

IBU BAHAGIA GENERASI SEHAT: PIJAT OKSITOKSIN

Joice Cathryne^{1*}, Alice Pangemanan², Fiorentina Nova³, Juhdeliena⁴, Masrida Adolina⁵
^{1,2,3,4,5}Universitas Pelita Harapan

joice.cathryne@uph.edu; alice.pangemanan@uph.edu; Fiorentina.nova@uph.edu; juhdelienna.fon@uph.edu; masrida.panjaitan@uph.edu

Abstrak

Semua ibu yang memiliki bayi berusia 0-6 bulan wajib memberikan ASI eksklusif sebagai nutrisi utama kepada bayinya. ASI merupakan makanan yang cocok dengan saluran pencernaan bayi hingga usianya 6 bulan. ASI mengandung banyak mengandung antibodi dan zat-zat penting yang diperlukan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Namun masih banyak sekali ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dikarenakan pengeluaran ASI yang sangat sedikit dan bahkan ASI tidak keluar, hal ini akhirnya membuat ibu berinisiatif memberikan bayinya susu formula dan makanan padat lainnya yang tentu saja dapat merugikan bayi dan ibu. Masalah ini dapat diatasi dengan pemberian edukasi pijat oksitoksin. Pemberian edukasi ini sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pijat oksitoksin yang dapat memperlancar dan meningkatkan produksi ASI, sehingga nantinya ibu dapat lancar dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Kegiatan ini berlangsung secara *onsite* dihadiri oleh 23 ibu hamil beserta suaminya. Kegiatan ini dilakukan secara interaktif terdiri dari *pre-test*, *post-test*, pemaparan materi, demonstrasi pijat oksitoksin dan tanya jawab. Melalui kegiatan ini didapati adanya peningkatan rerata pengetahuan 39.2 poin. Pengetahuan yang meningkat diharapkan dapat mendorong para ibu untuk selalu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.

Kata Kunci : asi eksklusif, pijat oksitoksin, pengetahuan

PENDAHULUAN

Bayi yang baru lahir sangat membutuhkan Air Susu Ibu (ASI) sebagai nutrisi pertamanya dan diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Semua ibu baru diharuskan untuk menyusui bayinya secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, hal ini sudah diatur dalam Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33/2012 tentang pemberian ASI eksklusif yang ditetapkan pada 1 Maret 2012 (Detik Health, 2012). Selama enam bulan pertama air susu ibu diberikan secara

eksklusif tanpa menambahkan cairan atau makanan padat lainnya dan setelah 6 bulan ASI tetap dilanjutkan sampai bayi berumur 2 tahun (Putri et al., 2020).

Berdasarkan data dari *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC), di United State diantara bayi yang lahir pada tahun 2019 didapatkan 83.2% bayi hanya sedikit menerima ASI dan hanya 24% bayi yang menerima ASI eksklusif. Di Indonesia hingga triwulan kedua pada tahun 2022 hanya 66% bayi yang menerima ASI eksklusif.

Air susu ibu sangat bermanfaat bagi ibu dan bayi, selain sebagai nutrisi utama, ASI untuk bertumbuh dan berkembang, ASI melindungi bayi dari penyakit infeksi (Couta, G.R Dias, Oliveira, 2020), mencegah obesitas, mencegah resiko alergi, mencegah penyakit endokrin, membantu perkembangan psikomotor dan kesehatan mental bayi, sedangkan bagi ibu, ASI bermanfaat untuk mencegah terjadinya kanker serviks, mencegah kanker payudara, menjarangkan terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan (Antonio et al., 2018), menghilangkan trauma paska melahirkan, mencegah perdarahan paska persalinan, memulihkan organ reproduksi dimasa nifas, membuat kesehatan mental ibu lebih stabil serta membina hubungan ibu dan bayi (Hidayah et al., 2021), meskipun ASI sangat banyak memiliki manfaat, namun menurut data banyak ibu yang tidak memberikan ASI kepada bayinya.

Cakupan ASI eksklusif masih di bawah target nasional di beberapa daerah di Indonesia, seperti Gorontalo hanya 52.75%, Kalimantan Tengah hanya 55.98%, DKI Jakarta hanya 65.63% dan masih banyak lagi daerah-daerah lainnya (Rizaty, 2022). Hal ini disebabkan karena banyak faktor seperti tidak keluarnya produksi ASI, ibu kelelahan, kurang informasi tentang ASI, tidak tahu cara menyusui sehingga mengakibatkan ibu memberikan susu formula kepada bayinya karena khawatir bayinya tidak mendapatkan asupan nutrisi (Rahayuningsih et al., 2016).

ASI yang tidak keluar pada hari pertama hingga hari ketiga setelah melahirkan menjadi hambatan utama ibu diawal menyusui, dan membuat ibu merasa sedih sehingga akhirnya mereka memilih untuk memberikan susu formula kepada bayinya (Isnaini & Diyanti, 2015), diperlukan praktik Inisiasi Menyusui Dini (IMD) untuk membantu merangsang keluarnya ASI yang dibutuhkan bayi (WHO, 2020).

Pada hari pertama setelah melahirkan produksi ASI belum berlimpah dikarenakan hormon prolaktin yang belum bekerja secara maksimal, hal ini membuat ibu merasa cemas dan merasa tidak mampu untuk memberikan ASI. Kecemasan ibu tersebut justru akan semakin menghambat keluarnya ASI, padahal dalam proses menyusui

diperlukan rasa nyaman dan rileks pada ibu (P. Lestari et al., 2021).

Berdasarkan survey 38% Ibu di Indonesia berhenti memberikan ASI kepada bayinya karena suplai ASI yang tidak merata dan tidak mencukupi, yang menyebabkan para ibu khawatir dan berhenti menyusui. Hal tersebut tentu saja akan berdampak pada kurangnya isapan bayi di payudara ibu dan akan menyebabkan hormon oksitoksin dan prolaktin tidak bisa bekerja maksimal dan membuat produksi ASI semakin berkurang (Doko et al., 2019).

Hormon oksitoksin mulai bekerja saat ibu sudah mempunyai keinginan untuk menyusui bayinya, jika *refleks* oksitoksin tidak berfungsi dengan baik, ASI tidak akan keluar, sehingga bayi sulit mendapatkan ASI (Lubis & Angraeni, 2021).

Hormon oksitoksin dapat dirangsang keluar dengan melakukan pijatan oksitoksin setelah melahirkan, tulang belakang kelima hingga keenam adalah titik awal untuk pijat oksitoksin. Salah satu cara untuk mengatasi ketidaklancaran suplai ASI adalah dengan pijat oksitoksin yang dapat dilakukan oleh suami (Sulaeman et al., 2019). Dalam penelitian Saputri et al., yang dilakukannya menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitoksin dan terdapat adanya hubungan antara pijatan oksitoksin dengan pengeluaran ASI, yang ditandai dengan nilai $p=0.008$ (Saputri et al., 2019).

Ibu menyusui membutuhkan dukungan dari petugas kesehatan dan keluarga (Cathryne & Kartika, 2021), terutama dukungan dari pasangan yang merupakan salah satu kunci keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Suami sering beranggapan bahwa urusan menyusui adalah urusan ibu dan bayinya saja sehingga suami menjadi pengamat pasif saja. Dukungan suami diperlukan agar ibu dapat merasa nyaman, senang ketika menyusui (Boediarsih et al., 2021). Jika ibu didukung, dicintai dan diperhatikan, maka akan timbul emosi positif dari dalam diri ibu sehingga meningkatkan produksi hormon oksitoksin untuk kelancaran laktasi. (Doko et al., 2019).

Menurut data capaian pemberian ASI eksklusif di kota Bogor hanya setengah dari jumlah bayi lahir, capaian tertinggi terjadi di tahun 2019 yaitu sebesar 54.7% yang menurun menjadi 53.7% ditahun 2020. Salah satu wilayah di kabupaten

Bogor yang cakupan ASI eksklusifnya masih kurang ada di Desa Citaringgul dan berdasarkan hasil survey dan hasil wawancara dengan staf petugas kelurahan dikatakan bahwa karena sedikitnya jumlah ASI yang dapat dihasilkan oleh banyak ibu saat menyusui secara eksklusif, sehingga mereka malah memberikan susu formula atau makanan padat kepada bayinya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tim kami memandang perlu dilakukan pengabdian Masyarakat (PkM) dengan memberikan informasi tentang pijat oksitoksin bagi ibu hamil. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memperluas pengetahuan ibu hamil mengenai pijat oksitoksin sehingga nantinya setelah melahirkan, ibu dan keluarga dapat mengatasi hambatan dalam menyusui dan ibu tetap dapat memberikan ASI sampai 2 tahun.

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan oleh Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan bekerjasama dengan Kelurahan Desa Citaringgul. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 21 Oktober 2022, pada pukul 09.00 – 11.30 WIB bertempat di aula kantor Desa Citaringgul, dan yang menjadi target peserta dalam kegiatan ini adalah ibu yang sedang hamil, baik sedang hamil pada trimester 1, trimester 2 dan trimester 3 yang berjumlah 23 orang yang didampingi suami atau keluarganya.

Metode ceramah merupakan metode yang digunakan dalam pemberian edukasi pijat oksitoksin dan metode praktik dalam melakukan pijat oksitoksin serta peserta juga mengerjakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*.

Tahapan persiapan dari kegiatan ini adalah pembuatan rencana topik dan proposal kegiatan yang akan diberikan kepada peserta dengan mengkaji masalah yang ada di desa Citaringgul. Hal ini didiskusikan bersama dengan mitra, dan dari hasil pertemuan diperoleh kesimpulan bahwa masalah yang perlu diatasi merupakan masalah atau hambatan dalam pemberian ASI eksklusif yang berfokus pada peningkatan produksi ASI dan kelancaran dalam pemberian ASI eksklusif dengan pijat oksitoksin yang akan dibawakan oleh tim keperawatan. Melalui pemberian edukasi mengenai

pijat oksitoksin diharapkan peserta dapat menerima informasi, memahami dan bahkan dapat mempraktikkan pijat oksitoksin, sehingga target peserta memiliki pengetahuan yang baik mengenai pijat oksitoksin.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan pengabdian Masyarakat ini dimulai pada pukul 09.00 WIB. Kegiatan diawali dengan pembukaan selamat datang oleh pembawa acara, kemudian dilanjutkan dengan kata sambutan yang disampaikan oleh masing-masing perwakilan dari Desa Citaringgul dan Universitas Pelita Harapan. Sebelum pemberian edukasi para peserta melakukan proses registrasi dan melakukan *pre-test* untuk mengukur pemahaman para peserta mengenai pijat oksitoksin, setelah pemberian edukasi diberikan, pemateri melakukan praktik melakukan pijat oksitoksin dan kemudian para suami dan keluarga juga mempraktikkan kembali cara melakukan pijat oksitoksin, kemudian tim PkM membuka sesi tanya jawab seputar materi pijat oksitoksin dan terlihat para peserta sangat antusias, setelahnya para peserta juga mengerjakan soal *post-test* untuk mengukur pemahaman para peserta setelah diberikan edukasi pijat oksitoksin. Tim PkM juga memberikan apresiasi kepada para peserta yang paling aktif, peserta dengan nilai *pre-test* dan *post-test* tertinggi dan juga bagi para peserta yang dapat menjawab pertanyaan dari pemateri seputar edukasi yang diberikan.



Gambar 1. Peserta PkM pijat oksitoksin



Gambar 2. Praktik pijat oksitoksin

Tahapan evaluasi dilakukan diakhir acara kegiatan dengan melakukan pengisian lembaran evaluasi, yang kemudian diikuti dengan pengisian *post-test*, serta melakukan evaluasi nilai *pre-test* dan *post-test*. Manfaat bagi peserta melalui kegiatan ini adalah peserta dapat mengetahui informasi dan mempraktikkan pijat oksitoksin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Partisipan

Tabel 1. menunjukkan bahwa mayoritas peserta PkM ini adalah ibu yang berusia 20-35 tahun sebanyak 21 (91.3%) partisipan dengan pendidikan mayoritas ibu adalah tamatan SMP sebanyak 11 (48%) partisipan. Usia kehamilan ibu mayoritas berada di trimester dua dan trimester ketiga yang masing-masing sebanyak 9 (39.1%) partisipan, dengan kehamilan ibu mayoritas adalah multigravida sebanyak 13 (56.6%) partisipan.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan

Karakteristik	Frekuensi	%
Usia		
20-35	21	91.3
>35	2	8.7
Pendidikan		
Tidak sekolah	2	8.7
SD	2	8.7
SMP	11	48
SMA	7	30.3
Sarjana S1	1	4.3

Usia kehamilan		
Trimester 1	5	21.8
Trimester 2	9	39.1
Trimester 3	9	39.1
Gravida		
Primigravida	10	43.4
Multigravida	13	56.6
Total	23	

Berdasarkan usia, 91.3% berada di usia 20-35 tahun. Hal ini didukung oleh Karlina et al. (2020), dimana 80.2% partisipan berusia 20-35 tahun yang merupakan usia aman untuk hamil, melahirkan dan menyusui (Ramadhini & Kurniati, 2022). Ibu yang hamil diusia 35 tahun merupakan kehamilan beresiko dan produksi ASI diusia 35 tahun keatas akan lebih menurun produksinya (Susanti & Yuliasari, 2019), sedangkan kehamilan yang terjadi sebelum ibu berusia 20 tahun akan membuatnya takut hamil dan melahirkan karena belum siap memiliki anak saat itu (Elsera et al., 2021), hal ini tentu saja akan menghambat ibu dalam pemberian dan pengeluaran ASI.

Partisipan yang mengikuti kegiatan PkM ini mayoritas didominasi oleh tamatan SMP sebanyak 11 (48%). Menurut Jannah et al. menyatakan bahwa pendidikan tidak dapat dijadikan ukuran keberhasilan seseorang dalam menyusui (Jannah et al., 2018). Namun, informasi yang benar dan dapat diterima oleh seseorang tentang proses menyusui sangat menentukan keberhasilan proses menyusui (Bulan et al., 2017). Pendidikan ibu sangat penting untuk menentukan status gizi anak, dengan pendidikan yang baik akan membantu ibu dalam menerima informasi tentang pemberian makanan pada anak (Elsera et al., 2021).

Usia kehamilan dari partisipan, sebagian besar ada di trimester 2 dan trimester 3. ibu hamil trimester 3 melakukan kunjungan untuk mendapatkan informasi atau penyuluhan seputar kehamilan dan persiapan persalinan, mereka lebih sering berkonsultasi dan menerima informasi dari

tenaga kesehatan langsung terkait persiapan dalam proses persalinan (Ariyanti, 2018).

Mayoritas partisipan berada pada kehamilan multigravida ada sebanyak 13 (56.6%), ibu dengan multigravida mempunyai proporsi ASI lebih banyak dibandingkan dengan primigravida, hal ini dikarenakan ibu multigravida sudah pernah pengalaman menyusui sebelumnya. Jika ibu berhasil menyusui pada anak sebelumnya, maka pada anak kedua diharapkan akan lebih berhasil dan keyakinan ibu ini dapat merangsang hormon oksitoksin sehingga ASI dapat keluar lebih lancar (Susanti & Yuliasari, 2019).

Pengetahuan Partisipan

Partisipan dalam kegiatan PkM ini melakukan *pre-test* sebelum dipaparkan materi mengenai pijat oksitoksin yang dapat memperlancar produksi ASI, dan setelah pemaparan materi selesai, pertanyaan yang sama dari *post-test* kembali dijawab oleh peserta. Ada total 23 peserta, dan tabel 2 memberikan ringkasan peningkatan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah penyajian materi.

Tabel 2. Distribusi rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* (n=23)

Partisipan	Rata-rata nilai <i>pre-test</i>	Rata-rata nilai <i>post-test</i>
Edukasi pijat oksitoksin	43.4	82.6

Berdasarkan tabel 2 didapatkan adanya peningkatan rerata pengetahuan dari seluruh partisipan sebesar 39.2 poin, walaupun latar belakang pendidikan partisipan didominasi oleh tamatan SMP sebanyak 11 (48%) tetapi itu tidak menghalangi mereka untuk meningkatkan pengetahuan mereka. Informasi yang benar, jelas dan mudah dimengerti tentang edukasi pijat oksitoksin yang dibawakan pematery dapat diterima dan dimengerti dengan baik dan terbukti dengan nilai rerata *post-test* yang meningkat. Hasil ini sejalan dengan Laondo et al. bahwa setelah

diberikan penyuluhan mengenai pijat oksitoksin kepada ibu hamil dan keluarganya terjadi peningkatan rerata pengetahuan mengenai pijat oksitoksin (Laondo et al., 2021b).

Mayoritas partisipan dalam kegiatan ini sekitar 91.3% adalah ibu hamil yang mempunyai rentang usia normal, yaitu antara 20-35 tahun, yang merupakan usia reproduksi yang aman bagi ibu untuk mengandung, bersalin dan merawat bayi (Ramadhini & Kurniati, 2022). Menurut Notoatmodjo dengan bertambahnya usia seseorang maka pengetahuan seseorang juga akan bertambah (Notoatmodjo, 2014). Produksi dan kelancaran ASI juga dipengaruhi oleh usia ibu. Ibu yang berusia lebih muda akan lebih banyak memproduksi ASI dibandingkan ibu yang berusia lebih tua (Delima et al., 2016). Hal ini didukung oleh Elsera et al. dimana 72% ibu yang berusia direntang 20-25 tahun mengalami peningkatan produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitoksin (Elsera et al., 2021). Semakin bertambahnya usia para ibu juga akan memengaruhi produksi hormon prolaktin dan hormon oksitoksin yang diperlukan dalam pemberian ASI (Saputri et al., 2019).

Kegiatan yang dilakukan di wilayah kerja UPT puskesmas Bae Kudus mendapatkan bahwa 73.9% ibu hamil trimester 3 mempunyai pengetahuan yang baik dan minat yang tinggi untuk memberikan ASI eksklusif, hal ini dikarenakan para ibu hamil trimester 3 mencari informasi tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif melalui lingkungan, media massa, internet dan dalam kelas penyuluhan ibu hamil (I. P. Lestari & Astuti, 2021). Hal ini juga didukung oleh Ariyanti yang menyatakan bahwa ibu hamil dengan trimester 3 melakukan kunjungan kehamilan ke petugas kesehatan untuk mendapatkan informasi seputar persiapan persalinan (Ariyanti, 2018) sehingga rasa cemas dapat berkurang (Praya, 2021). Kunjungan kehamilan dilakukan untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental ibu hamil dalam menghadapi persalinan, masa nifas dan dalam menghadapi persiapan pemberian ASI (Lowdermilk et al., 2013),

tenaga kesehatan perlu mengajarkan pijat oksitoksin kepada ibu dari awal kehamilannya melalui kelas ibu hamil dan diperlukan juga dukungan suami untuk memotivasi ibu memberikan ASI eksklusif dengan memberikan pijatan oksitoksin (Triana et al., 2019).

Pengetahuan yang baik dari para partisipan juga dipengaruhi oleh jumlah kehamilan yang dialami oleh para ibu. Partisipan dalam kegiatan ini 56.6% ibu dengan kehamilan multigravida. Multigravida adalah kehamilan yang dialami oleh ibu hamil lebih dari satu kali (Aspiani, 2017), didapati bahwa sekitar 61.1% ibu hamil dengan riwayat kehamilan mutigravida (Kiftia, 2015), yang sudah memiliki pengalaman dalam menyusui sebelumnya, sehingga dengan pengalaman tersebut diharapkan pemberian ASI dapat berhasil dan produksi ASI dapat melimpah (Susanti & Yuliasari, 2019). Pengalaman menyusui ibu multigravida akan mempengaruhi pengetahuan ibu, dengan pengalaman masa lalu ibu dapat lebih mudah menyerap informasi yang baru diterimanya yang terlihat dalam meningkatnya rerata nilai *post-test* partisipan.

Dengan menyusui secara eksklusif adalah merupakan salah satu faktor untuk mencegah stunting pada bayi, yang dapat mengakibatkan terganggunya pertumbuhan dan perkembangan dari bayi (Pratama & Irwandi, 2021). Oleh karena itu memberikan edukasi mengenai pijat oksitoksin sangat diperlukan agar jumlah ASI dapat meningkat dan para ibu dapat terus memberikan ASI kepada bayinya (Saputri et al., 2019).

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berlangsung dengan baik, lancar, efektif dan sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan para ibu hamil setelah mendapatkan edukasi tentang pijat oksitoksin mengalami peningkatan rerata pengetahuan sebesar 39.2 poin yang dianalisis dari hasil *pretest* dan *post-test*. Berdasarkan hasil

evaluasi yang diperoleh dari peserta, bahwa peserta memahami materi yang diberikan oleh nara sumber.

Diakhir sesi, ibu ketua TP PKK desa Citaringgul menyatakan bahwa edukasi ini sangat penting dan bermanfaat bagi para ibu hamil. Hal ini dikarenakan kegiatan ini sangat jarang dilakukan khususnya mengenai praktik pijat oksitoksin. Topik ini sangat penting dilakukan karena berkaitan dengan kesehatan dan tumbuh kembang bayi. Pihak desa Citaringgul menyampaikan agar melakukan lanjutan dari kegiatan ini kepada para ibu mengenai pentingnya ASI eksklusif.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Pelita Harapan atas dukungannya dalam menyetujui dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan PkM ini dengan nomor PM-27-FoN/VIII/2022. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pimpinan kantor Desa Citaringgul atas kerjasamanya dan telah memberikan ijin serta menyediakan lokasi untuk pelaksanaan kegiatan PkM ini.

REFERENSI

- Ariyanti, I. (2018). Knowledge of Pregnant Women in Connecting With Trimester III Pregnancy in the Working Area of Health Center Cipayung, Year 2016. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 11(1), 762–771.
- Aspiani, R. Y. (2017). *Asuhan Keperawatan Maternitas* (1st ed.). CV. Trans Info Media.
- Boediarsih, B., Astuti, B. W., & Wulaningsih, I. (2021). Dukungan Suami Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui. *Jendela Nursing Journal*, 5(2), 74–82. <https://doi.org/10.31983/jnj.v5i2.7983>
- Bulan, E., Ibu, P., Memiliki, Y., Usia, B., Desa, D. I., Kecamatan, K., & Kabupaten, J. (2017). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Asi*. April, 1–11.
- Cathryne, J., & Kartika, L. (2021). Diet Elimination

- of The Breastfeeding Mother in Treating Allergies on infants Ages 0-12. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 11(3), 122–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.33221/jiiki.v11i03.1347>
- Delima, M., Arni, G., & Rosya, E. (2016). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Puskesmas Plus Mandiangin. *Jurnal Ipteks Terapan*, 9(4), 283–293. <https://doi.org/10.22216/jit.2015.v9i4.1238>
- Detik Health. (2012, April). *Kenapa ASI Eksklusif Wajib Diberikan Selama 6 Bulan?* <https://health.detik.com/ulasan-khas/d-1883596/kenapa-asi-eksklusif-wajib-diberikan-selama-6-bulan#:~:text=Jakarta - Peraturan terbaru menetapkan%2C ibu,yang akan melaksanakan kewajibannya tersebut.>
- Doko, T. M., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin oleh Suami terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.529>
- Elseira, C., Agustiningrum, R., & ... (2021). Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pijat Oksitosin. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, 4, 1453–1464. <https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/viewFile/918/925>
- Isnaini, N., & Diyanti, R. (2015). *Hubungan Pijat Oksitoksin Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung Tahun 2015*. 1(64), 91–97. <https://doi.org/10.33024/jkm.v1i2.551>
- Jannah, M., Kusumawardani, D., & Setyowati, A. (2018). Perbedaan Efek Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Kota Pekalongan. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 3, 50–52. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol3.iss1.27>
- Karlina, K., Budiana, N. G., Surya, G. N. H. W., & Manuaba, I. B. G. F. (2020). Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang preeklampsia di Puskesmas II Denpasar Selatan. *Jurnal Medika Udayana*, 9(8), 59–64. <https://doi.org/10.24843.MU.2020.V9.i8.P11>
- Kiftia, M. (2015). Pengaruh Terapi Pijat Oksitosinterhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Ilmu Keperawatan Universitas Syiah Kuala*, 3(1), 42–49. www.jurnal.unsyiah.ac.id/JIK/article/view/5128/4307
- Laondo, K., Tadale, D. L., Entoh, C., & Longgupa, L. W. (2021a). Pelatihan pijat oksitosin pada keluarga ibu hamil. *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*, 2(1), 12–16. <https://doi.org/1033860/jpbn.v2i1.311>
- Laondo, K., Tadale, D. L., Entoh, C., & Longgupa, L. W. (2021b). Pelatihan pijat oksitosin pada keluarga ibu hamil. *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha*, 2(1), 12–16. <https://doi.org/1033860/jpbn.v2i1.311>
- Lestari, I. P., & Astuti, E. D. (2021). Hubungan pengetahuan ibu hamil trimester III dengan minat pemberian ASI eksklusif. *Sinar Jurnal Kebidanan*, 3(1), 8–14.
- Lestari, P., Fatimah, & Ayuningrum, L. D. (2021). *Pijat Oksitoksin Laktasi Lancar Bayi Tumbuh Sehat* (1st ed.). Elmatara.
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., & Cashion, K. (2013). *Keperawatan Maternitas* (2nd ed.). Elsevier.
- Lubis, D. R., & Angraeni, L. (2021). *Pijat Oksitosin Sebagai Langkah Awal Gentle Breastfeeding*.
- Notoatmodjo, S. (2014). *[Health and Behavioral Science Promotion]*. Rineke Cipta.
- Pratama, M. R., & Irwandi, S. (2021). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Stunting Di Puskesmas Hinai Kiri, Kecamatan Secanggang, Kabupaten Langkat. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 4(1), 17–25. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.65>
- Praya, P. (2021). *Kunjungan rumah bumil resti trimester 3, pastikan persalinan tetap aman*.

- <https://puskesmaspraya.lomboktengahkab.go.id/berita/kunjungan-rumah-bumil-resti-trimester-3-pastikan-persalinan-tetap-aman>
- Putri, A. O., Rahman, F., Laily, N., Rahayu, A., Noor, Syahadatina, M., Yulindasari, F., Sari, Riana, A., Dian, R., & Anhar, Yulia, V. (2020). *Air Susu Ibu (ASI) dan Upaya Keberhasilan Menyusui* (pp. 1–154). cv. Mine.
- Rahayuningsih, T., Mudigdo, A., & Murti, B. (2016). Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production: A study in Sukoharjo Provincial Hospital. *Journal of Maternal and Child Health*, 01(02), 101–109. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2016.01.02.05>
- Ramadhini, M., & Kurniati, C. H. (2022). The Effect of Breast Care and Oxytocin Massage on Breast Milk Production in Postpartum Mothers in the Working Area of Pataruman Public Health Center III Banjar City. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 2, 82–90. <https://doi.org/10.30595/pshms.v2i.227>
- Rizaty, M. A. (2022). *Cakupan Pemberian ASI Eksklusif di 20 Provinsi Ini Masih di Bawah Nasional*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/25/cakupan-pemberian-asi-eksklusif-di-20-provinsi-ini-masih-di-bawah-nasional>
- Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato, I. C. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 2(1), 68–73. <https://doi.org/10.35451/jkk.v2i1.249>
- Sulaeman, R., Lina, P., Mas'adah, M., & Purnamawati, D. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), 10. <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i1.193>
- Susanti, D. R., & Yuliasari, T. R. (2019). Tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang pijat oksitosin untuk memperlancar produksi asi. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 6, 31–37.
- Triana, A., Ardhiyanti, Y., Ismainar, H., & Marlina, H. (2019). The Effect of Oxytocin Massage to Breastfeeding Production of Breastfeeding Mothers. *Engaging Citizens and Higher Education for Innovation and Sustainable Development Goals*, 4(7), 28–30.
- WHO. (2020). *Pekan Menyusui Dunia: UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19*. <https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyerukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menyusui-di-indonesia-selama-covid-19>