

Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich dan Pijat Oksitoksin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum

Sri Dinengsih

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia

Corresponding author: Sri Dinengsih (sri.dinengsih@civitas.unas.ac.id)

Received: Mei, 17 2020; **Accepted:** June, 25 2020; **Published:** September, 1 2020

ABSTRAK

ASI adalah suatu cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan oleh bayi (ASI merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi, didalam ASI mengandung berbagai zat yang penting untuk tumbuh kembang dan sesuai dengan kebutuhan bayi Cakupan ASI Eksklusif di Negara ASEAN seperti India sudah mencapai 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27% dan di Myanmar 24%, sedangkan di Indonesia sudah mencapai 54,3 (infodatin,2017). Badan Kesehatan Dunia tahun 2017 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 48%. Masih kurangnya angka pemberian ASI Eksklusif Menurut data SDKI di Indonesia, cakupan pemberian ASI Eksklusif di Indonesia tahun 2017 masih rendah hanya sekitar 35%, angka tersebut masih jauh dibawah rekomendasi WHO sekitar 50%. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi experiment* menggunakan rancangan *pre and post test with control* Sampelnya sebanyak 40 responden dibagi 2 kelompok 20 kelompok intervensi dan 20 responden kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling*. Instrumen yang digunakan Lembar Observasi untuk mengetahui produksi ASI pada ibu post partum hari 1 dan diukur kembali pada hari ke 7 melalui kenaikan berat badan bayi nya. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober-Desember 2019. Metode analisis data menggunakan teknik analisis Analisa bivariate menggunakan uji *paired t tes*. Karakteristik responden di usia 25-35 tahun sebanyak 75%, multipara 65% kecukupan ASI setelah dilakukan pijat woolwich dan pijat oksitosin yaitu rata-rata 3210,00, sedangkan pada kategori produksi ASI kurang lancar rata-rata nilainya sebanyak 3050,00. Ada pengaruh yang signifikan kecukupan ASI antara kelompok Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Sesudah Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu Post Partum.

Kata Kunci: Pijat Woolwich, Pijat Oksitoksin, ASI, ibu Post Partum



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

ASI adalah suatu cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan oleh bayi (Maritalia, 2017). ASI merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi (Saleha, 2009). didalam

ASI mengandung berbagai zat yang penting untuk tumbuh kembang dan sesuai dengan kebutuhan bayi (Yanti 2011)

Selama masa kehamilan hormon estrogen dan progesteron menginduksi perkembangan alveoli dan *duktus lactiferous* di dalam payudara, serta merangsang produksi kolostrum. Produksi ASI tidak berlangsung sampai masa sesudah kelahiran bayi ketika kadar hormon estrogen menurun, penurunan kadar estrogen ini memungkinkan naiknya kadar prolaktin dan produksi ASI. Produksi prolaktin yang berkesinambungan disebabkan oleh menyusunya bayi pada payudara ibu. Pelepasan ASI berada di bawah kendali neuro-endokrin, rangsangan sentuhan pada payudara (bayi menghisap) akan merangsang produksi oksitosin yang menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitel. Proses ini disebut sebagai “reflek prolaktin” atau milk production reflek yang membuat ASI tersedia bagi bayi. (Sulistiyawati, 2009)

Pijat *woolwich* adalah pemijatan yang dilakukan pada area *sinus laktiferus* tepatnya 1-1,5 cm di atas areola mammae, dengan tujuan untuk mengeluarkan ASI yang ada pada *sinus laktiferus*. Pijat Woolwich akan merangsang sel saraf pada payudara. Rangsangan tersebut akan diteruskan ke *hipotalamus* dan direspon oleh *hipofisis anterior* untuk mengeluarkan hormon prolaktin yang akan dialirkan oleh darah ke sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI. (Pamuji, 2014). Pijat oksitosin adalah suatu tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari costa ke 5-6 sampai scapula akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar. (Suherni, 2009). Pijat oksitosin bertujuan untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI otomatis akan keluar. Pijat oksitosin bisa dilakukan kapanpun ibu mau dengan durasi 3-5 menit, lebih disarankan dilakukan sebelum menyusui atau pemerah ASI. (Depkes RI, 2010)

Cakupan ASI Eksklusif di Negara ASEAN seperti India sudah mencapai 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27% dan di Myanmar 24%, sedangkan di Indonesia sudah mencapai 54,3 (infodatin,2017). Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2017 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 48%. Masih kurangnya angka pemberian ASI Eksklusif Menurut data SDKI di Indonesia, cakupan pemberian ASI Eksklusif di Indonesia tahun 2017 masih rendah hanya sekitar 35%, angka tersebut masih jauh dibawah rekomendasi WHO sekitar 50%.

Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan adalah memberikan sensasi rileks pada ibu yaitu dengan melakukan pijat woolwich yang akan merangsang sel saraf pada payudara, diteruskan ke hipotalamus dan direspon oleh hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin yang akan dialirkan oleh darah ke sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI. Sedangkan tindakan pijat oksitosin dapat memengaruhi hormon oksitosin yang berfungsi sebagai stimulus produksi ASI pada ibu selama menyusui. Tindakan ini juga dapat membuat rileks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta saluran ASI pada kedua payudara. (Yanti, Sundawati, 2014)

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada ibu post partum

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan disign *quasi experiment* menggunakan rancangan *pre and post test with control* Sampelnya sebanyak 40 responden yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen merupakan ibu *post partum* 1-7 hari yang diberikan perlakuan yaitu pijat *woolwich* dan oksitosin, peneliti melakukan teknik *pijat woolwich* dan oksitosin selama 1 sampai 2 kali dalam satu hari selama 3 hari dilakukan selama 3-5 menit. kelompok kontrol ibu *post partum* yang hanya diberikan perlakuan pijat oksitosin saja, kelompok ini digunakan sebagai kelompok pembanding. Dihari pertama peneliti memberikan contoh pemijatan terlebih dahulu kepada ibu, orang tua ataupun suami, lalu dihari ke 2 dan 3 pemijatan dilakukan oleh

suami/keluarga di rumah. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 08 Oktober s.d 08 Desember 2019, di Rumah Bersalin Al-Falah Jakarta timur

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah Prosedur Pijat Woolwich dan Pijat Oksitoksin dan Lembar Observasi untuk mengetahui produksi ASI pada ibu post partum hari 1 dan diukur kembali pada hari ke 7 melalui kenaikan berat badan bayi nya. Kemudian ibu diberikan perlakuan Pijat Woolwich dan Pijat Oksitoksin sesuai dengan SOP penelitian, selanjutnya data di dokumentasikan dalam lembar penelitian

Peneliti mengikuti proses persalinan dari awal sampai akhir dan melakukan observasi produksi ASI. Hasil akhir dilihat dihari ke 7 saat kunjungan nifas. Data hasil observasi kemudian dicatat pada lembar observasi untuk selanjutnya dilakukan pengolahan data.

Analisa data yang mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian untuk menghasilkan distribusi frekwensi dan persentase dari tiap variable,Analisa bivariate menggunakan uji *paired t test* untuk melihat pengaruh kombinasi pijat *woolwich* dan oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* 1-7 hari

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik ibu *post partum* 1-7 Hari

Usia	Jumlah	Persentase (%)
20-35	15	75%
36-40	5	25%
Paritas		
Primipara	7	35%
Multipara	13	65%
Total	40	100%

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecukupan ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Kombinasi Woolwich dan Oksitosin PadanKelompok Eksperimen pada Ibu Post Partum 1-7 Hari

Kelompok Eksperimen	Mean	Std. Deviasi	SE	P.Value	N
Pre Test	3050,00	320,590	101,379	0,000	10
Post Test	3210,00	284,605	90,000		10

Tabel 4.3 Pengaruh kombinasi pijat woolwich dan oksitosin terhadap kecukupan ASI sebelum diberikan pijatan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada ibu *post partum* 1-7 hari

ASI	Mean	Std. Deviasi	SE	P. Value	N
Kontrol	3010,00	284,605	90,000	0,771	10
Eksperimen	3050,00	320,590	101,379		10

Tabel 4.4 Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Sesudah Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu Post Partum

ASI	Mean	Std. Deviasi	SE	P. Value	N
Kontrol	2940,00	263,312	83,267	0,041	10
Eksperimen	3210,00	284,605	90,000		10

Pembahasan

Analisis Univariat

Distribusi Frekuensi Kecukupan ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Kombinasi Woolwich dan Oksitosin pada Kelompok Eksperimen pada Ibu Post Partum 1-7 Hari

Hasil nilai statistik deskriptif berupa rata-rata dan standar deviasi kecukupan ASI antara pengukuran sebelum (pre) dan sesudah dilakukan intervensi kombinasi pijat *woolwich* dan oksitosin. Rata-rata kecukupan ASI sebelum dilakukan pemijatan adalah 3050,00 dengan standar deviasi 320,590 Sedangkan setelah (post) pemijatan didapatkan rata-ratanya adalah 321,00 dengan standar deviasi 284,605. ada pengaruh yang signifikan BB sebelum diberikan pijatan dan setelah diberikan pijatan. Dari hasil penelitian bahwa kecukupan ASI setelah dilakukan pijat woolwich dan pijat oksitosin lebih banyak pada kategori produksi ASI lancar yaitu rata-rata 3210,00, sedangkan pada kategori produksi ASI kurang lancar rata-rata nilainya sebanyak 3050,00. Dari rata-rata 3210,00 yang memiliki produksi ASI lancar sebagian besar pada usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 15 responden (75%).

Umur 20-35 tahun merupakan umur reproduksi sehat. Pada masa ini adalah kurun waktu yang optimal bagi seorang wanita untuk hamil karena organ reproduksi wanita sudah siap dan matang, demikian juga dengan psikologis ibu. Kesiapan itulah yang menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan bayi di dalam rahim bisa tumbuh secara optimal. (Wikjosastro (2007) usia 20-35 tahun merupakan usia yang dianggap aman untuk menjalani kehamilan dan persalinan. Karena pada usia 35 tahun merupakan keadaan yang dikategorikan dalam resiko tinggi terhadap kelainan bawaan serta adanya penyulit selama masa kehamilan dan persalinan (Sulistiyawati 2012)

Pamuji (2011), ibu post partum yang diberikan metode pijat woolwich memiliki peningkatan kadar hormon prolaktin dan volume ASI dibandingkan dengan ibu post partum yang tidak diberikan intervensi pijat tersebut. Moehyi (2008), menyatakan bahwa salah satu tindakan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan pijat *woolwich* dan pijat oksitosin. Metode pijat *woolwich* ini didasarkan pada pengamatan bahwa pengaliran ASI lebih penting dari sekresi ASI oleh kelenjar ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka produksi yang dihasilkan juga banyak.

Peneliti berasumsi bahwa sudah banyak ibu yang mengetahui mengenai usia reproduksi yang aman untuk hamil dan persalinan, sehingga ibu lebih memilih untuk hamil diusia reproduksi yang aman. Usia juga mempengaruhi ibu untuk kesiapan psikologisnya, jika psikologisnya belum sapa, maka produksi ASI juga kurang lancar, karena kekhawatirannya ibu untuk mengurus anaknya. Jika ibu merasa tenang dan tidak stres maka hormon oksitosin akan lebih mudah diproduksi. Serta hormon prolaktin juga mudah untuk mengeluarkan produksi ASI.

Distribusi Frekuensi Kecukupan ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin pada Kelompok Kontrol pada Ibu Post Partum 1-7 Hari

Hasil penelitian mengenai distribusi frekuensi ibu *post partum* 1-7 hari di Klinik Mutiara Bunda Rangkasbitung yang dilakukan pijat oksitosin rata-rata kecukupan ASI hari pertama dilakukan pijatan adalah 3010,00 dengan standar deviasi 284,605. Sedangkan pengukuran hari ke 7 setelah pemijatan didapatkan rata-ratanya adalah 2940,00 dengan standar deviasi 263,312. tidak ada pengaruh yang signifikan BB sebelum diberikan pijatan dan BB setelah dilakukan pemijatan. Dari hasil penelitian bahwa kecukupan ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin lebih banyak pada kategori produksi ASI kurang lancar yaitu rata-rata 3010,00, sedangkan pada kategori kecukupan ASI lancar rata-rata nilainya sebanyak 2940,00. Dari rata-rata 2940,00 yang memiliki produksi ASI lancar sebagian besar pada usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 15 responden (75%).

Suherni (2008), pijat oksitosin adalah suatu tindakan pemijatan tulang belakang mulai dari costa ke 5-6 sampai scapula akan mempercepat kerja saraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar. Pijat oksitosin bertujuan untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu sehingga ASI otomatis akan keluar.

Depkes RI (2010), menyatakan bahwa selain untuk merangsang *reflex let down* manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (*engorgement*), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Peneliti berasumsi bahwa pijat oksitosin ini berpengaruh pada kecukupan ASI karena dari hasil penelitian ini menunjukkan ibu yang sebelum diberikan pijat oksitosin lebih banyak produksi ASI nya kurang lancar dibandingkan dengan setelah diberikan pijat oksitosin. Penyebab ASI kurang lancar karena ibu merasa masih lelah dan khawatir dan belum siap menyusui karena ASI nya belum keluar. Oleh karena itu, ibu yang akan menyusui bayinya harus dalam keadaan tenang, rileks, dan nyaman. Sehingga produksi ASI tercukupi. Maka dari itu ibu *post partum* diberikan pijat oksitosin, agar merasa tenang dan nyaman, sehingga hormon oksitosin meningkat dan mempertahankan produksi ASI. produksi ASI lancar.

Analisis Bivariat

Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Sebelum Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu Post Partum

Hasil nilai rata-rata, standar deviasi dan standar error kecukupan ASI untuk masing-masing kelompok, rata-rata kecukupan ASI pada kelompok kontrol adalah 3010,00 dengan standar deviasi 284,605, sedangkan untuk kelompok intervensi rata-rata kecukupan ASI nya adalah 3050,00 dengan standar deviasi 320,590. Analisis hasil penelitian dengan menggunakan uji *Independent t-test* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,77 > \alpha (0,05)$ terlihat **tidak ada pengaruh** rata-rata kecukupan ASI kelompok kontrol dengan intervensi.

Yanti, Sundawati (2014) menyatakan bahwa, hormon yang berperan dalam pembentukan payudara adalah hormon estrogen dan progesteron yang membantu maturasi alveoli. Sedangkan hormon prolaktin berfungsi untuk produksi ASI. Selama kehamilan hormon prolaktin dari plasenta meningkat tetapi ASI belum keluar karena pengaruh hormon estrogen yang masih tinggi. Kadar estrogen dan progesteron akan menurun pada saat hari kedua atau ketiga pasca persalinan, sehingga terjadi sekresi ASI

Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka produksi yang dihasilkan juga banyak. Yanti, Sundawati (2014) menyatakan, untuk mengeluarkan ASI diperlukan hormon oksitosin yang kerjanya dipengaruhi oleh proses hisapan bayi. Semakin sering puting susu dihisap oleh bayi maka semakin banyak pula pengeluaran ASI. Hormon oksitosin sering disebut sebagai hormon kasih sayang, sebab

kadarnya sangat dipengaruhi oleh suasana hati, rasa bahagia, rasa dicintai, rasa aman, ketenangan, dan rileks., hormon prolaktin dan oksitosin sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. (Depkes RI 2007)

Pada saat sebelum dilakukan intervensi baik pada kelompok control dan kelompok perlakuan produksi ASI masih sama antara ke dua kelompok hal ini membuktikan bahwa ibu post partum yang sama dengan produksi ASI yang kurang.

Pengaruh Kombinasi Pijat *Woolwich* dan Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Sesudah Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu *Post Partum*

Hasil nilai rata-rata, standar deviasi dan standar error kecukupan ASI untuk masing-masing kelompok, rata-rata kecukupan ASI pada kelompok kontrol adalah 2940,00 dengan standar deviasi 263,312, sedangkan untuk kelompok intervensi rata-rata kecukupan ASI nya adalah 3210,00 dengan standar deviasi 284,605. Analisis hasil penelitian dengan menggunakan uji *Independent t-test* diperoleh nilai $p\ value = 0,041 < \alpha (0,05)$ terlihat **ada pengaruh** yang signifikan rata-rata kecukupan ASI kelompok kontrol dengan intervensi.

Pada proses laktasi terdapat dua reflek yang berperan, yaitu reflek prolaktin dan reflek aliran yang timbul akibat perangsangan puting susu dikarenakan isapan bayi. Reflek prolaktin dan oksitosin juga didapatkan pada pijat *woolwich* yang bertujuan untuk mencegah terjadinya penyumbatan, memperbanyak produksi ASI dan mencegah peradangan atau bendungan pada payudara. Jika bayi disusui, maka gerakan menghisap yang berirama akan menghasilkan rangsangan saraf yang terdapat pada glandula pituitaria posterior, sehingga keluar hormon oksitosin. Hal ini menyebabkan sel-sel miopitel di sekitar alveoli akan berkontraksi dan mendorong ASI masuk dalam pembuluh ampula. Pengeluaran oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi, juga oleh reseptor yang terletak pada duktus. Bila duktus melebar, maka secara reflektoris oksitosin dikeluarkan oleh hipfisis (Yanti, Sundawati 2014)

Pijat oksitosin berfungsi untuk merangsang reflek oksitosin atau *let down reflek* sehingga ibu akan merasa rileks, kelelahan akibat melahirkan berkurang sehingga dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu post partum dapat dilakukan dengan memeras ASI, perawatan atau pemijatan payudara, membersihkan puting, sering menyusui bayi meskipun ASI belum keluar, menyusui dini dan teratur serta pijat oksitosin

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Kusumastuti (2016) yang berjudul “Kombinasi Pijat *Woolwich* dan Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu *Post Partum*” yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh kombinasi pijat *woolwich* dan pijat oksitosin terhadap produksi asi, tetapi secara klinis pada kelompok intervensi produksi asi pada kelompok intervensi lebih tinggi 17% dibandingkan kelompok kontrol.

Peneliti berasumsi bahwa kelancaran ASI juga didukung oleh keyakinan ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya, karena jika ibu tidak merasa yakin untuk memberikan ASI kepada bayinya maka faktor kecemasan juga menghambat pengeluaran ASI, sehingga ASI yang didapatkan bayi hanya sedikit. Selain itu juga faktor dukungan tenaga kesehatan, dan dukungan keluarga kepada ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya sehingga terlaksananya pemberian ASI eksklusif.

Dalam penelitian ini, peneliti mempunyai keterbatasan yaitu tidak bisa memberikan pijatan langsung dihari kedua dan ketiga. Selain itu peneliti tidak bisa mengobservasi langsung ketika dilakukan pemijatan hari kedua dan ketiga oleh keluarga. Sehingga masih ada kemungkinan bias.

KESIMPULAN

Simpulan Kecukupan ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Kombinasi *Woolwich* dan Oksitosin pada Kelompok Eksperimen pada Ibu *Post Partum* 1-7 Hari rata-rata kecukupan ASI

sebelum dilakukan pemijatan adalah 3050.00. Sedangkan setelah (post) pemijatan didapatkan rata-ratanya adalah 3210.00. Ada pengaruh yang signifikan antara kombinasi pijat *woolwich* dan oksitosin terhadap kecukupan ASI sesudah diberikan pijatan pada kelompok eksperimen dan kontrol dan **tidak ada pengaruh** yang signifikan antara kelompok kontrol dan intervensi **sebelum** dilakukan pemijatan pada Ibu *Post Partum* 1-7 hari **ada pengaruh** yang signifikan rata-rata kecukupan ASI antara kelompok Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Sesudah Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu *Post Partum*

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. 2010. Pijat Oksitosin <http://marnielaguaje.blogspot.com/2014/04/pijat-oksitosin.html?m=1>. Di akses tanggal 17 juni 2019.
- Depkes RI. 2007. *Manajemen Laktasi*. EGC. Jakarta.
- Depkes RI. 2010. *Buku Kesehatan Maternal & Neonatal*. Jakarta: JNPK-KR
- Kusumastuti, dkk. 2017. Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Produksi ASI dan Involusi Uterus pada Ibu *Post Partum*. Yogyakarta: PT leutika Nouvalitera.
- Moehyi, syamien. 2008. *Bayi Sehat dan Cerdas Melalui Gizi dan Makanan Pilihan*. Panduan Asupan Gizi untuk bayi dan balita. Jakarta: Pustaka Mina.
- Maritalia, dewi. 2017. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Pamuji, Supriyana., Rahayu. 2014. Pengaruh Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Endorphine Terhadap Kadar Hormon Prolaktin dan Volume ASI (Studi Pada Ibu *Postpartum* Di Griya Hamil Sehat Mejasem Kabupaten Tegal). *BHAMADA*.
- Suherni et al. 2009. *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Setianingsih. 2014. *Manfaat ASI Eksklusif Bagi Ibu Yang Menyusui*. Yogyakarta :Pustaka Baru.
- Sulistiyawati A. 2011. *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika
- Yanti, Damaianti. 2014. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Saleha, S. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika..
- Yanti, D., & Sundawati, D. 2011. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta: Refika Aditama.