

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG
PERAWATAN PAYUDARA DI RUANG SAKURA RSUD
dr. SOEDOMO TRENGGALEK**

TUGAS AKHIR

ANTIN SINDI WIDARI

P17240213033



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
KAMPUS KABUPATEN TRENGGALEK
2024**

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG
PERAWATAN PAYUDARA DI RUANG SAKURA RSUD
dr. SOEDOMO TRENGGALEK**

TUGAS AKHIR

**Tugas Akhir Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan
Progam Pendidikan Diploma III Keperawatan di Progam Studi
Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang**

ANTIN SINDI WIDARI

P17240213033



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
KAMPUS KABUPATEN TRENGGALEK**

2024

CURICULUM VITAE

Nama : Antin Sindi Widari

NIM : P17240213033

Tempat tanggal lahir : Trenggalek, 04 Juni 2002

Alamat : RT 42 RW 10, Dusun Ngaliran, Desa Masaran,
Kecamatan Munjungan, Kabupaten Trenggalek



Riwayat Pendidikan

- 1) TK Masaran Lulus Tahun 2008
- 2) SDN 1 Masaran Lulus Tahun 2014
- 3) SMPN 1 Munjungan Lulus Tahun 2017
- 4) SMAN 1 Munjungan Lulus Tahun 2020
- 5) POLKESMA Prodi D3 Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek Lulus
Tahun 2024

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Antin Sindi Widari

NIM : P17240213033

Progam Studi : Diploma III Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek Jurusan
Keperawatan Politeknik Kemenkes Malang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya aku sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mengetahui,

Trenggalek, 2 Mei 2024

Pembimbing

Yang Membuat Pernyataan
Tanda Tangan



Dr. Farida Halis, DK, S.Kp., M.Pd
NIP. 19640222 198803 2 003



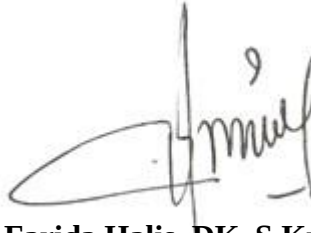
Antin Sindi Widari
NIM. P17240213033

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Antin Sindi Widari (P17240213033) dengan judul **“Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek”**, telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Trenggalek, 2 Mei 2024

Pembimbing



Dr. Farida Halis, DK, S.Kp., M.Pd
NIP. 19640222 198803 2 003

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Antin Sindi Widari (P17240213033) dengan judul
**“Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di
Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek”**, telah dipertahankan di depan
Dewan Penguji pada tanggal 13 Mei 2024

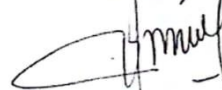
Dewan Penguji,

Ketua Penguji



Ns. Rahayu Niningsih, S.Kep., M.Kes.
NIP. 19691121 199203 2 005

Penguji Anggota



Dr. Farida Halis, DK, S.Kp., M.Pd
NIP. 19640222 198803 2 003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19760810 200212 2 001

MOTTO

Allahumma yassir walaa tu'assir

“Ya Allah, mudahkanlah dan janganlah engkau persulit”.

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim...

Dengan segala puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa dan atas dukungan dan doa dari orang-orang tercinta, akhirnya Karya Tulis Ilmiah ini dapat dirampungkan dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, sembah sujud serta rasa syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkan dengan cinta dan mengabulkan segala doa. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya tugas akhir yang sederhana ini dapat terselesaikan.
2. Bapak dan Makku, sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Mak (Budiarti) dan Bapak (Eko Basuki) yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, ridho dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Bapak dan Makku bahagia karena kusadar, selama ini belum bisa berbuat lebih. Untuk Bapak dan Mak yang selalu membuatku termotivasi dan selalu memberikan kasih sayang, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku serta selalu meridhoiku melakukan hal yang lebih baik, Terimakasih Bapak... Terimakasih Mak...
3. Dosen Pembimbing dan Penguji, kepada Ibu Dr. Farida Halis, DK, S.Kp.,M.Pd dan Ibu Ns. Rahayu Niningasih, S.Kep.,M.Kes. terimakasih

banyak atas bimbingan dan motivasi yang diberikan selama ini dengan tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik. Tanpa adanya bimbingan Ibu tidak mungkin terselesaikannya tugas akhir ini. Terimakasih banyak Ibu dosen, jasa kalian akan selalu terpatrit di hati.

4. Sahabat dan Temanku, teruntuk sahabatku Wiwin teman sekamarku selama 3 tahun ini terimakasih sudah menemani dan menyemangatiku dalam segala apapun, memasak dan mencuci baju bersama semoga pertemanan ini sampai tua nanti, teruntuk Titis si kecil yang nangisan terimakasih juga sudah menyemangatiku harapanku tetap menjadi temanku dan semoga lekas dipertemukan jodoh, teruntuk ceweknya Jeni Denia terimakasih sudah menemaniku juga menyemangatiku untuk jangan patah semangat semoga kita bisa nonton konser bersama, teruntuk Hilda terimakasih banyak ya sudah mau wara-wiri saat penyusunan karya tulis ini terimakasih sudah mau membantuku dan saling menguatkan satu sama lain, pantang pulang sebelum ACC, dan para teman-teman sepembimbingku Ilham, Frandika, Thatet, Mahsun, Farid, terimakasih sudah menemani untuk bimbingan dan konsul bersama-sama selama ini dan Geng OPO'O makasih aku sayang kalian serta seluruh teman seperjuangan seangkatan 2024 terimakasih sudah menemani dan membantu penulis dalam keadaan senang maupun susah dan terimakasih juga atas semua dukungan dan semangat yang telah kalian berikan. Harapanku untuk kalian semua sukses, sehat, dan selalu hangat untuk menjadi keluarga angkatan 2024. Dan terakhir untuk Mas Ibnu

terimakasih sudah membantu penulis mencari jurnal serta tidak henti-hentinya mendukung dan memberikan semangat kepada penulis, semoga tali silaturahmi tetap terjaga dan sukses juga untuk kedepannya.

5. Diri Sendiri, kepada penulis, penulis mengucapkan terimakasih sudah mau bertahan dan berjuang selama ini. Mari tetap berdoa dan berusaha serta jangan menyerah untuk kedepannya. Penulis yakin mau jadi apapun dirimu di masa depan kamu adalah versi terbaik dalam segala hal. Love your self
6. Suami dan Anakku di masa depan, karya tulis ini penulis persembahkan kepada kalian, agar kelak penulis berharap kalian bangga memiliki seseorang seperti penulis, ketahuilah bahwa penulis akan selalu menyayangi kalian.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian Akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Moh. Wildan, A.Per. Pend., M.Pd., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi kesempatan dan memfasilitasi untuk melaksanakan penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep.Ns.M.Kep., selaku Kepala Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang telah mengelola sumber daya jurusan dan menyelenggarakan pendidikan.
3. Ns. Rahayu Niningasih, S.Kep.,M.Kes., selaku Kaprodi D-III Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang sekaligus ketua penguji Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan pengarahan serta saran kepada penulis hingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Dr. Farida Halis, DK, S.Kp.,M.Pd selaku pembimbing dan anggota penguji yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Kasini, A.Md.Keb. selaku kepala ruang Sakura yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di ruang Sakura
6. Semua pihak yang telah memberikan dorongan dan bantuannya selama penelitian dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Penulis

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
PROGAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
KAMPUS KABUPATEN TRENGGALEK 2024

ABSTRAK

Antin Sindi Widari

Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Di Ruang Sakura RSUD dr.Soedomo Trenggalek

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Perawatan payudara adalah tindakan merawat payudara pada masa nifas untuk memperlancar pengeluaran ASI. Tujuan dilakukannya penelitian untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas baik *primipara* atau *multipara* yang minimal 2 jam setelah melahirkan tentang perawatan payudara di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.

Desain penelitian yang digunakan deskriptif kuantitatif. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 33 responden. Pengumpulan data dengan mengisi kuisioner. Teknik pengambilan data secara purposive sampling. Pengolahan data menggunakan Spss.

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 33 responden menunjukkan bahwa gambaran umum tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara diketahui (81,8%) sebagian besar berpengetahuan baik dan hasil gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara berdasarkan pengetahuan ibu nifas tentang pengertian nifas diketahui sebanyak (100%) berpengetahuan baik, pengetahuan ibu nifas tentang pengertian perawatan payudara diketahui (66,7%) rata-rata berpengetahuan cukup, pengetahuan ibu nifas tentang tujuan perawatan payudara diketahui (97%) berpengetahuan baik, pengetahuan ibu nifas tentang cara perawatan payudara diketahui (60,6%) rata-rata berpengetahuan cukup.

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa sebagian besar ibu nifas di ruang sakura RSUD dr.Soedomo berpengetahuan baik tentang perawatan payudara.

Kata kunci: Pengetahuan, Perawatan Payudara, Ibu Nifas

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
PROGAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
KAMPUS KABUPATEN TRENGGALEK 2024

ABSTRACT

Antin Sindi Widari

Overview of the Level of Knowledge of Postpartum Mothers About Breast Care in the Sakura Room, RSUD dr. Soedomo Trenggalek

Knowledge is the result of knowing and this occurs after people have sensed a certain object. Breast care is the act of caring for the breasts in the postpartum period to facilitate milk production. The purpose of the study was to determine the level of knowledge of postpartum mothers, either primiparous or multiparous, who were at least 2 hours after giving birth about breast care in the Sakura Room of Dr. Soedomo Trenggalek Hospital.

The research design used is descriptive quantitative. The sample used in this study amounted to 33 respondents. Data collection by filling out a questionnaire. The data collection technique is purposive sampling. Data processing using Spss.

The results of research that have been conducted on 33 respondents show that the general description of the level of knowledge of postpartum women about breast care is known (81.8%) most of them are well informed and the results of the description of the level of knowledge of postpartum women about breast care based on the knowledge of postpartum women about the meaning of postpartum known as much (100%) is well informed, the knowledge of postpartum women about the meaning of breast care is known (66.7%) on average knowledgeable enough, the knowledge of postpartum women about the purpose of breast care is known (97%) is well informed, the knowledge of postpartum women about how to care for breasts is known (60.6%) on average knowledgeable enough.

Based on the results of the study, it was concluded that most postpartum women in the sakura room of Dr. Soedomo Hospital had good knowledge about breast care.

Keywords: Knowledge, Breast Care, Postpartum Women

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
CURICULUM VITAE.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
ABSTRAK	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
DAFTAR ISTILAH	xx
DAFTAR SINGKATAN.....	xxii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Batasan Masalah.....	6
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4 Tujuan.....	6
1.4.1 Tujuan Umum	6
1.4.2 Tujuan Khusus	6
1.5 Manfaat.....	7
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.5.2 Manfaat Praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Dasar Pengetahuan	9
2.1.1 Pengertian Pengetahuan.....	9
2.1.2 Tingkatan Pengetahuan.....	10
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	20

2.1.4 Cara Memperoleh Pengetahuan	23
2.1.5 Pengukuran Pengetahuan.....	27
2.2 Konsep Dasar Nifas (<i>Post Partum</i>)	28
2.2.1 Pengertian Masa Nifas (<i>Post Partum</i>)	28
2.2.2 Tahapan Masa Nifas (<i>Post Partum</i>).....	28
2.2.3 Perubahan Fisiologis Masa Nifas (<i>Post Partum</i>)	29
2.2.4 Perubahan Psikologi Masa Nifas	37
2.3 Konsep Perawatan Payudara	40
2.3.1 Pengertian Perawatan Payudara	40
2.3.2 Anatomi, Fisiologis Payudara, dan Proses Laktasi.....	40
2.3.3 Tujuan Perawatan Payudara.....	44
2.3.4 Prinsip-Prinsip Perawatan Payudara	45
2.3.5 Cara Perawatan Payudara	46
2.3.6 Akibat Jika Tidak Dilakukan Perawatan Payudara.....	51
2.4 Kerangka Konsep	51
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	53
3.1 Desain Penelitian	53
3.2 Kerangka Kerja.....	54
3.3 Variabel Penelitian	55
3.3 Definisi Operasional	55
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian	56
3.4.1 Tempat Penelitian.....	56
3.4.2 Waktu Penelitian	56
3.5 Populasi, Sampel dan Sampling	56
3.5.1 Populasi	56
3.5.2 Sampel	57
3.5.2.1 Kriteria Inklusi.....	58
3.5.2.2 kriteria Eksklusi.....	58
3.5.3 Teknik Sampling.....	58
3.6 Jenis Data dan Instrumen Penelitian.....	59
3.6.1 Jenis Data.....	59
3.6.2 Instrumen Penelitian.....	60

3.7 Pengumpulan Data, Pengolahan Data, dan Analisa Data.....	60
3.7.1 Pengumpulan Data.....	60
3.7.2 Pengolahan Data	62
3.7.3 Analisa Data.....	64
3.8 Etika Penelitian.....	66
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	68
4.1 Hasil Penelitian.....	68
4.1.1 Data Umum.....	69
4.1.2 Data Khusus.....	72
4.2 Pembahasan.....	75
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	86
5.1 Kesimpulan.....	86
5.2 Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA.....	89
LAMPIRAN.....	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Anatomi Payudara	41
Gambar 2 2 Alat dan Bahan Perawatan Payudara	46
Gambar 2 3 Cara Cuci Tangan yang benar	47
Gambar 2 4 Memasang Handuk.....	47
Gambar 2 5 Mengompres Putting	48
Gambar 2 6 Gerakan Pertama Perawatan Payudara.....	48
Gambar 2 7 Gerakan Kedua Perawatan Payudara	49
Gambar 2 8 Gerakan Ketiga Perawatan Payudara	49
Gambar 2 9 Mengompres Payudara dengan Waslap	50
Gambar 2 10 Mengeluarkan ASI	50
Gambar 2 11 Kerangka Konsep	52
Gambar 3 1 Kerangka Kerja.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Perubahan Lokea Berdasarkan Waktu dan Warna.....	30
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	55
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Umur Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.....	69
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Paritas Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.....	69
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.....	70
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.....	70
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Informasi Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.....	71
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.....	71
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Ruang Sakura.....	72
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pengertian Nifas di Ruang Sakura.....	72
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pengertian Perawatan Payudara di Ruang Sakura.....	73
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Tujuan Perawatan Payudara di Ruang Sakura.....	74
Tabel 4. 11 Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Cara Perawatan Payudara di Ruang Sakura.....	74

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Kisi-kisi Kuesioner</i>	93
<i>Lampiran 2 Kuesioner Penelitian</i>	95
<i>Lampiran 3 Informed Consent</i>	100
<i>Lampiran 4 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah</i>	101
<i>Lampiran 5 Persetujuan Penelitian</i>	105
<i>Lampiran 6 Data Umum Responden</i>	107
<i>Lampiran 7 Data Tabulasi Pengetahuan</i>	109
<i>Lampiran 8 Hasil Output SPSS</i>	115

DAFTAR ISTILAH

Breastcare	: Perawatan payudara
Diuresis	: Suatu kondisi dimana produksi urine sangat banyak sehingga meningkatkan frekuensi buang air kecil
Endometrium	: lapisan bagian terdalam dari rahim yang memiliki banyak fungsi penting bagi sistem reproduksi wanita salah satunya dalam proses implantasi embrio sehingga dapat menempel dan berkembang
Episiotomi	: Sayatan yang dibuat saat melahirkan pada bagian perineum, jaringan yang berada di antara lubang vagina dan anus.
Hormon laktogen	: Berfungsi untuk merangsang kelenjar susu memproduksi ASI sesudah melahirkan
Kolostrum	: ASI yang keluar pertama kali dan berwarna kekuningan serta kental

Laktasi	: Keseluruhan psroses menyusui dari ASI diproduksi sampai bayi menghisap dan menelan ASI
Mastitis	: Peradangan payudara
Plasenta	: lapisan yang menempel pada rahim selama bayi dalam kandungan dan berperan menjaga asupan darah dari ibu ke bayi melalui tali pusar
Post partum blues	: Depresi yang terjadi setelah melahirkan
Pre-eklamsia	: Peningkatan tekanan darah dan kelebihan protein dalam urine yang terjadi setelah usia kehamilan lebih dari 20 minggu
Prolapse uteri	: Kondisi turunnya rahim melalui vagina
Puerperium	: Masa nifas
Tinggi fundus uteri	: Jarak antara tulang kemaluan dan perut bagian atas ibu hamil

DAFTAR SINGKATAN

ANC	: <i>Antenatal Care</i>
DHA	: <i>Docosahexanoic acid</i>
FSH	: <i>Follicle stimulating hormone</i>
HCG	: <i>Human Chorionic Gonadotropin</i>
HPL	: <i>Human placental lactogen</i>
KB	: Keluarga berencana
KU	: Keadaan umum
LH	: <i>Luteinizing hormone</i>
TFU	: Tinggi fundus uteri
WHO	: <i>World Health Organization</i>