
2. Konsep Laktasi.....	11
3. Konsep Puting Lecet .....	29
4. Konsep Perawatan Putting dengan Minyak Zaitun .....	32
5. Konsep Minyak Zaitun.....	33
B. Kerangka Teori.....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	40
B. Partisipan.....	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	42
D. Pengambilan Data .....	42
E. Instrumen.....	44
F. Metode Penerapan Inovasi .....	45
G. Etika Penelitian .....	47
<b>BAB IV MANAJEMEN KASUS, HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Manajemen Kasus .....	49
B. Hasil .....	71
C. Pembahasan.....	79
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	87
B. Saran.....	88
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Manajemen Kasus Ny. D .....	50
Tabel 2. Manajemen Kasus Ny. I.....	54
Tabel 3. Manajemen Kasus Ny. H .....	59
Tabel 4. Manajemen Kasus Ny. S .....	63
Tabel 5. Manajemen Kasus Ny. SK.....	67
Tabel 6. Karakteristik Paritas Partisipan.....	71
Tabel 7. Karakteristik Pendidikan Partisipan.....	72
Tabel 8. Karakteristik Pengetahuan Partisipan .....	72
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil Kuesioner .....	72
Tabel 10. Karakteristik Ibu yang Mempengaruhi Teknik Menyusui.....	73
Tabel 11. Pemantauan Perawatan Puting pada Ny. D.....	74
Tabel 12. Pemantauan Perawatan Puting pada Ny. I .....	75
Tabel 13. Pemantauan Perawatan Puting pada Ny. H.....	75
Tabel 14. Pemantauan Perawatan Puting pada Ny. S .....	76
Tabel 15. Pemantauan Perawatan Puting pada Ny. SK .....	77
Tabel 16. Hasil Intervensi Perawatan Puting Partisipan .....	78
Tabel 17. Frekuensi Menyusui dan Perawatan Puting Partisipan .....	83

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Posisi Menyusui dengan Duduk yang Benar.....	13
Gambar 2. Posisi Menyusui dengan Rebahan yang Benar .....	14
Gambar 3. Posisi Menyusui dengan Berdiri yang Benar .....	16
Gambar 4. Posisi Menyusui Bayi pada Kondisi Normal .....	17
Gambar 5. Posisi Menyusui BBL yang Benar di Ruang Perawatan .....	17
Gambar 6. Posisi Menyusui BBL di Rumah.....	17
Gambar 7. Posisi Menyusui BBL bila ASI Penuh .....	18
Gambar 8. Posisi Menyusui Bayi Kembar secara Bersamaan .....	18
Gambar 9. Cara Meletakkan Bayi.....	18
Gambar 10. Cara Memegang Payudara .....	19
Gambar 11. Cara Merangsang Mulut Bayi .....	19
Gambar 12. Perlekatan Benar .....	20
Gambar 13. Perlekatan Salah .....	20
Gambar 14. Cara Melepas Isapan Bayi.....	20
Gambar 15. Kerangka Teori.....	41



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Informend Consent
- Lampiran 3 SOP Teknik Menyusui yang Benar
- Lampiran 4 SOP Perawatan Puting dengan Minyak Zaitun
- Lampiran 5 Kuesioner Teknik Menyusui yang Benar
- Lampiran 6 Lembar Observasi Teknik Menyusui
- Lampiran 7 Lembar Observasi Puting Susu
- Lampiran 8 Lembar Evaluasi Puting Susu
- Lampiran 9 Dokumentasi Penerapan Asuhan
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menyusui merupakan suatu aktivitas yang bisa mendatangkan kebahagiaan tersendiri karena memang sudah menjadi kodratnya seorang ibu. Kondisi payudara setiap ibu berbeda-beda dan biasanya akan mengalami perubahan-perubahan pada masa awal setelah melahirkan. Masalah menyusui terutama pada ibu-ibu yang baru pertama kali mempunyai seorang bayi yang sering terjadi adalah kesulitan yang ibu alami dalam memosisikan dan meletakkan bayi saat menyusui, dimana bayi hanya menghisap pada puting saja dan tidak mengisap sampai ke areola payudara sehingga mengakibatkan puting susu lecet (Bahiyatun, 2009).

Riset melaporkan bahwa antara 11-96% ibu mengalami lecet pada puting susu. Kesan klinis menunjukkan bahwa awal ketidaknyamanan puting susu disebabkan oleh posisi dan perlekatan bayi yang tidak tepat, bukan urutan kejadian yang dialami setelah menyusui (Varney, 2007). Nyeri pada puting lecet apabila tidak segera ditangani dengan benar dan dibiarkan terus menerus akan berisiko menjadi infeksi payudara, akan tetapi hilangnya nyeri tidak dapat terjadi hingga kulit puting susu yang rusak sudah benar-benar sembuh dan kering (Varney, 2008).

Puting susu yang lecet akan memudahkan masuknya kuman yang menyebabkan terjadinya infeksi pada payudara seperti payudara yang bengkak tidak disusukan menjadi bendungan Air Susu Ibu (ASI), mastitis

atau bahkan dapat menjadi abses payudara. Dampak lain yang dapat menimbulkan masalah selama masa nifas dan menyusui, diantaranya bayi tidak puas setelah menyusui, ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI, bayi sering menangis atau rewel, bayi menjadi kembung dan menolak untuk menyusu. Bayi yang mendapat ASI eksklusif 6 bulan, frekuensi mengalami diare sangat kecil. Pada kelompok bayi yang mendapat susu tambahan lebih sering mengalami diare. Dengan demikian kesehatan bayi yang mendapat ASI eksklusif akan lebih baik bila dibandingkan kelompok bayi yang diberi susu formula (Ambarwati & Wulandari, 2009).

Keberhasilan menyusui untuk dapat menghindari terjadinya puting lecet maka diperlukan adanya penerapan teknik-teknik menyusui yang benar. Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan posisi ibu dan bayi dengan benar serta perlekatan bayi yang benar yaitu areola sedapat mungkin masuk seluruhnya ke dalam mulut bayi atau paling tidak rahang bayi supaya menekan tempat penampung ASI (sinus laktiferus) yang terletak dibelakang puting susu. Indikator dalam proses menyusui yang efektif meliputi posisi ibu dan bayi yang benar (*body position*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*) (Bahiyatun, 2009).

Upaya lain dalam pencegahan puting lecet yang dapat dilakukan yaitu dengan perawatan payudara pada puting. Perawatan payudara dilakukan sedini mungkin, bahkan tidak menutupi kemungkinan perawatan payudara

sebelum hamil sudah mulai dilakukan. Sebelum menyentuh puting susu, pastikan tangan ibu selalu bersih dengan cuci tangan sebelum menyusui. Kebersihan payudara paling tidak dilakukan minimal satu kali dalam sehari dan tidak diperkenankan menggunakan alkohol ataupun sabun pada puting susu. Pelaksanaan perawatan payudara hendaknya dimulai sejak awal, yaitu 1-2 hari setelah bayi dilahirkan dan dilakukan minimal 2 kali dalam sehari (Ambarwati & Wulandari, 2009).

Perawatan puting susu dapat dilakukan dengan menggunakan minyak zaitun (Handayani, 2011). Perawatan puting dengan minyak zaitun ini memiliki beberapa manfaat yaitu menjaga kebersihan puting susu, melembabkan kulit puting, melenturkan atau menjaga elastisitas kulit puting, dan merangsang kelenjar-kelenjar air susu sehingga produksi ASI menjadi lancar. Selain ASI, penurunan kemungkinan terjadinya puting lecet dapat dilakukan dengan minyak zaitun sebagai perlindungan nyeri puting lecet sesuai hasil penelitian sesuai hasil penelitian (Menderes, 2013).

Minyak zaitun kaya akan vitamin E yang berfungsi sebagai pelembab alami yang baik untuk menghaluskan dan melembabkan permukaan kulit tanpa menyumbat pori, meningkatkan daya tahan tubuh, melindungi sel darah merah dari kerusakan dan melepaskan lapisan sel-sel kulit mati (Surtiningsih, 2008). Kandungan omega-6 pada minyak zaitun berfungsi sebagai anti-inflamasi dan membantu menjaga kesehatan kulit serta kandungan senyawa fenolik pada minyak zaitun berpotensi meningkatkan aktivitas oksidatif untuk melawan serangan radikal bebas (Made, Wresdiyati, & Nasution, 2015).

Pengawasan dan perhatian petugas kesehatan pada masa ini sangat diperlukan agar masalah menyusui dapat segera ditangani sehingga tidak terjadi penyulit yang lebih serius seperti infeksi pada payudara atau menyebabkan kegagalan menyusui dengan cara penyapihan dini. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Turki tentang Protective Efficacy of Olive Oil for Sore Nipples during Nursing, dengan mengaplikasikan minyak zaitun sebelum dan setelah menyusui terbukti efektif 89,2 % untuk mencegah puting lecet (Gungor, Oguz, Isik, Seker, & Ogretmen, 2014). Sedangkan menurut hasil penelitian di Inggris tentang Application of Extra Virgin Olive Oil to Prevent Nipple Cracking in Lactating Women, dengan memberikan 3 tetes pada setiap puting susu setelah menyusui lebih efektif 97,3 % dan tidak ada efek samping yang terjadi pada ibu dan bayi baru lahir selama pemberian (Cordero, Villar, Cortes, & Lopez, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk mengangkat judul penelitian “Penerapan Perawatan Puting Menggunakan Minyak Zaitun Setelah Menyusui Terhadap Pencegahan Puting Lecet pada Ibu Postpartum” sebagai upaya preventif terhadap masalah menyusui sehingga proses menyusui dapat berjalan dengan lancar dan merupakan upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi.

## **B. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mampu memberikan asuhan kebidanan tentang penerapan perawatan puting menggunakan minyak zaitun setelah menyusui terhadap pencegahan puting lecet pada ibu postpartum.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mampu mengetahui karakteristik ibu yang mempengaruhi penerapan teknik menyusui yang benar berdasarkan paritas, pengetahuan dan pendidikan.
- b. Mampu mengetahui frekuensi perawatan puting menggunakan minyak zaitun yang dilakukan oleh partisipan.
- c. Mampu mengetahui hasil penerapan penelitian tentang perawatan puting menggunakan minyak zaitun setelah menyusui terhadap pencegahan puting lecet pada ibu postpartum.

## **C. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan informasi khususnya dibidang Ilmu Kebidanan tentang penerapan perawatan puting menggunakan minyak zaitun setelah menyusui terhadap pencegahan puting lecet pada ibu postpartum.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Institusi

Studi kasus ini dapat dijadikan sebagai bahan pustaka tambahan bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong khususnya Program Studi Diploma III Kebidanan tentang inovasi asuhan kebidanan penerapan perawatan puting menggunakan minyak zaitun setelah menyusui terhadap pencegahan puting lecet pada ibu postpartum.

### b. Bagi Bidan

Dapat memberikan asuhan kebidanan dengan mengaplikasikan penerapan perawatan puting menggunakan minyak zaitun setelah menyusui terhadap pencegahan puting lecet pada ibu postpartum.

### c. Bagi Penulis

Mampu memberikan asuhan kebidanan dengan mengaplikasikan inovasi asuhan kebidanan secara langsung kepada ibu postpartum tentang perawatan puting menggunakan minyak zaitun setelah menyusui terhadap pencegahan puting lecet.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R. E., & Wulandari, D. (2008). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendekia.
- Ambarwati, R. E., & Wulandari, D. (2009). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendekia Press.
- Anggraini, Y. (2010). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Anonim. (2009, Maret Senin). Manfaat Minyak Zaitun Untuk Kesehatan & Kecantikan. p. 3.
- Azwar. (2008). *Asuhan Persalinan Normal dan Inisiasi Menyusui Dini*. Jakarta: JNPK-KR.
- Bahiyatun. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC.
- Cordero, M. J., Villar, N. M., Cortes, M. E., & Lopez, A. M. (2015). *Application of Extra Virgin Olive Oil to Prevent Nipple Cracking in Lactation Women*. Published; 12: 364-369. Available online on: [https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.jscimedcentral.com/FamilyMedicine/familymedicine-1-1021.pdf&ved=2ahUKEwjC2N205e3ZAhUEKY8KHWyVBvAQFJAAegQIBhAB&usg=AOvVaw2U-ulBzx\\_N\\_2mvIJCadS-](https://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.jscimedcentral.com/FamilyMedicine/familymedicine-1-1021.pdf&ved=2ahUKEwjC2N205e3ZAhUEKY8KHWyVBvAQFJAAegQIBhAB&usg=AOvVaw2U-ulBzx_N_2mvIJCadS-). Accessed 03 Februari 2018.
- Goyal, A., Banginwar, Ziyo, F., & Toweir, A. (2011). *Breastfeeding Practice: Positioning, attachment (latch-on), and effective suckling-A hospital-based study in Libya*. J Family Community Med. 2011 May-Aug; 18(2): 74-79 Available online on: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21897915>. Accessed 03 Maret 2018.
- Gungor, A. N., Oguz, S., Isik, S., Seker, M., & Ogretmen, Z. (2014). *Protective Efficacy of Olive Oil for Sore Nipples during Nursing*, 3/4. Breastfeed Med; 8: 334-335 Accessed 03 Februari 2018.
- Handayani, S. (2011). *Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Hidayat, A. A. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa*. Jakarta: Salemba Medika.

- Hidayat, A. A. (2009). *Metode Penelitian Kebidanan DAN Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Juraida, R. H., Noor, N. H., & Mardiah. (2013). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas & Deteksi Dini Komplikasi*. Jakarta: EGC.
- Khasanah, N. (2011). *ASI atau Susu Formula Ya?* Yogyakarta: Flashbooks.
- Made, A., Wresdiyati, T., & Nasution, N. A. (2015). *Fakta dan Manfaat minyak Zaitun Jilid 1*. Jakarta: Kompas Media Nusantara.
- Menderes. (2013). *Minyak Zaitun Sebagai Perlindungan Puting Lcet, 2*.
- Mubarak, W. (2012). *Ilmu Kesehatan Masyarakat Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nangili. (2013, Maret Senin). Manfaat Pemberian Minyak Zaitun untuk Kulit. p. 3.
- Natsume, H. (2012, Maret Senin). Manfaat Minyak Zaitun. p. 2.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Cv. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep Penerapan Metode Penelitian* . Jakarta: Salemba Medika.
- Puente, J. (2012). *Olive Oil Reference Book*. Manhattan: Perkin Elmer.
- Rinata, E., Iflahah, D. 2015. *Teknik Menyusui Yang Benar Ditinjau Dari Usia Ibu,Paritas, Usia Gestasi Dan Berat Badan Lahir Di Rsud Sidoarjo*. *Sidoarjo. Midwiferia / Vol. 1 ; No.1 / Maret 2018*
- Rinata, Evi, Tutik Rusdyati dan Putri Anjar S. 2016. *Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan dan Keefektifan Menghisap-Studi Pada Ibu Menyusui Di RSUD Sidoarjo*. Available online on: <https://media.neliti.com/media/publications/169879-ID-teknik-menyusui-posisi-perlekatan-dan-ke.pdf>. Accessed 03 Maret 2018.

Lampiran 1 Jadwal Penelitian

**JADWAL PENELITIAN**  
**PERAWATAN PUTING MENGGUNAKAN MINYAK ZAITUN**  
**SETELAH MENYUSUI TERHADAP PENCEGAHAN**  
**PUTING LECET PADA IBU POSTPARTUM**  
**DI BPM TUGIRAH, A.MD.KEB KEBUMEN**

No.	Kegiatan	Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli				Agustus			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Literatur Review																																
2	Konsultasi proposal KTI																																
3	Ujian Proposal KTI																																
4	Revisi post ujian proposal KTI																																
5	Acc proposal KTI																																
6	Penerapan a suhan																																
7	Konsultasi hasil																																
8	Ujian hasil																																
9	Revisi post ujian hasil																																
10	Acc KTI																																
11	Pengumpulan laporan hasil																																

Lampiran 3 SOP Teknik Menyusui yang Benar

<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TEKNIK MENYUSUI YANG BENAR</b>	
Pengertian	Teknik menyusui yang benar adalah menyusui dalam posisi dan pelekatan yang benar akan memberikan rasa nyaman pada ibu dan bayi sehingga bayi dapat menyusu secara efektif.
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menilai keberhasilan menyusui</li> <li>2. Mencegah puting lecet</li> </ol>
Kebijakan	Responden
Prosedur Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beritahu ibu untk cuci tangan terlebih dahulu.</li> <li>2. Ibu diminta untuk membuka baju pada bagian dada.</li> <li>3. Keluarkan ASI sedikit lalu oleskan pada puting susu dan aerola</li> <li>4. Ibu duduk dengan santai menggunakan kursi yang rendah.</li> <li>5. Punggung bersandar dengan santai pada kursi.</li> <li>6. Pegang bayi dengan satu lengan, kepala bayi terletak pada lengkung siku ibu dan bokong bayi ditahan dengan telapak tangan ibu.</li> <li>7. Satu tangan bayi pada arah badan ibu sebaiknya diletakkan di belakang badan ibu.</li> <li>8. Perut bayi menempel pada badan ibu, kepala bayi menghadap payudara ibu.</li> <li>9. Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus.</li> <li>10. Ibu menatap bayi dengan kasih sayang.</li> <li>11. Ibu memegang payudara dengan ibu jari di atas payudara dan jari lain menopang di bawah payudara, jangan menekan puting susu/ aerolanya saja.</li> <li>12. Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut dengan cara menyentuh pipi/sisi mulut bayi dengan puting susu.</li> <li>13. Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat punggung bayi didekatkan ke payudara ibu dengan puting susu dan aerola di masukkan ke dalam mulu bayi.</li> <li>14. Sebaiknya bayi menyusu pada satu payudara sampai payudara terasa kosong.</li> <li>15. Lanjutkan dengan menyusui pada payudara yang satu lagi.</li> <li>16. Cara melepaskan isapan bayi               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Masukkan jari kelingking ibu ke mulut bayi melalui sudut mulut bayi.</li> <li>b. Tekan bahu bayi kebawah.</li> </ol> </li> <li>17. Cara menyendawakan bayi</li> </ol>

	<p>a. Bayi digendong tegak dengan bersandar pada bahu ibu kemudian punggungnya ditepuk perlahan-lahan sampai bayi bersendawa.</p> <p>b. Dengan cara menelungkupkan bayi di atas pangkuan ibu, lalu usap-usap atau tepuk perlahan-lahan punggung bayi sampai bayi bersendawa.</p>
Sumber	Juraida Roito H, Hj. Nurmailis Noor, dan Mardiah. 2013. <i>Asuhan Kebidanan Ibu Nifas &amp; Deteksi Dini Komplikasi</i> . Jakarta: EGC.



Lampiran 4 SOP Perawatan Puting Menggunakan Minyak Zaitun

<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PERAWATAN PUTING DENGAN MINYAK ZAITUN</b>	
Pengertian	Perawatan puting dengan minyak zaitun merupakan perawatan puting dengan cara melembabkan kulit puting dengan minyak zaitun yang bermanfaat untuk melawan radikal bebas dan mengandung antioksidan yang baik serta dapat melepaskan lapisan sel-sel kulit mati.
Tujuan	Menjaga kebersihan puting dan melembabkan kulit puting untuk mencegah terjadinya puting lecet
Kebijakan	Ibu Postpartum Fisiologis Periode Awal
Saran	Lakukan perawatan puting sedini mungkin pada ibu postpartum untuk mencegah puting lecet
Petugas	Responden
Peralatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kapas bersih</li> <li>2. Minyak Zaitun</li> </ol>
Prosedur Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menyiapkan alat (minyak zaitun )</li> <li>2. Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir</li> <li>3. Memosisikan ibu senyaman mungkin</li> <li>4. Membantu ibu membuka pakaian bagian atas dan BH</li> <li>5. Membuka tutup minyak zaitun</li> <li>6. Teteskan minyak zaitun sebanyak 3 tetes pada 2 buah kapas bersih berukuran kecil.</li> <li>7. Kemudian oleskan secara merata pada kedua puting susu</li> <li>8. Biarkan minyak zaitun pada puting tersebut kering dengan sendirinya (tidak perlu dibersihkan)</li> <li>9. Lakukan langkah-langkah perawatan tersebut setiap selesai menyusui</li> <li>10. Tutupkan kembali tutup minyak zaitun</li> <li>11. Membantu ibu untuk mengenakan kembali pakaian bagian atas dan BHnya</li> <li>12. Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir</li> </ol>
Sumber	Cordero, Maria Jose A, Villar, Norma Mur, dkk. 2015. <i>Application of Extra Virgin Olive Oil to Prevent Nipple Cracking in Lactating Women.</i>

Lampiran 9 Dokumentasi

1. Partisipasi Ny. D

Foto Saat Melakukan Observasi Di Rumah Responden



### 3. Partisipasi Ny. H

Foto Saat Melakukan Observasi Di Rumah Responden



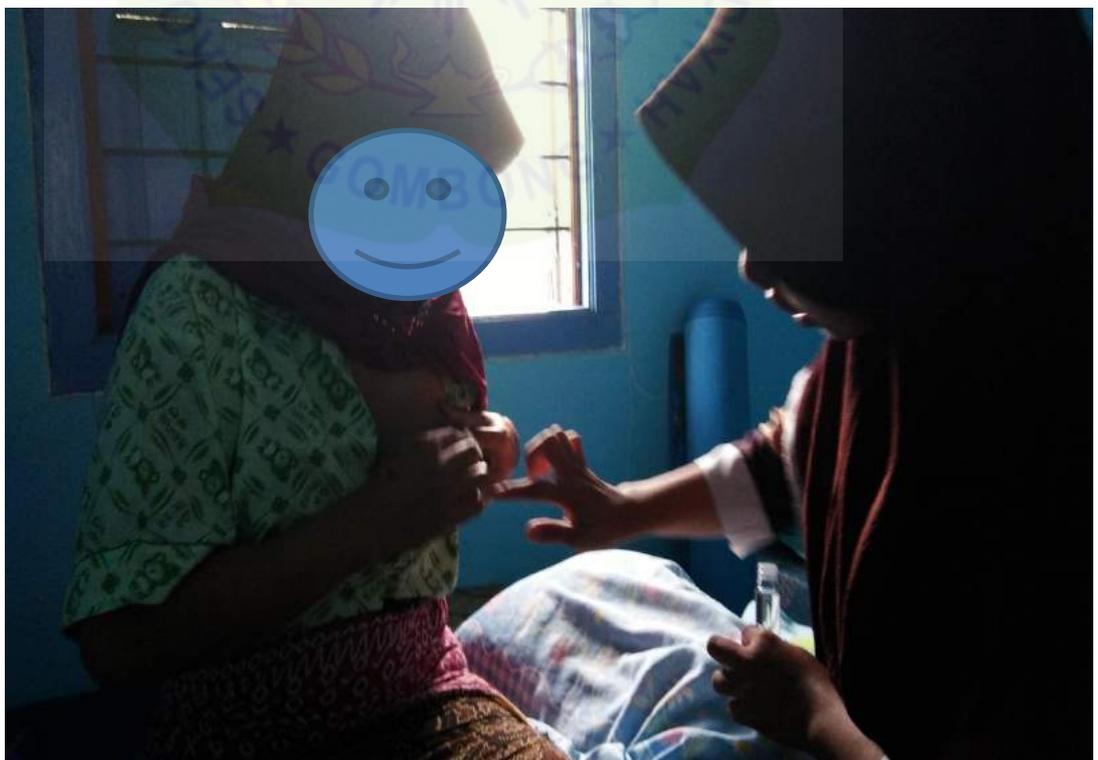
4. Partisipasi Ny. S

Foto Saat Melakukan Observasi Di Rumah Responden



5. Partisipasi Ny. SK

Foto Saat Melakukan Observasi Di Rumah Responden



Lampiran 10 Lembar Konsultasi

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI**  
**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIII**  
**STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG**  
**TAHUN 2018**

Nama : Raodoh Indah Sari

NIM : B1501305

Pembimbing : Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H

No.	Hari/tanggal	Materi Konsultasi/Bimbingan	Realisasi	TTD Pembimbing
1.	Sabtu 03 Feb 2018	Konsul Judul	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
2.	Senin 05 Feb 2018	Konsul Judul	ACC	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
3.	Jum'at 09 Feb 2018	Konsul BAB I - perbaiki tujuan umum k khusus	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
4.	Senin 12 Feb 2018	Konsul BAB 1, 2, 3 - BAB I - Latar belakang - BAB II - Materi fokus - BAB III - perbaikan sistematika	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
5.	Kamis 15 Feb 2018	Konsul BAB 1 & 3 - BAB I : -perbaiki tujuan khusus - BAB II : - perbaiki kriteria	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
6.	Pabu 21 Feb 2018	- konsul keseluruhan cover - lampiran	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
7.	Senin 05 Maret 2018	- konsul keseluruhan	ACC	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
8.	Kamis 22 Maret 2018	- konsul revisi post sidang proposal	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI**  
**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIII**  
**STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG**  
**TAHUN 2018**

Nama : Raodoh Indah Sari

NIM : B1501305

Pembimbing : Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H

No.	Hari/tanggal	Materi Konsultasi/Bimbingan	Realisasi	TTD Pembimbing
9.	Selasa 03 April 2018	- konsul revisi post sidang proposal	Revisi	Umi Laelatul Q. S.SiT., M.P.H
10.	Selasa 03 April 2018	- konsul revisi post sidang proposal	ACC	Umi Laelatul Q. S.SiT., M.P.H
11.	Jum'at 06 April 2018	- konsul revisi post sidang proposal	ACC	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
12.	Sabtu 12 Mei 2018	- konsul BAB IV	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
13.	Jum'at 25 Mei 2018	- konsul BAB IV & V	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
14.	Rabu 30 Mei 2018	- konsul BAB IV & V	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
15.	Selasa 05 Mei 2018	- konsul BAB IV & V 1. Manajemen kasus 2. Hasil	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H
16.	Rabu 30 Mei 2018	- konsul BAB IV 1. Manajemen kasus 2. Hasil	Revisi	Dyah Puji A, S.SiT., M.P.H

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI**  
**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIII**  
**STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG**  
**TAHUN 2018**

Nama : Raodoh Indah Sari

NIM : B1501305

Pembimbing : Dyah Puji Astuti, S.SiT.,M.P.H

No.	Hari/tanggal	Materi Konsultasi/Bimbingan	Realisasi	TTD Pembimbing
17.	Selasa 05 Juni 2018	- konsul BAB IV 1. Manajemen kasus 2. Hasil	Revisi	 Dyah Puji A, S.SiT.,M.P.H
18.	Jum'at 29 Juni 2018	- konsul BAB IV	Revisi	 Dyah Puji A, S.SiT.,M.P.H
19.	Senin 02 Juli 2018	- konsul BAB IV ▫ Pembahasan - konsul BAB V	Revisi	 Dyah Puji A, S.SiT.,M.P.H
20.	Jum'at 06 Juli 2018	- konsul BAB IV ▫ Pembahasan - konsul BAB V	ACC	 Dyah Puji A, S.SiT.,M.P.H
21.	Jum'at 06 Juli 2018	- konsul intisari	Revisi	 Dyah Puji A, S.SiT.,M.P.H
22.	Sabtu 07 Juli 2018	- konsul intisari & Abstrac	ACC	 Dyah Puji A, S.SiT.,M.P.H
23.	Kamis 26 Juli 2018	Konsul revisi post sidang Hasil (penguji 1)	ACC	 Juni Safiana, M.Keb
24.	Kamis, 26 Juli 2018	Konsul revisi post sidang hasil (penguji 2)	ACC	 Dyah Puji A, S.SiT.,M.P.H