

PEMBERIAN PIJAT OKSITOSIN UNTUK KELANCARAN PENGELUARAN ASI

Try Wulan Dari¹, Norif Didik Nur Imanah², Dahlia Arief Rantauni³, Ellyzabeth
Sukmawati⁴

¹²³⁴STIKes Serulingmas Cilacap

E-mail: trywulandari672000@gmail.com

Artikel Diterima : 29 Agustus 2024 , Diterbitkan : 31 Desember 2024

ABSTRAK

Latar belakang : Peran ibu sangat penting dari awal perkembangan anak ketika proses kehamilan hingga pasca kelahiran. Memberikan ASI merupakan makanan pertama yang paling baik bagi bayi, namun ternyata tidak semua ibu postpartum dapat memproduksi ASI dengan jumlah yang cukup bagi bayinya. Faktor yang berpengaruh dalam ketidaklancaran ASI yaitu karena munculnya perasaan cemas, stres yang berlebih dan kelelahan pasca persalinan sehingga berdampak pada produksi ASI. Penanganan ketidaklancaran ASI yang dapat dilakukan pada ibu nifas yaitu dengan pijat oksitosin. Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemberian pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas. Metode : Metode yang digunakan yaitu penelitian kualitatif dengan studi kasus dan sumber data serta jenis data menggunakan wawancara, dan pengamatan. Teknik pelaksanaan yaitu dengan pemberian pijat oksitosin selama kurang lebih 15 menit dan dilakukan sebanyak 6 kali pada pagi dan sore hari. Kesimpulan : Berdasarkan hasil analisa data bahwa pemberian pijat oksitosin dapat melancarkan pengeluaran ASI. Saran : Diharapkan ibu nifas yang pengeluaran ASI nya sedikit dapat melakukan pijat oksitosin untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI dan pengeluaran ASI.

Kata Kunci : ASI, Kelancaran ASI, Pijat Oksitosin

ABSTRACT

Abstract. *Background: The role of mothers is very important from the beginning of child development during the pregnancy process to post-birth. Breastfeeding is the best first food for babies, but it turns out that not all postpartum mothers can produce enough milk for their babies. The factors that affect the unsmoothness of breast milk are due to the appearance of feelings of anxiety, excessive stress and postpartum fatigue so that it has an impact on breast milk production. Handling breast milk irregularities that can be done in postpartum mothers is with oxytocin massage. Objective: This study aims to determine the administration of oxytocin massage on the smooth delivery of breast milk in postpartum mothers. Method: The method used is qualitative research with case studies and data sources as well as types of data using interviews, and observations. The implementation technique is by giving oxytocin massage for approximately 15 minutes and is carried out 6 times in the morning and evening. Conclusion: Based on the results*

of data analysis, the provision of oxytocin massage can facilitate breast milk production. Suggestion: It is hoped that postpartum mothers who have little milk production can do oxytocin massage to improve the smooth production of breast milk and breast milk production.

Keywords: *breast milk, Smooth breastfeeding, Oxytocin massage.*

PENDAHULUAN

Peran ibu sangat penting dari awal perkembangan anak ketika proses kehamilan hingga pasca kelahiran. Memberikan Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama yang paling baik bagi bayi. Kandungan yang terdapat di dalam ASI yaitu berbagai macam zat gizi yang dibutuhkan dalam proses Tumbuh Kembang Bayi yang dapat membantu meningkatkan kecerdasan anak dan membentuk imun bayi sehingga bayi tidak gampang sakit (Nurhidayat Triananingsi, Sutrani Syarif and Mudyawati Kamaruddin, 2021). Kelancaran ASI sangat penting bagi ibu menyusui untuk memenuhi kebutuhan bayinya, namun ternyata tidak semua ibu postpartum dapat memproduksi ASI dengan jumlah yang cukup bagi bayinya (Italia and Meli Sri Yanti, 2019).

Presentase bayi usia 0-5 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia adalah sebesar 72,04% dari target indikator ASI eksklusif sebesar 80 persen di tahun 2024 (Badan Pusat Statistik, 2022). Masalah yang sering terjadi dalam pemberian ASI di antaranya yaitu ASI tidak keluar atau sedikitnya produksi ASI. Faktor lain yang berpengaruh dalam ketidaklancaran ASI salah satunya karena munculnya perasaan cemas, stres yang berlebih dan kelelahan pasca persalinan sehingga berdampak pada produksi ASI (Lubis and Anggraeni, 2021). Hal ini disebabkan pengaruh hormon oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormon oksitosin (Purnamasari and Hindiarti, 2021). Hal tersebut mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga produksi ASI semakin menurun,

sehingga ibu mengambil langkah berhenti menyusui dan mengganti dengan susu formula (Nisa, 2023).

Salah satu cara yang dianjurkan untuk melancarkan ASI dan relatif lebih aman dilakukan yaitu pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan pijatan atau rangsangan yang dilakukan pada tulang belakang menyebabkan neuro transmitter memicu medulla oblongata untuk mengirim pesan ke hypothalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin. Pijat oksitosin menstimulir reflex oksitosin atau reflek let down. Manfaat yang didapatkan adalah perasaan rileks disertai berkurangnya kelelahan pasca persalinan, yang selanjutnya akan menyebabkan keluarnya hormon oksitosin dan ASI pun cepat.

Ibu nifas sangat rentan mengalami masalah dalam kelancaran produksi ASI, salah satunya yaitu Ny. S, yang merupakan ibu nifas dan pernah melahirkan 2 kali serta tidak pernah keguguran sebelumnya. Ny. S melahirkan bayinya 6 jam yang lalu dengan berjenis kelamin laki-laki. Ny. S mengeluhkan ASI nya keluar sedikit dikarenakan mengalami cemas saat akan menghadapi persalinan. Berdasarkan pada latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pemberian Pijat Oksitosin Untuk Kelancaran pengeluaran ASI”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui “Pemberian Pijat Oksitosin Untuk Kelancaran pengeluaran ASI” dengan metode yang dilakukan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian menggunakan penelitian kualitatif dengan studi kasus yang

dilaksanakan pada Januari-Mei 2024. Subjek dalam penelitian ini yaitu Ny. S umur 31 tahun P2A0 yang bertempat tinggal di Kecamatan Adipala dengan keluhan keluar ASI nya sedikit. Sumber data dan jenis data yang digunakan menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dengan cara wawancara, pemeriksaan, serta pengamatan secara langsung sedangkan data sekunder diperoleh dari artikel, jurnal, maupun buku yang dapat dijadikan sebagai acuan. Teknik pelaksanaan yaitu memberikan pijat oksitosin yang dilakukan dengan durasi ± 15 menit dan frekuensi pemberian terapi 2x sehari selama 6 hari dengan dievaluasi pada hari ke 6.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada Ny. S mengatakan ASI yang keluar sebelum dilakukan pijat oksitosin pada hari pertama sedikit, sedangkan setelah dilakukan pijat oksitosin ASI nya semakin lancar pada hari ke enam. Penelitian (Sembiring, 2022) menyatakan bahwa ASI Eksklusif merupakan pemberian ASI yang tidak disertai dengan pemberian suplementasi makanan maupun minuman lain kecuali obat. Pemberian ASI Eksklusif dilakukan selama 6 bulan pertama, setelah masa tersebut ASI tidak mampu memenuhi kebutuhan mineral sehingga harus disertai dengan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP ASI). Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Nurhidayat Triananinsi, Sutrani Syarif and Mudyawati Kamaruddin, 2021) menyatakan bahwa Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama yang paling baik bagi bayi. Kandungan yang terdapat di dalam ASI yaitu berbagai macam zat gizi yang dibutuhkan dalam proses Tumbuh Kembang Bayi yang dapat membantu meningkatkan kecerdasan anak dan membentuk imun bayi sehingga bayi tidak gampang sakit.

Proses menyusui melibatkan hormon prolaktin yang berperan dalam proses produksi ASI dan hormon oksitosin yang berperan dalam pemancaran ASI. Selain hormon, terdapat reflek penting yang mendukung proses menyusui yaitu reflek prolaktin dan reflek let-down. Pada saat bayi menyusui, terdapat syaraf pada payudara yang akan terangsang. Rangsangan tersebut akan dibawa oleh serabut aferen ke hipotalamus dan akan menstimulasi hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin. Hormon ini akan merangsang kelenjar alveoli untuk memproduksi ASI. Hal ini dinamakan dengan reflek prolaktin. Jumlah hormon prolaktin yang dihasilkan dan jumlah produksi ASI dipengaruhi oleh rangsangan isapan bayi yang terdiri dari frekuensi, intensitas, serta lama bayi saat menyusui. Pada saat yang bersamaan, ketika bayi menyusui maka kelenjar hipofisis akan mengeluarkan hormon oksitosin ke dalam aliran darah. Hormon ini akan merangsang otot polos yang terdapat di sekitar payudara (alveoli dan duktus) dan akan berkontraksi sehingga akan memeras ASI yang sudah terproduksi. Proses ini disebut dengan reflek let-down (Murdiningsih, 2020).

Faktor faktor yang dapat berpengaruh dalam pemberian ASI di antaranya yaitu ASI tidak keluar atau sedikitnya produksi ASI. Faktor lain yang berpengaruh dalam ketidaklancaran ASI salah satunya karena munculnya perasaan cemas dan stres yang berlebih dan kelelahan saat persalinan, sehingga berdampak pada produksi ASI (Lubis and Anggraeni, 2021). Hal ini disebabkan pengaruh hormon oksitosin yang kurang bekerja sebab kurangnya rangsangan isapan bayi yang mengaktifkan kerja hormon oksitosin (Purnamasari and Hindiarti, 2021). Hal tersebut mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga produksi ASI semakin menurun, sehingga ibu mengambil langkah

berhenti menyusui dan mengganti dengan susu formula (Nisa, 2023).

Pijat oksitosin merupakan intervensi untuk membantu memperlancar produksi ASI ibu dengan dilakukan pemijatan pada tulang belakang yang di mulai pada tulang belakang servikal (cervical vertebrae) sampai tulang belakang torakalis dua belas yang merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar dengan sendirinya. Pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI dengan cara mengurangi tersumbatnya saluran produksi ASI sehingga memperlancar pengeluaran ASI (Syari, Arma and Mardhiah, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Wahyuningtyas, 2020) yang menyatakan bahwa manfaat dari pijat oksitosin adalah meningkatkan ASI, memperlancar ASI, membantu ibu secara psikologis, menenangkan, dan tidak stress, meningkatkan rasa percaya diri, membantu ibu agar mempunyai pikiran dan perasaan baik tentang bayinya.

Penelitian menurut (Fatrin *et al.*, 2022) menyatakan bahwa langkah-langkah teknik pijat oksitosin yaitu pijat oksitosin dilakukan dalam beberapa langkah, yaitu langkah pertama yaitu mencuci tangan, lalu meminta ibu untuk melepaskan pakaian bagian atas, setelah itu memposisikan ibu duduk di kursi dan membungkuk dengan memeluk bantal atau dapat menopang diatas lengan pada meja dan memasang handuk diatas pangkuan ibu, biarkan payudara bebas tanpa bra. Melumuri telapak tangan dengan minyak lalu lakukan pemijatan sepanjang kedua sisi tulang belakang ibu dengan menggunakan dua kepalan tangan dan ibu jari menunjuk ke arah depan. Menekan kedua ibu jari pada kedua sisi tulang belakang dengan membentuk gerakan memutar kecil. Saat bersamaan, pijat kedua sisi tulang

belakang kearah bawah leher dari leher kearah tulang belikat selama 3-5 menit, mengulangi pemijatan hingga 3 kali. Membersihkan punggung ibu dengan washlap air hangat dan kemudian merapikan pasien dan alat.

Berbeda dengan penelitian dari (HIMAWATI and KODIYAH, 2020) yang menyatakan bahwa langkah langkah dalam melakukan pijat oksitosin harus diperhatikan dengan baik agar pemijatan menghasilkan pengaruh yang optimal, salah satu langkah yang perlu diperhatikan adalah cara pemijatan pada setiap ibu dengan postur tubuh yang berbeda, seperti ibu yang gemuk harus dipijat dengan posisi telapak tangan mengepal sedangkan pada ibu dengan tubuh yang kurus atau normal bisa menggunakan jempol tangan kiri dan kanan atau punggung telunjuk kiri dan kanan. Selain itu, durasi pemijatan oksitosin pun perlu untuk diperhatikan, waktu yang baik untuk dilakukan pemijatan yaitu selama 3-5 menit.

PEMBAHASAN

Tabel 1 Kelancaran pengeluaran ASI ibu nifas pasca pemberian pijat oksitosin

Kunjungan nifas pertama yang dilakukan pada Ny. S didapatkan hasil anamnesa bahwa produksi dan pengeluaran ASI Ny. S sangat sedikit dan tidak merembes keluar melalui puting serta payudara terasa lembek. Saat awal setelah melahirkan, ibu nifas sering kali mengalami kelelahan pasca bersalin. Kelelahan yang terjadi dapat mengurangi stimulasi pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat penting untuk kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Pada saat hal itu terjadi maka produksi dan pengeluaran ASI menjadi sedikit atau bahkan tidak keluar (Destri, U., Sarkiah, S., & Friscila, 2022).

Dilakukan anamnesa lebih lanjut kepada Ny. S didapatkan hasil bahwa bayi Ny. S frekuensi menyusui 3x, durasi tidur setelah menyusui 2 jam, bayinya sering rewel

dan sering menangis karena merasa haus dan lapar yang diakibatkan ibu merasa khawatir bayinya kurang terpenuhinya kebutuhan ASI nya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Saleh and Hamzah, 2023) menyatakan bahwa kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh faktor bayi dan faktor ibu. Adapun faktor bayi diantaranya adalah kemampuan bayi untuk menghisap. Kemampuan menghisap bayi (reflek menghisap) yang kurang berdampak terhadap produksi hormon prolaktin dan oksitosin yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI. Sedangkan faktor ibu meliputi nutrisi, stress dan kondisi fisik seperti kelelahan, umur ibu, umur kehamilan saat melahirkan, paritas, rangsang otot dada, faktor psikologis, sosial budaya, dan persepsi tentang menyusui, kurangnya informasi tentang menyusui, kondisi payudara dan puting.

Cara mengatasi ketidaklancaran ASI pada ibu nifas dapat diberikan asuhan komplementer. Penulis memberikan asuhan kebidanan komplementer berupa pijat oksitosin pada Ny. S selama $\pm$ 15 menit yang dilakukan selama 6 hari. Pijat oksitosin yang disarankan penulis kepada Ny. S yaitu dilakukan 2 kali sehari yang dilakukan pada pagi hari dan sore hari.

Hari pertama dan hari kedua dilakukan pijat oksitosin didapatkan hasil perasaan Ny. S setelah dilakukan pijat oksitosin nyaman dan rileks. ASI belum lancar setelah dilakukan pijat oksitosin, tetapi menunjukkan peningkatan pengeluaran ASI pada ibu postpartum yang ditandai ASI keluar sedikit demi sedikit dari puting susu. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Nurainun and Susilowati, 2021) menyatakan bahwa ketika dilakukan pijat oksitosin maka oksitosin akan memicu sel-sel myoepitel yang mengelilingi alveoli dan duktus untuk berkontraksi sehingga mengalirkan ASI dari alveoli (pabrik susu) ke duktus menuju sinus dan puting susu sehingga terjadi pengeluaran ASI dan produksi ASI meningkat.

Hari pertama dan kedua didapatkan bahwa frekuensi menyusui bayi Ny. S 5x sehari, durasi tidur setelah menyusui 2 jam, bayinya sering rewel dan sering menangis karena merasa haus dan lapar. Hal ini sejalan dengan penelitian (Doko, Aristiati and Hadisaputro, 2019) bahwa ada pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang reflek hormon oksitosin atau let down reflek dengan adanya pijat oksitosin pada punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang akan membuat ibu merasa rileks dan menghilangkan kelelahan. Ibu merasa rileks dan tenang akan memproduksi hormon oksitosin yang lebih banyak.

Wawancara dengan kuesioner pada hari ketiga dan hari keempat dilakukan setelah pemijatan oksitosin selama 15 menit didapatkan hasil bahwa Ny. S merasa lebih rileks dan ASI keluar lebih banyak dibandingkan dari pada hari pertama dan kedua. Hal ini ditandai ASI mulai merembes dari puting susu dan frekuensi menyusui bayi Ny. S 8x dalam sehari, durasi tidur setelah menyusui 2 jam. Hal ini sejalan dengan penelitian (Syari, Arma and Mardhiah, 2022) menyatakan bahwa pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar dengan sendirinya. Pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI dengan cara mengurangi tersumbatnya saluran produksi ASI sehingga memperlancar pengeluaran ASI

Kunjungan nifas kedua yang dilakukan pada 6 hari post partum, dilakukan wawancara didapatkan hasil bahwa pengeluaran ASI sudah lebih banyak dan lancar dibandingkan pada saat kunjungan nifas pertama. Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Risnawati, 2020) menyatakan bahwa pijat oksitosin memberikan efek bagi sistem otot dengan cara memberikan keseimbangan antara relaksasi dan kontraksi. Gerakan pijat oksitosin membuat otot dan jaringan lunak merenggang dan rileks,

mengurangi ketegangan dan kram. Selama proses pijatan punggung, terjadi gerakan relaksasi dan kontraksi yang mengirim sinyal ke otak (hipotalamus), selanjutnya hipotalamus merangsang hipofisis, kemudian hipofisis merangsang saraf parasimpatis untuk mengeluarkan zat kimiawi/hormon dopamine, serotonin, oksitosin, endorfin yang berfungsi untuk relaksasi dan memicu pengeluaran ASI.

Ny. S mengatakan payudara terlihat lebih kencang, pengeluaran ASI banyak dan bayi tidak mudah rewel serta frekuensi menyusui 12x. Ny. S mengatakan bahwa ASI nya sangat deras bahkan tidak jarang sampai menetes dengan sendirinya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Risnawati, 2020) menyatakan bahwa kondisi ini akan meningkatkan perasaan seorang terhadap rasa nyaman, menciptakan rasa bahagia, rasa puas, keseimbangan psikomotor, penurunan frekuensi detak jantung, penurunan tekanan darah, peningkatan sirkulasi darah dan limfa sehingga homeostatis tubuh kembali seimbang dan rasa untuk menyusui bayi menjadi meningkat.

Studi kasus ini memuat pemberian pijat oksitosin yang diberikan selama ± 15 menit dan dilakukan 1 kali sehari. Berdasarkan teori, pemberian pijat oksitosin dapat dilakukan selama sebanyak dua kali sehari (pagi dan sore) dengan durasi 15 menit selama 14 hari efektif untuk memperlancar pengeluaran ASI ibu nifas. Menurut penelitian (Rahmatia *et al.*, 2022) lalu memberikan intervensi kepada responden berupa pijat oksitosin selama 2 hari dengan frekuensi 2x sehari dengan waktu 15 menit. Berbeda dengan penelitian dari (Cahyani and Sri, 2020) pijat oksitosin dilakukan 4 hari dengan frekuensi 2 kali sehari durasi selama 10-15 menit. Kasus Ny. S, pemberian pijat oksitosin diketahui efektif untuk memperlancar proses pengeluaran ASI. Hal ini sesuai dengan penelitian (Doko, Aristiati and Hadisaputro, 2019) bahwa ada pengaruh

Pijat Oksitosin Terhadap Waktu Pengeluaran Kolostrum Ibu Postpartum.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini yaitu pemberian teknik komplementer pijat oksitosin telah diterapkan pada Ny. S dengan durasi pemberian selama ± 15 menit pada kunjungan pertama dan kunjungan kedua ibu nifas serta didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan teknik pijat oksitosin, pengeluaran ASI Ny. S sangat sedikit dan tidak merembes keluar melalui puting serta payudara terasa lembek, frekuensi menyusui bayinya 3x, durasi tidur setelah menyusui 2 jam, bayinya sering rewel dan sering menangis karena merasa haus dan lapar. Setelah diberikan pijat oksitosin pada kunjungan yang kedua 6 hari post partum terlihat bahwa pengeluaran ASI sudah lebih banyak dan lancar, payudara terlihat lebih kencang, bayi tidak mudah rewel serta frekuensi menyusui 12x sehingga dapat diketahui bahwa pijat oksitosin mampu membantu melancarkan proses produksi dan pengeluaran ASI. Kesimpulan penelitian ini yaitu pijat oksitosin berpengaruh terhadap kelancaran proses pengeluaran ASI pada ibu nifas.

KEPUSTAKAAN

- Badan Pusat Statistik (2022) 'Profil Kesehatan Ibu dan Anak 2022'.
- Cahyani, G.I.A. and Sri, R. (2020) 'Aplikasi Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post-Partum', *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 3, pp. 406–414.
- Destri, U., Sarkiah, S., & Friscila, I. (2022) 'Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Normal: Literatur Review. .', *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars*, 3(1), p. <https://doi.org/10.33859/psmumns.v3i1.813>.
- Doko, T.M., Aristiati, K. and Hadisaputro, S.

- (2019) 'Pengaruh Pijat Oksitosin oleh Suami terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Nifas', *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), pp. 66–86. Available at: <https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.529>.
- Fatrin, T. *et al.* (2022) 'Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI)', *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(1), pp. 39–46. Available at: <https://doi.org/10.32539/hummed.v3i1.73>.
- HIMAWATI, L. and KODIYAH, N. (2020) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Rumah Sakit Permata Bunda Purwodadi Grobogan', *Journal Of Midwifery*, 8(1), pp. 17–22. Available at: <https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1029>.
- Italia and Meli Sri Yanti (2019) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Bpm Meli R. Palembang Tahun 2018', *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 9(17), pp. 37–46. Available at: <https://doi.org/10.52047/jkp.v9i17.26>.
- Lubis, D.R. and Anggraeni, L. (2021) 'Pijat Oksitosin Terhadap Kuantitas Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Yang Memiliki Bayi Berusia 0-6 Bulan', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(3), pp. 576–583. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i3.3501>.
- Murdiningsih, & R. (2020) 'Effect of the Marmet Technique towards the smoothness of breast milk Expression for the mother post partum in BPM Palembang City.', *International Conference On Health, Social, Sciences, and Technology*, 1(1), pp. 100–105.
- Nisa, Z. (2023) 'Terhadap Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Postpartum', *Jurnal Ilmiah Bidan*, 7(1), pp. 1–8.
- Nurainun, E. and Susilowati, E. (2021) 'Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas : Literature Review Jurnal Kebidanan Khatulistiwa', *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), pp. 20–26.
- Nurhidayat Triananinsi, Sutrani Syarif and Mudyawati Kamaruddin (2021) 'Pijat Oksitosin Mempengaruhi Kelancaran Asi', *Jurnal Antara Abdimas Kebidanan*, 4(2), pp. 41–46. Available at: <https://doi.org/10.37063/pengmas.v4i2.597>.
- Purnamasari, K.D. and Hindiarti, Y.I. (2021) 'Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum', *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(2), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i2.517>.
- Rahmatia, S. *et al.* (2022) 'Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Post Partum', *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(2), p. 225. Available at: <https://doi.org/10.32382/jmk.v13i2.3015>.
- Risnawati, H.A. dan (2020) '“Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi”', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Kesehatan ArRum Salatiga*, 5((1)), pp. 48–52.
- Saleh, S.N.H. and Hamzah, S.R. (2023) 'Pelatihan payudara massage bagi ibu post partum', *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 3(2.2), pp. 2091–2097.
- Sembiring, T. (2022) 'ASI Eksklusif', *Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan*. [Preprint]. Available at: https://yankes.kemkes.go.id/view_arti

kel/1046/asi-eksklusif.

- Syari, M., Arma, N. and Mardhiah, A. (2022) 'Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Asi Pada Ibu Menyusui', *Maternity and Neonatal : Jurnal Kebidanan*, 10(01), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.30606/jmn.v10i01.1306>.
- Wahyuningtyas, D. (2020) 'Buku saku : Pijat Oksitosin Dengan Murottal Al-Qur'an Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas', pp. ii–43.