



Efektivitas Pijat Oketani Dan Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum

Nur Maila Khoiriyah¹, Winarni²

^{1,2} Fakultas Ilmu Kebidanan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email : mailabisa.students@aiska-university.ac.id

Abstrak

Latar Belakang : Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama sangat penting bagi kesehatan ibu dan bayi, namun cakupannya di Indonesia masih rendah ($\pm 52\%$). Salah satu kendalanya adalah pengeluaran ASI yang kurang lancar pada ibu post partum, khususnya post seksio sesarea. Pijat oksitosin merangsang pelepasan hormon oksitosin yang berperan pada refleksi let-down, sedangkan pijat oketani mampu meningkatkan elastisitas jaringan payudara dan mengeluarkan ASI. Tujuan : untuk mengetahui perbandingan efektivitas antara pijat oketani dan pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum. Metode : Penelitian ini menggunakan desain quasy experimental dengan rancangan posttest only control group. Sampel berjumlah 40 ibu nifas yang dipilih menggunakan teknik consecutive sampling, dibagi menjadi dua kelompok intervensi: pijat oketani dan pijat oksitosin. Masing-masing intervensi dilakukan satu kali selama 10–15 menit. Hasil pengeluaran ASI diamati dalam 24 jam setelah pijatan. Hasil : penelitian menunjukkan bahwa 75% ibu pada kelompok oketani mengalami kelancaran ASI, sedangkan pada kelompok oksitosin hanya 40%. Uji Man-Whitney menunjukkan nilai p-value = 0,027, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antar kedua kelompok. Kesimpulan : pijat oketani lebih efektif dalam memperlancar pengeluaran ASI dan dapat menjadi pilihan intervensi nonfarmakologis yang direkomendasikan pada ibu postpartum.

Kata Kunci: efektivitas, ibu postpartum, pijat oketani, pijat oksitosin

Abstract

Background: Exclusive breastfeeding during the first six months is crucial for the health of both mother and baby. However, the coverage in Indonesia remains low (approximately 52%). One of the obstacles is insufficient breast milk production in postpartum mothers, particularly those who have undergone cesarean sections. Oxytocin massage stimulates the release of the hormone oxytocin, which plays a role in the let-down reflex, while Oketani massage can increase breast tissue elasticity and help facilitate milk expression. Objective: To compare the effectiveness of Oketani massage and oxytocin massage in promoting breast milk production in postpartum mothers. Methods: This study employed a quasi-experimental design with a posttest-only control group. A total of 40 postpartum mothers were selected using consecutive sampling and divided into two intervention groups: Oketani massage and oxytocin massage. Each intervention was performed once for 10–15 minutes. Breast milk output was observed within 24 hours after the massage. Results: The study showed that 75% of mothers in the Oketani group experienced smooth breast milk flow, compared to only 40% in the oxytocin group. The Mann-Whitney test yielded a p-value of 0.027, indicating a significant difference between the two groups. Conclusion: Oketani massage is more effective in facilitating breast milk production and can be recommended as a non-pharmacological intervention for postpartum mothers.

Keywords: Effectiveness, postpartum mothers, Oketani massage, oxytocin massage.

PENDAHULUAN

ASI merupakan sumber nutrisi utama yang dianjurkan bagi bayi, terutama dalam enam bulan pertama kehidupannya. Peran ASI sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Dalam ajaran Islam, pemberian ASI juga memiliki perhatian khusus, sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 233:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُدِيمَ الرِّضَاعَ

“Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan (Qs. Al-Baqarah:233).”

Ayat ini menekankan bahwa menyusui merupakan anjuran penting dalam Islam. Selain bermanfaat bagi kesehatan bayi, pemberian ASI juga memberikan keuntungan bagi ibu, baik secara fisik maupun psikologis. Tidak semua ibu mampu memberikan ASI dengan lancar pasca melahirkan. Salah satu tantangan yang sering dialami ibu saat menyusui adalah produksi ASI yang terhambat pada saat bayi sudah lahir. Agar menyusui dapat berjalan lancar tanpa kendala, ibu perlu melakukan persiapan yang matang, baik secara fisik maupun psikologis (Dita et al., 2022) Cakupan ASI eksklusif di Jawa Tengah tahun 2023 mencapai 80,27%, dimana hal tersebut mengalami penurunan dibandingkan tahun 2022, yaitu sebesar 83,4% (Badan Pusat Statistik, 2023). Sementara di Kota Surakarta sendiri, cakupan ASI eksklusif tercatat lebih tinggi, yaitu 86,4% (Portal Data Jawa Tengah, 2023), menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah memberikan ASI eksklusif. Meskipun cakupan ASI eksklusif cukup baik, masih terdapat 24,6% ibu yang mengalami kesulitan dalam menyusui.

Kendala menyusui seringkali disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kelainan bentuk payudara, operasi caesar, kurangnya pengetahuan ibu tentang cara menyusui, serta pengalaman menyusui sebelumnya (Farhadi, 2020) Akibat kegagalan ini, banyak ibu yang akhirnya berhenti menyusui dan beralih memberikan susu formula sebagai pengganti ASI

Upaya meningkatkan kelancaran ASI, salah satunya dilakukan dengan cara pemijatan (massage), jenis pijat laktasi diantaranya adalah pijat oksitosin, dan pijat oketani. Pijat oketani berfokus pada merangsang aliran darah ke payudara dan melepaskan ketegangan pada jaringan payudara, sehingga meningkatkan produksi ASI, serta membantu mencegah dan mengatasi masalah seperti pembengkakan payudara, dan puting rata (Yasni et al., 2020). Pijat oksitosin dilakukan pada area punggung atas dan leher untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin

melalui stimulasi fisik dapat merangsang produksi ASI, pijatan ini membuat ibu merasa lebih nyaman (Sari et al., 2023)

Berdasarkan observasi yang dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Sampangan, ditemukan bahwa masih terdapat ibu postpartum mengalami kesulitan dalam pengeluaran ASI, upaya stimulasi laktasi umumnya dilakukan melalui edukasi dan pijatan konvensional, namun penerapan pijat oketani dan pijat oksitosin belum menjadi bagian dari prosedur standar di RS PKU Muhammadiyah Sampangan, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti efektivitas pijat oketani dan pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di RS PKU Muhammadiyah Sampangan, guna menambah wawasan mengenai alternatif metode stimulasi laktasi.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan kuasi-eksperimen posttest only control group. Penelitian dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Sampangan pada Mei–Juni 2025. Sampel sebanyak 40 ibu postpartum dengan consecutive sampling, dibagi menjadi dua kelompok (pijat oketani dan pijat oksitosin). Intervensi berupa pijatan 10–15 menit. Instrumen penelitian adalah lembar observasi. Analisis data menggunakan uji Mann-Whitney dengan signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di RS PKU Muhammadiyah Sampangan Surakarta pada 1 Mei hingga 30 Juni 2025, setelah memperoleh 40 responden yang dibagi ke dalam dua kelompok, peneliti memberikan edukasi dan penjelasan mengenai prosedur penelitian kepada masing-masing kelompok intervensi yang diberikan berupa pijat oketani dan pijat oksitosin, masing-masing pada 20 responden dalam setiap kelompok. Pengeluaran ASI diamati pada 24 jam pertama setelah intervensi. Selama pelaksanaan penelitian tidak terdapat responden yang mengalami drop out.

2. Perbandingan pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat oketani

Tabel 4. 1 Data posttest pijat oketani

Hasil Analisa	Oketani
Keluar	15

Tidak Keluar	5
Jumlah	20

Sumber data : Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 20 responden yang diberikan intervensi pijat oketani, sebanyak 15 responden (75%) mengalami pengeluaran ASI setelah dilakukan pijatan, sedangkan 5 responden (25%) tidak mengalami pengeluaran ASI. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu post partum yang diberikan pijat oketani mengalami peningkatan pengeluaran ASI.

Disimpulkan bahwa pijat oketani memiliki efektivitas dalam meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu post partum, meskipun masih terdapat sebagian kecil responden yang belum menunjukkan respon positif.

3. Pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin

Tabel 4. 2 Data posttest pijat oksitosin

Hasil Analisa	Oketani
Keluar	8
Tidak Keluar	12
Jumlah	20

Sumber data : Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 20 responden yang diberikan intervensi pijat oksitosin, sebanyak 8 responden (40%) mengalami pengeluaran ASI, sedangkan 12 responden (60%) tidak mengalami pengeluaran ASI setelah dilakukan pijatan. Hasil ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden.

4. Hasil Analisis efektivitas pijat ketani dan oksitosin (uji Man-Whitney)

Kelompok	N	Media <i>n</i>	P- <i>value</i>
Oketani	20	24.00	0.027
Oksitosin	20	17.00	

Berdasarkan hasil uji efektivitas dengan analisis Man-Whitney menunjukkan nilai p-value sebesar $0,027 < 0,05$, sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok ibu postpartum yang diberikan pijat oketani dan oksitosin terhadap keberhasilan pengeluaran ASI oleh karena itu, H_a diterima H_0 ditolak.

PEMBAHASAN

a. Pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat oketani

Produksi ASI merupakan proses fisiologis kompleks yang dipengaruhi oleh interaksi hormonal, terutama prolaktin dan oksitosin. Permulaan proses laktasi dikenal sebagai laktogenesis, dan terbagi menjadi 2 yaitu laktogenesis I terjadi pada 16 minggu pertama kehamilan, sedangkan laktogenesis II terjadi dalam 30–72 jam postpartum, dipicu oleh penurunan kadar progesteron setelah pelepasan plasenta dan peningkatan kadar prolaktin serta oksitosin. Stimulasi pada payudara atau puting melalui hisapan bayi atau pijatan menjadi faktor penting yang mempercepat proses ini (Geddes & Perrella, 2019)

Pijat oketani merupakan metode yang dikembangkan oleh Sotomi Oketani, yang bertujuan untuk menstimulasi jaringan payudara secara manual guna meningkatkan aliran darah, memperbaiki sirkulasi limfatik, dan memaksimalkan refleks *let-down*. Teknik ini dilakukan dengan pola tekanan tertentu pada area payudara dan areola yang mampu merangsang kelenjar susu dan mempercepat produksi ASI.

Penelitian oleh (Mollaahmetoglu & Guvenc, 2025) membuktikan bahwa pijat payudara selama 10–15 menit dapat meningkatkan volume ASI secara signifikan. Dalam penelitian tersebut, volume ASI meningkat sebesar 7,92% pada hari pertama intervensi, dan total peningkatan mencapai 22,28% selama 3 hari, menunjukkan bahwa pijatan memiliki dampak cepat terhadap produksi ASI.

Hal ini diperkuat oleh (Peng et al., 2024) yang melaporkan bahwa pemijatan payudara secara manual terbukti meningkatkan kadar prolaktin dan mendukung keluarnya ASI dalam 24 jam pertama postpartum, terutama pada ibu dengan kelahiran prematur atau pasca seksio sesarea.

Berdasarkan hasil penelitian ini (Tabel 4.1), terlihat bahwa sebelum dilakukan pijat oketani tidak ada responden yang mengalami pengeluaran ASI. Namun, setelah dilakukan intervensi pijat oketani, sebanyak 15 orang (75%) menunjukkan keberhasilan

pengeluaran ASI, hal ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengeluaran ASI setelah pemberian pijatan.

Efektivitas pijat oketani dalam penelitian ini dapat diasumsikan terjadi karena adanya stimulasi langsung terhadap kelenjar payudara yang memperkuat refleksi *let-down*, meningkatkan aktivitas sel mioepitel, serta mempercepat pelepasan hormon oksitosin dan prolaktin. Intervensi ini sangat bermanfaat terutama pada ibu postpartum awal yang belum mendapatkan stimulasi menyusui yang cukup atau mengalami DOLII.

Kesimpulannya bahwa pijat oketani terbukti efektif dalam pengeluaran ASI bahkan hanya setelah satu kali intervensi. Teknik ini relevan untuk diterapkan sebagai upaya dukungan laktasi dini terutama pada kondisi rawan seperti ibu pasca operasi caesar atau ibu dengan hambatan menyusui lainnya.

b. Pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat oksitosin

Proses produksi dan pengeluaran ASI pada ibu postpartum sangat dipengaruhi oleh dua hormon utama, yaitu oksitosin dan prolaktin. Oksitosin berperan dalam memicu refleksi *let-down* atau pengeluaran ASI dengan merangsang kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara, sementara prolaktin berperan dalam produksi ASI. Stimulasi sensorik seperti sentuhan, isapan bayi, atau pijatan dapat memicu pelepasan oksitosin melalui jalur *neuro endokrin*.

Pijat oksitosin merupakan salah satu teknik yang dirancang untuk merangsang produksi hormon oksitosin melalui sentuhan lembut pada area punggung bagian atas ibu. Meskipun tidak menyentuh langsung payudara, stimulasi pada area toraks atas ini diketahui mampu merangsang sistem saraf parasimpatis dan mempercepat pelepasan oksitosin, sehingga tetap dapat memberikan efek pada pengeluaran ASI (Geddes & Perrella, 2019).

Penelitian terbaru oleh (Astuti et al., 2024) menunjukkan bahwa satu kali sesi pijat oksitosin dikombinasikan dengan dukungan emosional dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin plasma sebesar ± 103 pg/mL dan prolaktin sebesar ± 27 ng/mL pada hari pertama postpartum. Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun sederhana, pijat oksitosin dapat memberikan pengaruh hormonal yang nyata, terutama jika diberikan segera setelah melahirkan.

Berdasarkan hasil penelitian ini (Tabel 4.2), diketahui bahwa sebelum dilakukan pijat oksitosin, seluruh ibu postpartum mengalami ketidaklancaran ASI. Setelah dilakukan

intervensi, sebanyak 8 orang (40%) menunjukkan keberhasilan dalam pengeluaran ASI, sementara 12 orang (60%) masih belum menunjukkan perubahan. Perubahan ini mengindikasikan adanya dampak positif dari intervensi pijat oksitosin meskipun tidak sebesar pijat oketani. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa efek hormonal dari pijat oksitosin bersifat tidak langsung dan mungkin membutuhkan pengulangan sesi untuk hasil yang lebih optimal, terutama pada ibu pasca SC yang cenderung mengalami keterlambatan laktogenesis II.

Adapun asumsi yang dapat ditarik dari hasil ini adalah bahwa satu kali pijatan oksitosin mampu memicu pelepasan hormon, namun efek stimulasi yang tidak langsung pada kelenjar payudara menjadikannya kurang efektif dibandingkan teknik yang memijat langsung area payudara, seperti pada pijat oketani. Namun demikian, pijat oksitosin tetap relevan sebagai alternatif intervensi awal, terutama pada kondisi di mana kontak langsung dengan payudara belum memungkinkan, misalnya pada ibu SC yang masih mengalami nyeri luka operasi.

Kesimpulannya ialah pijat oksitosin dapat meningkatkan pengeluaran ASI meskipun dengan hasil yang lebih terbatas, dan efektivitasnya cenderung meningkat dengan frekuensi atau pengulangan intervensi.

c. Hasil Uji *Man-Whitney*

Produksi air susu ibu (ASI) dipengaruhi oleh stimulasi pada payudara dan pelepasan hormon prolaktin serta oksitosin. Ketika area payudara dirangsang secara langsung, maka refleksi neurohormonal akan bekerja dengan lebih optimal, memicu pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI (Arora et al., 2019). Teknik pijat seperti oketani dan Oksitosin bertujuan untuk meningkatkan refleksi ini, namun dengan pendekatan dan titik pijat yang berbeda. Pijat oketani fokus pada stimulasi langsung area payudara, sedangkan pijat oksitosin lebih terfokus pada punggung atas dan bahu, yang secara tidak langsung memicu pelepasan hormon oksitosin.

Hasil analisis *Man-Whitney* pada penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok pijat oketani memiliki nilai median 24,00 sedangkan pijat oksitosin 17,00 dengan p-value sebesar 0,027 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan efektivitas yang signifikan antara kedua metode terhadap pengeluaran ASI. Teknik pijat yang langsung menstimulasi kelenjar payudara seperti oketani lebih cepat dan efektif dalam

menimbulkan refleks let-down karena adanya rangsangan mekanik langsung yang mempercepat aktivasi saraf sensorik dan hormonal.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian (Amalina, 2022) yang menyatakan bahwa pijat oketani secara signifikan mempercepat onset laktasi dan meningkatkan volume ASI dalam waktu lebih singkat dibanding pijat oksitosin. Selain itu, studi oleh (Mollaahmetoglu & Guvenc, 2025) menyebutkan bahwa pemijatan langsung pada payudara dapat meningkatkan volume ASI hingga 7,92% dalam satu hari setelah sesi pertama. Sementara itu, (Astuti et al., 2024) melaporkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin secara bermakna, namun efeknya terhadap pengeluaran ASI memerlukan beberapa kali pengulangan agar hasilnya optimal. Oleh karena itu, berdasarkan data dan dukungan teori serta penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa pijat oketani lebih efektif dalam meningkatkan pengeluaran ASI dibandingkan pijat oksitosin.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

- a. Pengeluaran ASI pada kelompok pijat oketani menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah dilakukan intervensi. Setelah diberikan pijat oketani, sebanyak 75% responden menunjukkan peningkatan pengeluaran ASI.
- b. Pengeluaran ASI pada kelompok pijat oksitosin juga mengalami peningkatan setelah intervensi, sebanyak 40% menunjukkan pengeluaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin.
- c. Terdapat perbedaan efektivitas yang signifikan antara pijat oketani dan pijat oksitosin dalam pengeluaran ASI. Pijat oketani terbukti lebih efektif dibandingkan pijat oksitosin dalam membantu pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

2. Saran

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, maka peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut :

a. Bagi Ibu Postpartum

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk ibu yang mengalami kendala dalam pengeluaran ASI dengan mempertimbangkan penggunaan metode pijat seperti

pijat oketani dan pijat oksitosin sebagai alternatif alami dan aman untuk memperlancar ASI.

b. Bagi Tenaga Kesehatan (Bidan, Perawat dan Dokter)

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi dan pelayanan laktasi. Teknik pijat oketani khususnya dapat dijadikan salah satu intervensi yang bermanfaat dalam mendukung ibu menyusui, terutama pada masa awal postpartum.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk pengembangan penelitian lebih lanjut terkait efektivitas teknik pijat terhadap produksi ASI. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti status psikologis ibu, dukungan sosial, dan nutrisi, serta menggunakan sampel yang lebih besar dan beragam untuk memperkuat hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R., Prabandari, Y. S., & Sudargo, T. (2020). Hambatan pemberian ASI eksklusif pada ibu bekerja: teori ekologi sosial. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(2), 64. <https://doi.org/10.22146/ijcn.50155>
- Amalina, R. N. (2022). Efektivitas pijat oketani terhadap produksi asi: *systematic literature review*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas* (5).
- Anggraini, F., Erika, & Ade, D. (2022). Efektifitas pijat oketani dan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi air susu ibu (ASI). *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 93–104. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24144>
- Arora, R., Sharma, A., Sharma, U., Girdhar, Y., Kaur, M., Kapoor, P., Ahlawat, S., & Vijh, R. K. (2019). *Buffalo milk transcriptome: A comparative analysis of early, mid and late lactation*. *Scientific Reports*, 9(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-019-42513-2>
- Astari, A. D. (2020). Pijat oketani lebih efektif meningkatkan produksi asi pada ibu postpartum dibandingkan dengan teknik marmet (*Oketani Massage Is More Effective in Increasing Breast Milk Production Compared with Marmet Technique*) <http://prosiding.unimus.ac.id>
- Astuti, D., Rahfiludin, M. Z., Dwidiyanti, M., & Denny, H. M. (2024). *Enhancing oxytocin and prolactin levels to address oligogalactia through emotional management and*

- massage in working mothers. Narra J, 4(3).*
<https://doi.org/10.52225/narra.v4i3.963>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Presentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan asi eksklusif menurut provinsi. <https://www.bps.go.id>
- Buhari, S., Jafar, N., Multazam, A. (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. In *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia* (Vol. 2, Issue 2).
- Dita, O. :, Sasi, K., Devy, S. R., & Bagus Q, M. (2022). Perilaku ibu dalam mengatasi hambatan pemberian ASI. *Jurnal Keperawatan, 20(3)*.
- Farhadi, R. (2020). *Spiritual Aspects of Breastfeeding: A Narrative Review. Journal of Pediatrics Review, 8(4), 229–236.* <https://doi.org/10.32598/jpr.8.4.47.3>
- Gartner, Lawrence, R. A., & Morton, J. . (2019). *Breastfeeding and the use of human milk. In Pediatrics* (Vol. 129, Issue 3). <https://doi.org/10.1542/peds.2011-3552>
- Geddes, D., & Perrella, S. (2019). *Breastfeeding and human lactation. In Nutrients* (Vol. 11, Issue 4). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/nu11040802>
- Herawati, I., & Ma'rifah, N. (2022). Perbedaan pengaruh pijat woolwich dan pijat oksitosin terhadap kelancaran asi pada ibu nifas hari ke 1-3 di PMB Suraily Kab. Bogor. <https://doi.org/10.30604/well.229422022>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman pemberian asi eksklusif. Kemenkes RI. <https://kemkes.go.id/id/>
- Kesumasari, C., Amalia Mansur, M., & Syam, A. (2024). Edukasi manajemen laktasi berbasis islam terhadap pengetahuan dan motivasi ibu hamil *islamic based lactation management on knowledgement on knowledge and motivation of pregnant women.* In *JGMI : The Journal of Indonesian Community Nutrition* (Vol. 13, Issue 2).
- Lawrence, R. A., & Lawrence, R. M. (2020). *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession.* elsevier.
- Mollaahmetoglu, Ş. E., & Guvenc, G. (2025). *The Effect of Breast Massage and Warm Compress Application on Milk Production and Anxiety in Mothers with Premature Newborn: A Randomized Controlled Trial.*
- Mustika Dewi, I., Putri Basuki, P., Wulandari, A. (2024) Pengaruh pijat oksitosin terhadap

- produksi asi pada ibu post partum *Effect of oxytocin massage on breast milk production in post partum mothers.*
<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Novita, E., Murdiningsih, M., & Turiyani, T. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian asi eksklusif di Desa Lunggaian Kecamatan Lubuk Batang Kabupaten OKU Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batang hari Jambi*, 22 (1), 157–165
<https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1745>
- Peng, Y., Zhuang, K., & Huang, Y. (2024). *Incidence and factors influencing delayed onset of lactation: a systematic review and meta-analysis.* In *International Breastfeeding Journal (Vol. 19, Issue 1)*. BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s13006-024-00666-5>
- Portal Data Jawa Tengah. (2023). Persentase bayi usia 0-6 bulan yang mendapatkan asi eksklusif di kota surakarta. <https://data.jatengprov.go.id>
- Putri, V., Sari, U., & Syahda, S. (2020). Pengaruh pijat oketani terhadap produksi asi pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang Kota. 4.
- Riordan, J., & Wambach, K. (2020). *Breastfeeding and human lactation.* jones and barthlett publisher.
- Sari, Ayu N, K, P. (2023). Pengaruh kecemasan terhadap pengeluaran asi pada ibu post partum (Vol. 13, Issue 25).
- Suryani, T. , &, & Puspitasari, D. (2021). Analisis sosial budaya dengan pemberian asi eksklusif.
- WHO. (2023). *Infant and young child feeding model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals.*
- Wijaya, W. (2022). Hambatan pemberian asi eksklusif pada ibu menyusui (*Barrier exclusive breastfeeding on breastfeeding mother.* 6(1).
<https://journal.mbunivpress.or.id/index.php/midwiferyand reproduction>
- Yasni, H., Sasmita, Y. (2020). Pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Lhok Bengkuang Kecamatan Tapaktuan. 8(4).