

PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI DI PMB SULIASIH

Vika Tri Zelharsandy¹, Marchatus Soleha², Afni Panggar Besi³

STIKES Abdurahman Palembang
vikaharsandy@gmail.com

ABSTRACT

Mother's milk can educate and improve the quality of the nation's young generation. Every baby who is breastfed will have natural immunity against disease because breast milk contains many antibodies, active immune substances that will fight the entry of infection into the baby's body. Oketani massage can improve the baby's ability to suck. So the stronger the baby sucks, the more often the baby will breastfeed and the more breast milk production will increase. This is different from conventional massage. Oketani massage will make the breasts softer, the areola and nipples more elastic, making it easier for the baby to breastfeed. The aim of this research is to determine the effect of oketani massage on the smooth production of breast milk. The method used is a pre-experimental method with a one group pre-post test design. The results of this research are that there is a significant difference in breast milk production between before and after the Oketani massage, with a p value of $0.000 < 0.05$ and it can be concluded that there is an influence of the Oketani massage on the smooth production of breast milk in post partum mothers at PMB Suliasih.

Keyword: *Mother's Milk, Smooth Breast Milk, Oketani Massage*

ABSTRAK

Air susu ibu dapat mencerdaskan dan meningkatkan kualitas generasi muda bangsa, setiap bayi yang diberi ASI akan mempunyai kekebalan alami terhadap penyakit karena ASI banyak mengandung antibodi, zat kekebalan aktif yang akan melawan masuknya infeksi ke dalam tubuh bayi. Pijat oketani dapat meningkatkan kemampuan bayi dalam menghisap. Sehingga semakin kuat bayi menghisap, semakin sering bayi menyusu dan semakin meningkat juga produksi ASI. Hal ini berbeda dengan pijat konvensional. Pijat oketani akan membuat payudara menjadi lebih lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusu. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pijat oketani terhadap kelancaran produksi ASI. Metode yang digunakan adalah metode pre-eksperimen dengan desain rancangan one groups pre-post test. Hasil dari penelitian ini yaitu bahwa ada perbedaan produksi ASI yang signifikan antara sebelum dan sesudah pijat oketani di peroleh nilai p value sebesar $0,000 < 0,05$ dan dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pijat oketani terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di PMB Suliasih.

Kata Kunci: *Air Susu Ibu, Kelancaran ASI, Pijat Oketani*

PENDAHULUAN

United Nation Childrens Fund (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan sebaiknya anak hanya disusui ASI selama paling sedikit enam bulan.

Air susu ibu dapat mencerdaskan dan meningkatkan kualitas generasi muda bangsa, setiap bayi yang diberi ASI akan mempunyai kekebalan alami terhadap penyakit karena ASI banyak mengandung antibodi, zat kekebalan aktif yang akan melawan masuknya infeksi ke dalam tubuh bayi. Saat ini sekitar 40 % kematian balita terjadi pada satu bulan pertama kehidupan bayi, dengan pemberian ASI akan mengurangi 22 % kematian bayi dibawah 28 hari, dengan demikian kematian bayi dan balita dapat dicegah melalui pemberian ASI Eksklusif secara dini dari sejak bayi dilahirkan di awal kehidupannya (Endah & Masdinarsah, 2011). ASI dihasilkan oleh kerja gabungan hormon dan refleksi. Selama kehamilan, terjadi perubahan pada hormon yang akan menyiapkan jaringan kelenjar (alveoli) untuk memproduksi ASI. Hormon prolaktin dihasilkan oleh kelenjar hipofisa depan yang berada di dasar otak, merangsang kelenjar susu untuk memproduksi ASI. Sedangkan rangsangan pengeluaran prolaktin ini adalah pengosongan ASI dari gudang ASI. Makin banyak ASI yang dikeluarkan dari payudara, makin banyak ASI yang diproduksi. Sama halnya dengan hormon prolaktin, hormon oksitosin diproduksi bila ujung saraf sekitar payudara di rangsang oleh isapan bayi. Kejadian ini disebut refleksi pengeluaran ASI. Kelenjar payudara akan mengerut sehingga memeras ASI untuk keluar. Banyak wanita dapat merasakan payudaranya terperas saat menyusui, itu menunjukkan bahwa ASI mulai mengalir dari alveoli ke ductus latiferous (Wijayanti, 2014), Tidak semua ibu postpartum langsung mengeluarkan ASI. Untuk merangsang pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin di Indonesia ada banyak jenis metode yang dapat dijadikan pilihan bagi ibu yang mengalami masalah selama menyusui, seperti pijat oksitosin, pijat prolaktin, pijat marmet, perawatan payudara dan lain sebagainya.

Salah satu jenis pijat payudara yang

tengah gencarnya dipromosikan oleh Jepang dan telah diterapkan sebagai sebuah program pendukung ASI Eksklusif yang dipopulerkan oleh Sotomi Oketani dan sudah di laksanakan di beberapa Negara antara lain Korea, Jepang dan Bangladesh. serta terbukti berhasil pelaksanaannya yaitu *pijat oketani*. Sotomi menjelaskan bahwa menyusui dapat meningkatkan kedekatan (bonding) antara ibu dengan bayi sekaligus mendukung pertumbuhan fisik dan mental anak secara alami.

Menurut Jeongsug et al (2012) mengatakan bahwa nyeri payudara pada ibu post partum dapat diakibatkan oleh adanya gangguan aliran darah dan limfatik, sehingga dengan pemberian pijat oketani ini mampu memperlancar aliran darah dan limfatik yang pada akhirnya mampu memberikan efek berupa penurunan nyeri pada payudara. Pijat oketani dapat meningkatkan kemampuan bayi dalam menghisap. Sehingga semakin kuat bayi menghisap, semakin sering bayi menyusui dan semakin meningkat juga produksi ASI. Hal ini berbeda dengan pijat konvensional. Pijat oketani akan membuat payudara menjadi lebih lembut, aerola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusui. Aliran sisi lancar karena ada penekanan pada alveoli (Kbair & Tasnin, 2019).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimental dengan menggunakan desain penelitian One Group pretest-posttest. Penelitian ini dibuat menjadi satu kelompok yaitu kelompok yang diberikan pijat oketani yang berjumlah 16 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode Purposive Sampling kemudian dilakukan analisis data yaitu univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon.

HASIL

1. Analisa Univariat
 - a. Karakteristik Ibu Post Partum

Tabel 4.1 Ditribusi frekuensi karakteristik ibu post parum

Karakteristik	Frekuensi (n)	%
Usia		
20-35 tahun	15	93,8
>35 tahun	1	6,3
Pendidikan		
SD-SMP	5	25,0
SMA/SMK	4	31,3
Perguruan tinggi	7	43,8
Pekerjaan		
IRT	10	62,5
Wiraswasta	3	18,8
Swatsa	3	18,8
Belum Pernah Mengkonsumsi Obat	16	100
Pelancar ASI		
Belum Pernah Melakukan Perawatan Payudara	16	100

Berdasarkan table 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar ibu post partum berusia 20-35 tahun yaitu 15 responden (93,8%), sebagian besar ibu post partum berpendidikan perguruan tinggi yaitu 7

responden (43,8%), hampir seluruh Ibu Post Partum bekerja sebagai IRT yaitu 10 Responden (62,5%).

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi kelancaran ASI pada ibu post partum

	Pre test		Post test		P value	Δ
	N	%	N	%		
Kelancaran ASI						
Lancar	2	12.5	16	100.0	0.000	
Tidak Lancar	14	87.5				
Jumlah	16	100.0	16	100.0		

2. Analisa Bivariat

Analisa Bivariat akan menguraikan ada tidaknya perbedaan rata-rata kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani. Analisa bivariate

dilakukan untuk membuktikan hipotesis yang telah dirumuskan. Uji bivariate yang digunakan adalah *Uji Wilcoxon* dengan Software SPSS.

Tabel 4.3 Hasil Uji Wilcoxon Produksi Kelancaran ASI Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Berupa Pemberian Tindakan Pijat Oketani

Variable	(P value)
Z	-3.535 ^b
Produksi kelancaran ASI <i>pre test</i> – <i>post test</i>	0.000

Berdasarkan tabel di atas dengan menggunakan *Uji Wilcoxon* didapatkan

Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang Volume 13 Nomor 1 Maret 2024

nilai Z hitung yaitu nilai perubahan sebesar -3.535 yaitu nilai absolut Z hitung <0.05 dengan p value sebesar $0,000 < 0,05$ dimana kurang dari batas penelitian 0.05 sehingga keputusan hipotesis adalah menerima H_a . Maka dapat disimpulkan bahwa produksi kelancaran ASI untuk *pre test – post test* adalah adanya pengaruh pijat oketani terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, mengkonsumsi obat pelancar ASI dan perawatan payudara, yang mana pada penelitian ini diperoleh karakteristik responden sebagian besar umur ibu 20-35 tahun berjumlah 15 orang (93,8%), pendidikan perguruan tinggi berjumlah 7 orang (43,8%), pekerjaan sebagai IRT berjumlah 10 orang (62,5%), belum pernah mengonsumsi obat pelancar ASI berjumlah 16 orang (100%), belum melakukan perawatan payudara berjumlah 16 orang (100%). Umur ibu berpengaruh terhadap kelancaran ASI. Menurut Biancuzzo (2003), bahwa ibu-ibu yang lebih muda atau umurnya kurang dari 30 tahun lebih banyak memproduksi ASI dari pada ibu-ibu yang lebih tua.

Pada penelitian ini sebagian besar pendidikan perguruan tinggi berjumlah 7 orang (43,8%). Diharapkan dengan pendidikan yang tinggi maka memiliki pengetahuan yang baik, khususnya dalam pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan merupakan salah satu komponen yang mewujudkan dan mendukung terjadinya perilaku. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi maka akan memiliki pengetahuan yang baik.

Pada penelitian ini sebagian besar IRT berjumlah 10 orang (62,5%). Hasil sama juga didapat dalam penelitian Hafni (2016), yang menyatakan bahwa 99 responden penelitian, ada 74 orang

(74,7%) ibu tidak bekerja dibanding ibu yang bekerja. Dimana kecenderungan ibu-ibu tidak memberikan ASI Eksklusif akan terkendala jika di tempat beke

2. Kelancaran Produksi ASI Sebelum Dilakukan Pijat Oketani Pada Ibu Post Partum

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kelancaran produksi ASI sebelum dilakukan pijat pada ibu post partum PMB Suliasih diketahui bahwa kelancaran produksi ASI sebelum dilakukan pijat oketani adalah 14 orang (87,5%) tidak lancar. Hal ini menunjukkan bahwa Kelancaran produksi ASI sebelum diberikan pijat oketani pada ibu post partum di PMB Suliasih sebagian besar tidak lancar.

Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Factor utama yang mempengaruhi adalah factor hormonal, yaitu hormone prolaktin dan oksitosin. Bayi yang menghisap payudara ibu akan merangsang neuhormonal pada puting susu dan aerola ibu. Rangsangan tersebut akan diteruskan ke hypophyse melalui nervus vagus dan dilanjutkan ke lobus anterior. Hormone proklatin akan keluar ketika rangsangan mencapai lobus anterior, masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar pembuat ASI yang selanjutnya akan merangsang kelenjar untuk memproduksi ASI.

Hormone oksitosin merangsang pengeluaran ASI. Bayi memiliki reflex memutar kepala kearah payudara ibu ketika didekatkan pada payudara ibu yang disebut *rooting reflex* (reflex menoleh), hal ini menyebabkan rangsangan pengeluaran hormone oksitosin. Kekurangan produksi kedua hormone tersebut akan menyebabkan sulitnya produksi ASI yang dibutuhkan untuk tindakan pemberian ASI pada bayi (Muhartoni, 2018).

Istiqomah (2015) menyatakan pada ibu menyusui, sering terjadi kendala seperti produksi ASI kurang, ibu kurang memahami tata laksana laktasi yang benar, ibu ingin menyusui kembali setelah bayi diberi formula (relaktasi), bayi yang terlanjur

mendapatkan, *prelacteal feeding* (pemberian air gula/dekstroza, susu formula pada hari-hari pertama kelahiran) kelainan ibu: puting lecet, puting ibu luka, payudara bengkak dan ibu bekerja, sedangkan pada bayi sering terjadi kendala seperti bayi sakit atau abnormalitas bayi. Upaya dalam peningkatan produksi ASI bias dilakukan dengan cara melakukan perawatan payudara sejak dini dan rutin. Memperbaiki teknik menyusui, atau dengan mengkonsumsi makanan yang dapat mempengaruhi produksi ASI

3. Kelancaran Produksi ASI Sesudah Dilakukan Pijat Oketani Pada Ibu Post Partum

Berdasarkan hasil penelitian mengenai jumlah ASI setelah diberikan pijat oketani pada ibu post partum di PMB Suliasih diketahui bahwa jumlah ibu yang mengalami ASI lancar berjumlah 16 orang (100%) atau seluruh responden. Hal ini menunjukkan ada perubahan kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan sekaligus minuman alami pertama untuk bayi, yang menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama. ASI juga mengandung antibodi dari ibu yang menjadi daya tahan tubuhnya dan membantu memerangi penyakit. Oleh karenanya, ASI merupakan makanan yang sempurna dan terbaik bagi bayi, karena mengandung unsur-unsur gizi spesifik yang dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Tidak ada cairan atau makanan lain yang diperlukan bayi, selain dari pada ASI (Sugito, 2016).

Banyak manfaat yang didapat dari pemberian ASI pada bayi, baik bagi bayi itu sendiri atau bagi ibu menyusui. Pada ASI mengandung antibodi dalam jumlah besar yang berasal dari tubuh seorang ibu. Antibodi tersebut membantu dalam bayi menjadi tahan terhadap penyakit, selain itu juga meningkatkan system kekebalan tubuh bayi. Disamping

itu hormon yang terdapat di dalam ASI menciptakan rasa kantuk dan rasa nyaman. Hal ini dapat membantu menenangkan kolik atau bayi yang sedang tumbuh gigi dan membantu membuat bayi tertidur setelah makan, dan masih banyak manfaat lainnya. Pemberian ASI oleh ibu menyusui merupakan cara paling mudah untuk menurunkan berat badan sang ibu. Dengan menyusui dapat membakar ekstra kalori sebanyak 200-250 per hari.

Menyusui juga dapat membantu uterus kembali ke ukuran normal lebih cepat dan mencegah perdarahan. Wanita yang menyusui memiliki insiden lebih sedikit terkena osteoporosis dan beberapa tipe kanker termasuk kanker payudara dan kanker ovarium (Lestari, 2013).

Pemberian pijat oketani juga memiliki manfaat yang baik untuk ibu berdasarkan Oketani dalam Jeongsug et al (2012) mengatakan bahwa nyeri payudara pada ibu post partum dapat diakibatkan oleh adanya gangguan aliran darah dan limfatik, sehingga dengan pemberian pijat oketani ini mampu memperlancar aliran darah dan limfatik yang pada akhirnya mampu memberikan efek berupa penurunan nyeri pada payudara.

Pijat oketani dapat meningkatkan kemampuan bayi dalam menghisap. Sehingga semakin kuat bayi menghisap, semakin sering bayi menyusu dan semakin meningkat juga produksi ASI. Hal ini berbeda dengan pijat konvensional. Pijat oketani akan membuat payudara menjadi lebih lembut, aerola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusu. Aliran sisi lancar karena ada penekanan pada alveoli (Kbair & Tasnin, 2009).

4. Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada 16 responden pijat oketani mempengaruhi kelancaran produksi ASI hal tersebut dapat dilihat

dengan menggunakan uji Wilcoxon dimana didapatkan nilai Z hitung yaitu nilai perubahan sebesar -3.528 yaitu nilai absolut Z hitung < 0.05 dengan p value sebesar $0,000 < 0,05$ dimana kurang dari batas penelitian 0.05. Maka dapat dianalisa bahwa ada pengaruh produksi ASI yang signifikan antara sebelum dan sesudah di lakukan pijat oketani. sehingga keputusan hipotesis adalah menerima H_a

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Cho (2012) dalam jurnalnya yang berjudul “*Effect Of Oketani Breast Massage On Breast Pain, The Breast Milk Ph Of Mothers, And The Sucking Speel Of Neonates*” dimana terjadi perbedaan setelah dilakukan pijat oketani yaitu seluruh partisipan mengalami peningkatan produksi ASI, perubahan pada putting payudara, dan tidak adanya tanda dan gejala bendungan ASI (Priyono, Yunissa, 2010).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh vania putri dan syukrianti syahda (2020) yang berjudul “*pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas bangkinang kota*” dengan menggunakan uji *t test* dependen. Hasil penelitian menunjukkan produksi ASI ibu nifas sebelum dilakukan pijat oketani diperoleh nilai rata-rata yaitu 82,40 cc. sedangkan produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan pijat oketani memiliki nilai rata-rata yaitu 105,20 cc di peroleh nilai *p value* = 0.000 ($\leq 0,005$). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kelancaran produksi ASI meningkat setelah dilakukan pijat oketani.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Anita dwi astari dan machmudah (2019) yang berjudul “*pijat oketani lebih efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu post-partum dibandingkan dengan teknik marmet*” dengan menggunakan uji *independent sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beda frekuensi menyusu, frekuensi BAK, dan frekuensi BAB pada responden setelah diberikan pijat oketani dan teknik marmet dengan masing-masing nilai *p value*

0.000 ($p < 0,05$).

Selisih nilai *pre test* dan *post test* pijat oketani lebih efektif mempengaruhi frekuensi menyusu dan frekuensi BAB dibandingkan dengan teknik marmet dengan nilai delta frekuensi menyusu $13,5 > 13,1$, nilai delta frekuensi BAB $5,75 > 3,00$, sedangkan teknik marmet lebih efektif mempengaruhi frekuensi BAK dibandingkan oijat oketani dengan nilai delta frekuensi BAK $9,25 < 11,12$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI.

Menurut pendapat peneliti dengan dilakukan pijat oketani pada ibu post partum untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI, selain mengatasi masalah ketidاكلancaran produksi ASI. Dapat juga memberikan rasa lega, kenyamanan, kualitas ASI, mencegah putting lecet dan mastitis. Pijat oketani dapat meningkatkan kecepatan dan kemampuan menyusu neonates ini karena adanya peningkatan rasa pada ASI (ASI diklaim menjadi lebih enak dan produksi lebih banyak).

Hal ini dikarenakan pijat oketani mampu meningkatkan dan memperlancar produksi ASI melalui peningkatan aliran darah dan limfatik, perangsangan pembentukan ASI, serta memperbaiki bentuk putting susu. Selain itu pijat ini juga dapat memberikan efek berupa penurunan nyeri pada payudara.

Selain itu, pentingnya bagi ibu post partum untuk meningkatkan asupan nutrisi dan mendapatkan dukungan dari keluarga terdekat, karena hal ini juga mempengaruhi kelancaran produksi ASI.

PENUTUP

1. KESIMPULAN

Ada perbedaan produksi ASI yang signifikan antara sebelum dan sesudah pijat oketani di peroleh nilai *p value* sebesar $0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pijat oketani terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di

PMB Suliasih.

2. SARAN

Diharapkan untuk meningkatkan pelaksanaan pijat oketani dan melakukan penyuluhan atau pelatihan pijat oketani pada ibu hamil yang akan menghadapi persalinan dan masa nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul hidayat, A, Aziz, (2008), *Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah*, Salemba Medika, Jakarta.
- Ambarwati. (2010). *Asuhan kebidanan masa nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendekia Press
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta: Penerbit Salemba.
- Astuti, Sri, Dkk. 2015. *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Bandung: Erlangga.
- Budiarti, T. (2009). *Efektifitas Pemberian Paket Sukses Asi Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui Dengan Seksio Sesarea Di Wilayah Depok Jawa*.
- Buhari, S., Jafar, N., & Multazam, M. (2018). Perbandingan Pijat Oketani Dan Oksitosin Terhadap Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Post Partum Hari Pertama Sampai Hari Ketiga Di Rumah Sakit Tk Ii Pelamonia Makassar. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 2(2), 159–169.
<https://doi.org/10.37337/jkdp.v2i2.84>
- Cho, J., Ahn, H. Y., Ahn, S., Lee, M. S., & Hur, M.-H. (2012). Effects Of Oketani Breast Massage On Breast Pain, The Breast Milk Ph Of Mothers, And The Sucking Speed Of Neonates. *Korean Journal Of Women Health Nursing*, 18(2), 149.
<https://doi.org/10.4069/kjwhn.2012.18.2.149>.
- Dewi, Vivian Nanny Liadan Tri Sunarsih (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dewi, V. N. L & Sunarsih, T. 2013. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A. 2015. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data Edisi Pertama*. Jakarta: Salemba Medika.
- Istiqomah, Sri Binun. 2015. *Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nmenyusui Di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang Tahun 2014*. *Jurnal Edu Health* Volume 5 Nomor 2.
- Kabir & Tasnim (2009). Oketani Lactation Management : A New Method to Augment Breast Milk. *Journal of Bangladesh Colloge of Physicians and Surgeon*, Vol. 27, No 3
- Kemenkes RI. 2015. *Kesehatan Dalam Rangka Sustaineble Development Goals (Sdgs)*. Jakarta: RAKORPOP Kemenkes RI
- Kemenkes, RI. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*. Jakarta; Kementrian Kesehatan RI.
- Lestari. 2013. *Pengaruh Dukungan Sosial Pada Keberhasilan Menyusui Di RSUD Panembahan*. Prosiding Konferensi Nasional Ke-7 Asosiasi Program Pascasarjana Perguruan Tinggi Muhammad
- Machmudah, & Khayati, N. (2014). Produksi Asi Ibu Post Seksio Sesarea Dengan Pijat Oketani Dan Oksitosin. *Jurnal Ners*, 9(1), 104–110.
- Maryunani, Anik (2012). *Inisiasi Menyusui Dini, Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*, Jakarta : Cv. Trans Info Media

- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: PT. RinekaCipta
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Pt Rineka Citra.
- Nursalam. 2016. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta : Salemba Medika.
- Perinasia. (2010). *Manajemen Laktasi*. Jakarta: Gramedia
- Pitriyani, Risa, & Andriyani, Rika. 2014. *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pollard, M. 2015. *Asi Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: Egc
- Pahlawati, Rini. 2016. Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang MP-ASI Dengan Praktik Pemberian MP-ASI Yang Benar Pada Bayi Usia 7-12 Bulan Di Posyandu Desa Argosari Kabupaten Bantul Yogyakarta. *Naskah Publikasi*.
- Qomar, U. L. (2018). *Efektifitas pijat oketani terhadap pencegahan bendungan ASI Pada Ibu Postpartum*, 271-277.
- Roesli U (2007) *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta : Pustaka Bunda
- Romlah, S. N., & Rahmi, J. (2019). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran Asi Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas. *Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran Asi Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas*, 3(2), 90–102.
- Sari, Eka Puspita, & Riamandini, Kurnia Dwi. 2014. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Postnatal Care)*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Sari, V. P. U., & Syahda, S. (2020). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *Jurnal Doppler*, 4(2), 117–123.
- Sugiyono. (2010) *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sudirman, S., & Jama, F. (2019). Pelatihan Terapi Pijat Oketani Ibu Postpartum Pada Perawat/ Bidan Di Rs Bersalin Masyita Makassar. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(2). <https://doi.org/10.31596/jpk.v2i2.49>.
- Sugiyono. 2009. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Unicef. 2013. Asi Adalah Penyelamat Hidup Paling Murah Dan Efektif Di Dunia. <http://www.unicef.org/indonesia/id/media/21270.html> (Diakses Tanggal 19 Januari 2021)
- Wijayanti L. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postprtum Dipuskesmas Mergangsan Yogyakarta Tahun 2014*. Stikes Aisyiyah Yogyakarta: 2014.
- Wiji, Rizki Natia. 2014. *Asi Dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nu Medika.