

Pengaruh Pijat Oksitosin dan Totok Payudara terhadap Pengeluaran Asi pada Ibu Nifas

Widya Pani[✉], Sri Restu Tempali

Prodi D-III Kebidanan Palu, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indonesia

[✉]Email: widyapani.wp@gmail.com



ARTICLE INFO

Article History:

Received: 2021-05-26

Accepted: 2022-03-20

Published: 2022-04-01

Kata Kunci:

*Pijat Oksitosin;
Totok Payudara;
Pengeluaran ASI;
Ibu Nifas;*

Keywords:

*Oxytocin Massage;
Full-blooded Breast;
Breastfeeding
Release;
Postpartum Mother;*

ABSTRAK

Pendahuluan: ASI merupakan sumber nutrisi yang baik. ASI diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas Di Ruang Nifas Rumah Sakit Kabupaten Donggala Dan Kabupaten Sigi. **Metode:** Jenis Penelitian ini merupakan jenis penelitian *pre eksperimental* dengan rancangan penelitian *one shot case study*. Sampel di tentukan menggunakan Rumus Estimasi Proporsi sampel dengan hasil 15. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, sehingga total jumlah sampel adalah 30 sampel yaitu 15 untuk kelompok Pijat Oksitosin dan 15 untuk Totok Payudara. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik Consecutive Sampling. Setiap ibu postpartum yang memenuhi kriteria inklusi yaitu Ibu postpartum normal dengan riwayat kehamilan 37-42 minggu, Ibu postpartum normal tanpa penyulit, Ibu postpartum hari kedua dan ketiga. **Hasil:** Hasil uji *Nonparametric Test* analisis bivariat menggunakan uji *t* dengan jumlah sampel 30 responden ibu nifas diperoleh hasil 30 responden semua mengalami pengeluaran ASI setelah dilakukan intervensi totok payudara. Nilai *p-value*=0,000 yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ ($0,000 < 0,05$) bahwa ada pengaruh Pijat Oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas. Kesimpulan ada pengaruh pijat oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI Di RS Kabelota Donggala Dan RS Torabelo Sigi. **Kesimpulan:** Ada pengaruh pijat oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI ibu nifas di wilayah kerja Rumah Sakit Kabelota Donggala dan Rumah Sakit Torabelo Sigi.

ABSTRACT

Introduction: Breast milk is a good source of nutrients. Breast milk is given to babies from birth for six months, without adding and/or replacing with other foods or drinks. Breast milk contains colostrum which is rich in antibodies because it contains protein for the immune system and high amounts of germ killer so that exclusive breastfeeding can reduce the risk of death in infants. **Purpose** This study aims to determine the effect of oxytocin massage and breast acupuncture on the release of breast milk in postpartum mothers in the postpartum room at Donggala and Sigi Regency Hospitals. **Method** Type This research is a type of pre-experimental research with a one shot case study research design. The sample was determined using the Sample Proportion Estimation Formula with a result of 15. The sample was divided into two groups, so that the total number of samples was 30 samples, namely 15 for the Oxytocin Massage group and

15 for Full-blooded Breasts. Sampling was carried out using the Consecutive Sampling technique. Every postpartum mother who met the inclusion criteria were normal postpartum mothers with a history of 37-42 weeks of pregnancy, normal postpartum mothers without complications, second and third day postpartum mothers. **Results** Nonparametric test results Bivariate analysis using t-test with a sample of 30 postpartum mothers, it was found that 30 respondents all experienced breast milk expulsion after a full-blooded breast intervention. The $p\text{-value} = 0.000$ which means it is smaller than $= 0.05$ ($0.000 < 0.05$) that there is an effect of Oxytocin massage and full-blooded breasts on breastfeeding mothers in postpartum. The conclusion is that there is an effect of oxytocin massage and breast acupuncture on milk production at Kabelota Donggala Hospital and Torabelo Sigi Hospital **Conclusion:** There is an effect of oxytocin massage and breast acupuncture on the release of postpartum mother's milk in the working area of Kabelota Donggala Hospital and Torabelo Sigi Hospital.



©2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan utama dan yang dibutuhkan bagi bayi. ASI merupakan sumber nutrisi yang baik (Maryunani, 2015). ASI diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Air Susu Ibu (ASI) (Herry & Widya, 2016). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi (Astutik, 2014). Pengeluaran ASI menjadi suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang telah dimulai saat fetus sampai dengan masa pasca persalinan (Wulandari, 2018). Hormon yang menstimulus perkembangan payudara selama wanita hamil (estrogen, progesteron, human chorionic, dan insulin) dapat menurun dengan cepat setelah bayi lahir. Akibatnya, diperlukan rangsangan berupa hisapan bayi untuk menstimulus produksi hormon sehingga dapat mengeluarkan ASI (Dian Handika, 2016).

Masalah yang biasa dialami oleh ibu post partum yaitu tidak semua ibu langsung mengeluarkan ASI. Hal ini dipengaruhi oleh produksi prolaktin yang kurang bekerja, sebab kurangnya rangsangan isap bayi yang mengaktifkan produksi prolaktin, karena isapan bayi merangsang produksi prolaktin untuk bekerja mengeluarkan ASI (Wulan & Gurusinga, 2017). Semakin sering bayi menyusu semakin banyak produksi prolaktin yang diproduksi sehingga semakin banyak produksi air susu ibu (Astutik, 2014). Meningkatkan volume ASI pada masa nifas, ibu dapat memberikan terapi pijat oksitosin. Pijat oksitosin sangat membantu ibu dalam meningkatkan produksi ASI. Upaya untuk menstimulasi pengeluaran ASI telah banyak dilakukan selain pijat oksitosin yaitu dengan melakukan perawatan. Dalam upaya ini manfaat tindakan perawatan payudara yaitu melancarkan pengeluaran ASI, meningkatkan volume ASI, dan mencegah bendungan pada payudara karena bendungan ASI. Perawatan totok payudara merupakan perawatan payudara yang dapat menstimulasi produksi hormon laktasi (Suciawati, 2018).

Berdasarkan data dari United National Children's Fund (UNICEF) pada tahun 2012 di seluruh dunia hanya 39% bayi di bawah usia 6 bulan yang mendapat ASI secara eksklusif dan angka tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2015, yaitu hanya 40% keberhasilan pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia (Kementerian

Kesehatan R.I., 2016). Cakupan ASI di Indonesia pada tahun 2016 jumlah bayi yang mendapat ASI eksklusif pada bayi usia kurang dari enam bulan sebesar 54,0% (Kementerian Kesehatan R.I., 2016). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2017, pemberian ASI eksklusif pada bayi sebesar 63,33% sehingga dapat dikatakan bahwa pemberian ASI eksklusif mengalami peningkatan pada tahun 2017 dibandingkan tahun 2016. Mengacu pada target renstra tahun 2017 yaitu 44% pada tahun ini secara nasional bayi baru lahir yang mendapat ASI eksklusif sudah melampaui target sebesar 61,33% (Dinas Kesehatan Kabupaten Donggala, 2016, 2016)

Data dari profil kesehatan indonesia Provinsi Sulawesi Tengah, pemberian ASI eksklusif pada bayi tahun 2016 sebanyak 43,33% dan pada 2017 sebanyak 56,61%. Pada tahun 2016 tercatat dari jumlah 3076 bayi, cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 1981 bayi atau 54,4% dan pada 2017 meningkat dari jumlah 3.909 bayi, cakupan pemberian ASI eksklusifnya sebesar 2.280 bayi atau 58,3% (Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah, 2016). Kabupaten Donggala pada tahun 2016 dari jumlah bayi atau sasaran ASI Eksklusif 2.568 bayi dengan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 1.533 bayi atau 59,70% dan pada tahun 2017 dari jumlah bayi atau sasaran ASI eksklusif 2.710 bayi dengan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 1.832 bayi atau 67,6%. Kabupaten Sigi pada tahun 2016 dari jumlah bayi atau sasaran ASI eksklusif 2.468 bayi dengan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 1.343 bayi atau 58,60% dan pada tahun 2017 dari jumlah bayi atau sasaran ASI eksklusif 2.510 bayi dengan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 1.732 bayi atau 66,6% (Dinas Kesehatan Kabupaten Donggala, 2016). Kabupaten Sigi pada tahun 2016 dari jumlah bayi atau sasaran ASI Eksklusif 2.468 bayi dengan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 1.343 bayi atau 58,60% dan pada tahun 2017 dari jumlah bayi atau sasaran ASI eksklusif 2.510 bayi dengan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 1.732 bayi atau 66,6% (Dinas Kesehatan Kabupaten Sigi, 2016). Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas di Ruang Nifas Rumah Sakit Kabupaten Donggala dan Kabupaten Sigi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *pre eksperimental* dengan rancangan penelitian *one shot case study*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei s/d Oktober 2019, di Ruang Nifas Rumah Sakit Kabelota Kabupaten Donggala Dan Rumah Sakit Torabelo Kabupaten Sigi. Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas yang ada di wilayah kerja di Ruang Nifas Rumah Sakit Kabelota Kabupaten Donggala Dan Torabelo Sigi pada bulan Maret 2019, Sampel di tentukan menggunakan Rumus Estimasi Proporsi sampel dengan hasil 15. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, sehingga total jumlah sampel adalah 30 sampel yaitu 15 untuk kelompok Pijat Oksitosin dan 15 untuk Totok Payudara. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik Consecutive Sampling. Setiap ibu postpartum yang memenuhi kriteria inklusi yaitu Ibu postpartum normal dengan riwayat kehamilan 37-42 minggu, Ibu postpartum normal tanpa penyulit, ibu postpartum hari kedua dan ketiga.

Pijat oksitosin dan totok payudara di lakukan pada ibu postpartum pada hari kedua dan ketiga yang termasuk dalam kelompok intervensi dengan durasi 3-5 menit, kemudian dievaluasi pada hari keempat. Dengan hasil ukur bila Lancar = jumlah ASI yang keluar ≥ 2 ml, jumlah ASI yang keluar <2 ml. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *t*. Nilai kemaknaan 0,05 dengan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil pengolahan data peneliti menyajikan analisis data univariat dan analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI ibu nifas di wilayah kerja Rumah sakit Kabelota Donggala dan Torabelo Sigi.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas di Wilayah Kerja Rumah sakit Kabelota Donggala Dan Torabelo Sigi

Karakteristik	Frekuensi	%
Umur		
<20 tahun	4	13,3
20-35 tahun	23	76,7
>35 tahun	3	10,0
Paritas		
Primipara	14	46,7
Multipara	13	43,3
Grandemultipara	3	10,0
Pendidikan		
SD	2	6,7
SMP	15	50,0
SMA	12	40,0
S1	1	3,3
Pekerjaan		
IRT	29	96,7
PNS	1	3,3

Sumber: Data Primer, 2019

Tabel 1 menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa sebagian responden berdasarkan pengelompokan umur paling banyak yaitu antara 20-35 tahun yaitu 23 orang (74,1%) prioritas adalah primipara dengan jumlah 15 orang (48,3%) tingkat pendidikan responden terbanyak adalah SMP yaitu 15 orang (48,3%) dan mayoritas pekerjaan responden adalah IRT yaitu 30 orang (97,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Peningkatan Responden Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Totok Payudara Terhadap Pengeluaran ASI Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Rumah sakit Kabelota Donggala Dan Torabelo Sigi

Variabel	Hari K-2	%	Hari K-3	%	Hari K-4	%
Pijat Oksitosin	8	26,7	13	43,3	15	50,0
Totok Payudara	7	26,7	12	40,0	15	50,0

Sumber: Data Primer, 2019

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengeluaran ASI ibu nifas setelah dilakukan intervensi pijat oksitosin dan totok payudara cenderung mengalami peningkatan, mulai dari tidak ada menjadi ada dan kemudian menjadi banyak hingga memancar. Dari 30 responden menunjukkan ibu yang ASInya mengalami peningkatan yaitu pada Intervensi Pijat Oksitosin K-2 adalah 8 orang (26,7%), meningkat pada K-3 adalah 13 orang (43,3%), pada K-4 yaitu sebanyak 15 orang (50%) dan pada Intervensi Totok Payudara K-2 adalah 7 orang (23,3%),

meningkat pada K-3 adalah 12 orang (40%), pada K-4 yaitu sebanyak 15 orang (50%) semua ibu ASInya sudah mengalami kelancar yaitu sebanyak 30 orang (100%).

Berdasarkan hasil analisis uji *t* dapat diketahui bahwa nilai rata-rata jumlah pengeluaran ASI ibu nifas yang diberikan intervensi pijat oksitosin mengalami peningkatan yaitu nilai rata-rata pengeluaran ASI yang berkisaran sebelum dilakukan intervensi adalah 0,0935ml dan setelah dilakukan intervensi adalah 38,516ml. Maksimal pengeluaran. Pada intervensi totok payudara, ASI cenderung meningkat dari 0,080ml menjadi 35,00ml. Sehingga didapatkan hasil uji *t* pada pijat oksitosin, dengan nilai *significancy (p-value)* adalah 0,00 atau $p < 0,05$, hasil uji *t* pada Totok Payudara, dengan nilai *significancy (p-value)* adalah 0,00 atau $p < 0,05$ dengan demikian secara statistik menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima dimana dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI ibu nifas di wilayah kerja Rumah sakit Kabelota Donggala dan Torabelo Sigi.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden yaitu dari 30 responden berdasarkan pengelompokan umur menunjukkan bahwa paling banyak yaitu antara 20-35 tahun sebanyak 76,7%. Umur dapat berhubungan dengan pengeluaran ASI. Ibu yang memiliki rata-rata umur 20-35 tahun adalah usia produksi sehat wanita, dimana pada usia tersebut seorang perempuan sudah siap secara fisik, emosi, psikologis, sosial dan ekonomi untuk hamil. Salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah faktor fisik ibu. Ibu yang usianya lebih muda atau dibawah 35 tahun akan lebih banyak memproduksi ASI dibanding dengan ibu yang usianya lebih tua (Rini & Kumala, 2016).

Sebagian responden adalah ibu muda, mayoritas *primipara* sebanyak 46,7%. Setiap ibu hamil masing-masing memiliki jumlah produksi ASI yang berbeda-beda (Aminah, 2017) menyatakan paritas dapat mempengaruhi produksi ASI. Pada ibu *multipara* atau ibu yang sudah melahirkan lebih dari satu kali mempunyai proporsi produksi ASI lebih banyak daripada ibu *primipara*. Hal ini dikarenakan ibu *multipara* telah memiliki pengalaman dan keyakinan pada saat menyusui sebelumnya. Jika ibu berhasil pada saat menyusui anak pertama maka pada saat menyusui anak kedua akan lebih berhasil untuk menyusui. Keyakinan ibu ini dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin sehingga ASI dapat keluar dengan lancar.

Adapun faktor lain yaitu dengan tingkat pendidikan ibu. Secara tidak langsung pendidikan dapat mempengaruhi laktasi terkait dengan latar belakang sosial budaya ibu. Dengan pengetahuan ibu dalam menerima informasi yang nantinya berpengaruh secara langsung dalam proses pengeluaran ASI. Faktor langsung yang terkait yaitu psikologis ibu yaitu tentang persepsi mengenai keuntungan dan kerugian pemberian ASI (Septikasari, 2018). Berdasarkan intervensi dapat diketahui dari data responden terbanyak adalah pendidikan SMP sebanyak 50%, pengetahuan ASI pada responden hampir seluruhnya baik jika pekerjaan ibu tidak mengganggu pikiran atau tidak mengalami stres, terbukti dengan adanya motivasi untuk memberikan ASI eksklusif pada bayi, yang mayoritas pekerjaan responden sebanyak 96, 7% (Dian Handika, 2016)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Albertina et al., (2015) di RSUD Deli Serdang Sumut, bahwa perawatan payudara yang baik dan benar memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan produksi ASI. Jika dilihat dari tingkat kelancaran ASI tindakan *breast care* dapat meningkatkan produksi ASI dan meningkatkan jumlah pengeluaran ASI. Sebagian besar dalam penelitian ini

responden yang dilakukan perawatan payudara mengalami rata-rata peningkatan volume ASI. Sehingga dapat dikatakan bahwa dalam penelitian ini ada pengaruh yang positif antara sebelum dan sesudah dilakukan perawatan payudara. Penelitian lain menunjukkan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI pada Ibu Post Sectio Cesarea (Susianti & Usman, 2020), sehingga kegiatan penyuluhan dan pelatihan pijat oksitosin dapat dilakukan guna meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif (Sumiaty, Muliani, & Lisnawati, 2020).

Hasil penelitian ini kurang sejalan dengan penelitian Suciawati, (2018), dimana tidak ada perbedaan waktu pengeluaran kolostrum antara pijat oksitosin dengan totok payudara. Namun jika dilihat dari tingkat kelancaran ASI, tindakan pijat oksitosin dan totok payudara lebih dominan dalam meningkatkan produksi dan pengeluaran volume ASI. Pijat oksitosin dan totok payudara yang baik dan benar memiliki peranan penting dimana peredaran darah akan lancar sehingga produksi dan volume ASI meningkat. Berdasarkan penelitian Kuswati & Istikhomah, (2017) dan Dian Handika, (2016) terdapat bukti yang menunjukkan bahwa terdapat metode lain yang dapat dikombinasikan dalam meningkatkan dan melancarkan pengeluaran ASI.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin dan totok payudara terhadap pengeluaran ASI ibu nifas di wilayah kerja Rumah Sakit Kabelota Donggala dan Rumah Sakit Torabelo Sigi. Saran diharapkan bidan yang berada di ruang nifas Rumah Sakit Kabelota dan Rumah Sakit Torabelo lebih aktif dalam memberikan teknik pijat oksitosin dan totok payudara pada ibu nifas agar pengeluaran ASI ibu nifas lancar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Rumah Sakit Kabelota Donggala dan Rumah Sakit Torabelo Sigi yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti dan kepada seluruh staf Rumah Sakit Kabelota dan Torabelo yang telah memberikan dukungan motivasi kepada peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Albertina, M., Melly, H., & Shoufiah, R. (2015). Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Husada Mahakam*, III(9), 452–458. <http://husadamahakam.poltekkes-kaltim.ac.id/ojs/index.php/Home/article/view/22>
- Aminah. (2017). Hubungan Pelaksanaan Program Dan Kebijakan Teknis Pelayanan Oleh Bidan Desa Dengan Kepuasan Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Pukesmas Tanah Jawa, 2017. *Jurnal Ilmiah Kebidanan IMELDA*, 3(1). 233-239 <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN/article/view/132>
- Astutik, R. N. 2014. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika. <https://ebooks.gramedia.com/books/payudara-dan-laktasi>
- Dian Handika, M. (2016). *Hubungan Perawatan Payudara pada Ibu Nifas dengan Kelancaran ASI di BPM Atika ,Amd.Keb , Kab . Madiun*. <http://docplayer.info/56308282-Hubungan-perawatan-payudara-pada-ibu-nifas-dengan-kelancaran-asi-di-bpm-atika-amd-keb-kab-madiun-penelitian-dosen.html>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Donggala. 2016. (2016). *Profil Kesehatan Kabupaten Donggala*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sigi. (2016). *Profil Kesehatan Kabupaten Sigi*. Profil Kesehatan Kabupaten Sigi.
- Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah. (2016). *Profil Kesehatan Sulawesi Tengah Tahun 2016*. In *Dinkes Sulteng 2016*.
- Herry, R., & Widya. (2016). Pengetahuan Ibu Nifas tentang Perawatan Payudara di

- Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur Tahun 2016. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 12(2), 137–143.
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK/article/download/1559/1358>
- Kuswati, K., & Istikhomah, H. (2017). Peningkatan Kecepatan Pengeluaran Kolostrum Dengan Perawatan Totok Payudara Dan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 224–229. <https://doi.org/10.37341/interest.v6i2.106>
- Maryunani, A. (2015). Inisiasi Menyusui Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: Trans Info. <http://www.akbidkholisaturrahmibinjai.ac.id/data/1552975028.pdf>
- Kementerian Kesehatan R.I. (2016) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*. Jakarta: Kementerian Kesehatan R.I.
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2016.pdf>
- Rini, S., & Kumala, F. (2016). *Panduan Asuhan Nifas & Evidence Klinis*. Yogyakarta: Deepublish. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1143564>
- Septikasari, M. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: UNY Press. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1105229>
- Suciawati, A. (2018). Efektifitas Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(04). <https://doi.org/10.33221/jikm.v7i04.169>
- Sumiaty, S., Muliani, M., & Lisnawati, L. (2020). Pelatihan Pijat Oksitosin bagi Pendamping Ibu Nifas. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 29–35.
<https://doi.org/10.33860/pjpm.v1i1.74>
- Susianti, S., & Usman, A. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Sectio Cesarea. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(1), 37–45.
<https://doi.org/10.33860/jbc.v2i1.81>
- Wulan, S., & Gurusinga, R. (2017). Pengaruh Perawatan Payudara (Breast Care. *Terhadap Volume Asi Pada Ibu Post Partum (Nifas) Di Rsud Deli Serdang Sumut. Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 1(5), 19–29.
<https://www.researchgate.net/publication/32169707>
- Wulandari, C. (2018). Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Postpartum Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di Desa Galak Kecamatan Slahung Kabupaten Ponorogo. *Jurnal Delima Harapan*, 9(8), 48–54.
<https://www.inews.id/daerah/jatim/264941/kawasan-hutan-milik>