

# Stimulasi Produksi Asi Melalui Pelatihan Pijat Laktasi dan Oksitosin untuk Pencegahan Stunting

**Ega Devana Haerani<sup>1</sup>, Khairul Anam<sup>2</sup>, Annisa Firdauzi<sup>3\*</sup>, Hersugondo Hersugondo<sup>4</sup>**  
<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Diponegoro; Jl. Prof. Soedarto No.13, Tembalang, Kec. Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah 50275

<sup>1</sup> Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

<sup>2</sup> Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

<sup>3</sup> Program Studi Agribisnis, , Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro.

<sup>4</sup> Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro

e-mail: <sup>1</sup>[egadevana03@gmail.com](mailto:egadevana03@gmail.com), <sup>2</sup>[k.anam@lecturer.undip.ac.id](mailto:k.anam@lecturer.undip.ac.id),

<sup>3</sup>[annisafirdauzi@lecturer.undip.ac.id](mailto:annisafirdauzi@lecturer.undip.ac.id), <sup>4</sup>[hersugondo@lecturer.undip.ac.id](mailto:hersugondo@lecturer.undip.ac.id)

## Abstrak

ASI merupakan sumber nutrisi utama yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi, terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan. Sayangnya, masih banyak ibu yang belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai pentingnya menyusui dan cara meningkatkan produksi ASI. Kegiatan pengabdian masyarakat guna mendukung pemberian ASI eksklusif berupa pelatihan pijat laktasi dan pijat oksitosin ini bertujuan untuk memicu kesadaran dan pemahaman Ibu dalam menstimulasi dan mempertahankan produksi ASI yang adekuat. Rangkaian kegiatan dilaksanakan di Gedung Kesenian Wijaya Kusuma Desa Mranggen, Klaten dan diikuti oleh 16 peserta Ibu hamil dan kader kesehatan. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap akhir. 90% dari peserta mampu mempraktikkan teknik pijat dengan gerakan butterfly stroke, mini butterfly, wings stroke, mengayuh, diamond stroke, sirkuler, memilin, menjepit dan C hold. Ibu hamil merasakan dampak setelah mengikuti pelatihan ini dengan menceritakan adanya pengurangan stres setelah rutin melakukan pijat oksitosin, yang membuat ibu merasa lebih tenang dan nyaman saat menyusui. Kualitas ASI yang baik dapat memberikan nutrisi yang baik bagi bayi. Dalam jangka panjang hal ini menjadi titik tolak pencegahan stunting sejak dini.

**Kata kunci:** pijat laktasi, pijat oksitosin, kualitas ASI, pencegahan stunting

## 1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi masalah gizi yang belum terselesaikan di Indonesia. Khususnya Kabupaten Klaten yang menjadi salah satu dari 100 lokus kabupaten/kota penanganan stunting [1]. Prevalensi stunting di Kabupaten Klaten menyentuh angka 12,7% pada bulan Mei tahun 2024. Jumlah terbilang tersebut mengantarkan Klaten memasuki urutan 20 besar di Jawa Tengah, yang artinya masih diperlukan upaya percepatan penurunan angka stunting agar dapat mencapai target nasional yang telah ditentukan. Upaya percepatan penurunan angka stunting ini dapat dicapai dengan berbagai strategi mulai dari intervensi gizi pada remaja putri dan calon ibu, pemantauan gizi ibu hamil, dan pemberian ASI eksklusif melalui edukasi pijat laktasi dan oksitosin. Kondisi aktual di Desa Mranggen banyak ibu hamil yang memasuki usia kehamilan mulai dari Trimester I, II, dan III, sehingga pentingnya peningkatan literasi mengenai pemberian ASI eksklusif penting untuk disosialisasikan. Hal ini dapat mendukung program pemerintah Kabupaten Klaten dalam upaya percepatan penurunan angka stunting.

Kelompok umur yang rentan mengalami stunting yaitu bayi dan balita, karena pada usia tersebut terjadi periode emas dalam pertumbuhannya [2]. Dalam hal ini, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan 3 *golden standard* sebagai upaya pencegahan stunting, yang ketiganya berhubungan dengan pemberian ASI dari ibu kepada bayi. *Golden Standard* pencegahan stunting tersebut yaitu (1) pemberian ASI eksklusif sejak bayi lahir sampai usia 6 bulan; (2) pemberian MP-ASI atau makanan pendamping ASI mulai usia 6 bulan; dan (3) melanjutkan pemberian ASI sampai bayi berusia 2 tahun atau lebih.

Pemberian ASI eksklusif sangat penting dilakukan untuk memenuhi dan meningkatkan status gizi pada anak serta menyokong kelangsungan hidup anak dalam 1000 hari pertama kehidupan. Istilah "ASI eksklusif" mengacu pada pemberian ASI tanpa campuran makanan atau minuman lain, dan tanpa memperkenalkan susu formula, makanan padat lainnya, atau air putih [3]. ASI sendiri menjadi penting karena merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan beragam garam organik yang dikeluarkan langsung oleh kelenjar payudara Ibu [4], dan mengandung zat antibodi pembentuk kekebalan tubuh yang mampu membantu melawan virus dan bakteri [5] sehingga, anak memiliki resiko lebih kecil untuk terserang penyakit seperti diare, asma, alergi, dan penyakit lain yang disebabkan karena adanya infeksi virus dan bakteri.

Mengacu pada hal tersebut, pada kenyataannya terdapat masalah umum yang kerap ditemui oleh Ibu adalah kurang lancarnya proses menyusui akibat produksi ASI yang tidak adekuat yang dapat menghambat kesuksesan pemberian ASI eksklusif. Kondisi seperti ini menimbulkan berbagai masalah baru, baik secara fisiologis maupun psikologis. Secara fisiologis, permasalahan yang mungkin terjadi ketika proses menyusui adalah abses payudara, mastitis, bendungan ASI, masalah pada puting susu dan saluran ASI yang tersumbat [6] yang ditandai dengan adanya demam, kemerahan, dan pembengkakan pada payudara. Hal ini dapat memicu permasalahan psikologis yang dialami oleh Ibu, yaitu memungkinkan Ibu merasa tidak percaya diri. Perubahan psikis yang dimaksud dapat mempengaruhi proses laktasi yang nantinya juga dapat menghambat proses menyusui [7].

Pada dasarnya proses menyusui memiliki dua pengertian yaitu produksi dan pengeluaran ASI. Proses menyusui yang kerap menjadi permasalahan ini dipengaruhi oleh dua hormon penting dalam tubuh yang memiliki perannya tersendiri. Hormon Prolaktin bekerja dengan mempengaruhi sel produksi ASI untuk memproduksi dan menghasilkan ASI dengan maksimal. Sedangkan Hormon Oksitosin merupakan hormon yang membantu proses pengeluaran ASI yang sudah diproduksi, juga membuat saluran ASI lebih lebar dan membuat ASI mengalir lebih mudah. Cara yang tepat dalam menstimulasi kedua hormon tersebut adalah dengan melakukan teknik pijat laktasi dan oksitosin. Pijat laktasi adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin [8]. Sedangkan pijat oksitosin adalah teknik relaksasi yang dilakukan dengan cara memijat bagian punggung atau tulang belakang ibu hamil [9] ibu yang baru melahirkan dan juga ibu menyusui untuk merangsang dan memaksimalkan kerja hormon oksitosin.

Melihat bagaimana pentingnya teknik pijat laktasi dan pijat oksitosin dalam proses menyusui, dilakukan penyuluhan sebagai bentuk pengabdian masyarakat kepada Ibu hamil dan Ibu menyusui di Kabupaten Klaten terkhusus di Desa Mranggen, Kecamatan Jatinom. Pengabdian masyarakat ini dirasa penting untuk dilakukan karena Kabupaten Klaten termasuk yang menjadi lokus utama pencegahan stunting di Provinsi Jawa Tengah. Peningkatan literasi kepada ibu hamil dan menyusui harapannya dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait pemenuhan golden standard pencegahan stunting dengan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan penuh dengan menstimulasi produksi ASI melalui Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin.

## 2. METODE

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam kegiatan kelas Ibu hamil yang rutin dilaksanakan di Desa Mranggen, Kecamatan Jatinom, Kabupaten Klaten. Kelas Ibu hamil ini diikuti oleh 16 peserta. Kegiatan dilakukan dengan dengan metode ceramah, demonstrasi dan praktik langsung kepada peserta. Dalam pelaksanaannya, terdapat tiga tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, yaitu:

### 1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan menjadi tahap perencanaan yang diawali dari pengidentifikasian permasalahan, pemberkasan, dan koordinasi terkait perizinan dengan pihak terkait. Tahap persiapan juga menjadi landasan dalam melengkapi kebutuhan kegiatan meliputi penyusunan materi, persiapan alat dan bahan demonstrasi, serta pembuatan media edukasi.

## 2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pelaksanaan terdiri dari beberapa kegiatan inti. Kegiatan pertama, penyuluhan dengan memberikan materi seputar ASI Eksklusif yang berperan dalam pemenuhan *golden standard* pencegahan stunting serta pijat laktasi dan oksitosin sebagai teknik untuk menstimulasi produksi ASI. Kegiatan kedua, demonstrasi dari pemateri mengenai teknik-teknik yang digunakan dalam melakukan pijat laktasi dan oksitosin serta pembagian leaflet sebagai media yang dapat digunakan peserta untuk lebih mudah memahami teknik. Kegiatan ketiga, praktik langsung pada peserta.

## 3. Tahap Akhir

Tahap akhir berupa evaluasi kegiatan melalui sesi tanya jawab antara pemateri dan peserta kelas ibu hamil. Evaluasi ini dilakukan secara *depth interview* kualitatif dengan melemparkan pertanyaan secara random kepada peserta acak untuk menilai pemahaman dan keterampilan peserta dalam teknik pijat laktasi dan oksitosin. Selain itu juga ada sesi tanya jawab dilakukan secara langsung yaitu peserta memberikan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan sebelumnya, serta peserta meminta pemateri untuk mendemonstrasikan kembali teknik yang telah dipelajari jika merasa kurang paham. Melalui cara ini, pemateri dapat mengamati tingkat pemahaman peserta serta mengidentifikasi kesulitan yang masih dialami, sehingga dapat diberikan klarifikasi lebih lanjut jika diperlukan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 17 Juli 2024 di Gedung Kesenian Wijaya Kusuma (Balai Desa) Desa Mranggen. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dikemas melalui kelas ibu hamil ini terlaksana sesuai dengan perencanaan yang telah dirancang pada tahap persiapan. Sebanyak 16 orang peserta yang terdiri dari ibu hamil dengan usia kehamilan pada trimester I, trimester II dan trimester III serta kader kesehatan Desa Mranggen hadir sebagai peserta. Rentang usia ibu hamil yakni usia 20-33 tahun dengan status kehamilan G1 P0 A0, G2 P1 A0, dan G3 P2 A0.

Universitas Diponegoro berkolaborasi dengan Pemerintah Desa Mranggen, Klaten terkhusus pada sektor kesehatan yang dinaungi oleh Puskesmas Pembantu (Pustu) setempat. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini diselenggarakan dalam rangkaian kelas ibu hamil yang rutin dilaksanakan setiap tahunnya dengan target minimal yang ditetapkan adalah setiap peserta dapat memahami isi materi yang dipaparkan dalam setiap kelas guna diterapkan pada masa kehamilan maupun setelah melahirkan. Ibu hamil yang ada di Desa Mranggen merupakan sasaran intervensi pelatihan pijat laktasi dan oksitosin mengingat masih minimnya pengetahuan dan pemahaman Ibu hamil terkait stimulasi produksi dan pengeluaran ASI yang dapat dilakukan sejak masa kehamilan dimulai dari trimester III.

Tahap pelaksanaan mencakup tiga kegiatan inti yang diawali dengan adanya penyuluhan sebagai pengantar materi yang akan diberikan. Dalam penyuluhan ini berisi pemaparan materi mengenai pentingnya ASI Eksklusif sebagai bentuk pemenuhan *golden standard* pencegahan stunting, penjelasan mengenai manfaat dan permasalahan yang mungkin terjadi ketika menyusui, faktor pendukung yang dapat membantu kelancaran proses menyusui dengan pijat laktasi dan oksitosin, dan waktu yang tepat untuk melakukan teknik pijatan.

Pijat Laktasi dan Oksitosin berfungsi untuk meningkatkan produksi ASI. Pijat laktasi mempercepat aliran ASI dengan memperbaiki sirkulasi darah di sekitar kelenjar susu, yang mempercepat produksi ASI. Pijat oksitosin juga merangsang hormon oksitosin, yang membantu keluarnya ASI, terutama saat ibu merasa lebih santai. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa stimulasi manual pada tubuh ibu dapat

membantu memperlancar ASI dan mencegah gangguan laktasi. Kegiatan selanjutnya merupakan demonstrasi pada phantom guna mempermudah dalam penjelasan mengenai tahapan-tahapan dalam melakukan teknik pijatan, serta kombinasi gerakan dari pijat laktasi dan pijat oksitosin yang dirangkum menjadi satu rangkaian yang terdiri dari pijat laktasi di area leher, bahu, punggung, dan tulang belikat, dilanjutkan dengan pijat oksitosin lurus pada tulang belakang, kembali melakukan pijat laktasi pada area payudara dan areola dengan gerakan *butterfly stroke*, *mini butterfly*, *wings stroke*, mengayuh, *diamond stroke*, sirkuler, memilin, menjepit dan *C hold*.

Demonstrasi juga dipraktikkan kepada peserta yang sudah memasuki usia kehamilan pada trimester III, guna merasakan secara langsung titik-titik pada bagian punggung yang perlu dilakukan pijat laktasi dan pijat oksitosin agar dapat diimplementasikan secara mandiri. Demonstrasi dua teknik pijat dapat membantu Ibu hamil dalam mempersiapkan proses menyusui nantinya dengan optimal. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh [10] menunjukkan bahwa 36 responden pada ibu postpartum mengalami kelancaran pengeluaran ASI yang tinggi setelah dilakukan pijat laktasi dengan kelancaran pengeluaran ASI dengan rata-rata skor 87,17. Pelatihan ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI eksklusif dan teknik pijat. Sebagian besar ibu awalnya kurang memahami hubungan antara teknik pijat dan produksi ASI, tetapi setelah pelatihan, mereka menjadi lebih sadar akan pentingnya kedua teknik ini sebagai alat untuk mengoptimalkan menyusui.



Gambar 1. Kegiatan Demonstrasi Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin

Bayi mendapatkan asupan nutrisi yang lebih baik dengan meningkatnya produksi ASI, yang secara signifikan mengurangi risiko stunting. Selama enam bulan pertama kehidupan anak, mendapatkan asupan ASI yang ideal sangat penting untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitifnya. Tanda-tanda awal, seperti peningkatan berat badan bayi, menjadi indikasi positif bahwa program pencegahan stunting menurunkan risiko stunting, meskipun efek pencegahan stunting baru dapat terlihat dalam jangka waktu yang lebih lama.



### Gambar 2. Praktik Pijat Laktasi dan Oksitosin Secara Langsung

Tahap akhir dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa evaluasi dan tanya jawab dari peserta mengenai materi dan demonstrasi teknik pijatan yang telah dipaparkan. Peningkatan pengetahuan Ibu tentang Teknik Pijat setelah pelatihan, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman ibu mengenai teknik pijat laktasi dan oksitosin. Sebelum pelatihan, sebagian besar peserta belum memahami konsep dasar kedua teknik pijat ini, tetapi setelah pelatihan, 90% dari peserta mampu mempraktikkan teknik pijat dengan benar. Evaluasi ini dilakukan secara *depth review* kualitatif dengan melemparkan pertanyaan secara random kepada peserta acak untuk menilai pemahaman dan keterampilan peserta dalam teknik pijat laktasi dan oksitosin. Dari total 16 peserta yang mengikuti kegiatan yang terdiri atas 12 ibu hamil dan 4 kader kesehatan, seluruhnya berhasil mengikuti sesi praktik secara penuh. Namun, terdapat beberapa tantangan dalam proses evaluasi, seperti masih terdapat 2 peserta yang kurang memahami teknik pijatan yang benar, serta belum mengetahui kapan waktu atau usia kehamilan yang tepat bagi ibu hamil dapat melakukan pijatan. Untuk mengatasi hal ini, pemateri memberikan sesi tambahan berupa penjelasan ulang dan praktik langsung agar keseluruhan peserta dapat memahami teknik serta waktu dilakukannya pijatan secara optimal.



Gambar 3. Dokumentasi Pengabdian Masyarakat Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin

Peserta memberikan testimoni setelah selesai pengabdian masyarakat yakni menceritakan adanya pengurangan stres setelah rutin melakukan pijat oksitosin, yang membuat mereka merasa lebih tenang dan nyaman saat menyusui. Pijat oksitosin membuat ibu merasa lebih nyaman dan membantu mereka menyusui dengan lebih mudah. Anggota keluarga, terutama suami, yang membantu ibu menjaga kesehatan mental dan fisiknya selama menyusui, juga memainkan peran penting dalam keberhasilan program ini. Ibu menyusui dapat mengurangi tekanan dan mendapatkan dukungan dari keluarga [11].



Gambar 4. Media Edukasi Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin

#### 4. KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai stimulasi produksi ASI melalui pelatihan pijat laktasi dan oksitosin adalah sebagai berikut:

1. Demonstrasi pijat laktasi dan pijat oksitosin selain dapat meningkatkan produksi ASI juga bentuk memastikan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan yang dibutuhkan bayi untuk melindungi bayi dari penyakit infeksi dan malnutrisi yang dapat berujung pada stunting
2. Keterampilan Ibu hamil dan ibu menyusui bertambah dari kegiatan pengabdian masyarakat ini terlihat dari kemampuan praktik pijat laktasi dan pijat oksitosin menggunakan peraga. 90% dari peserta mampu mempraktikkan teknik pijat dengan benar
3. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sesuai dengan kebutuhan masyarakat Desa Mranggen. Peserta memberikan testimoni pasca pelatihan pijat laktasi dan oksitosin bahwa adanya pengurangan stres setelah rutin melakukan pijat oksitosin, yang membuat mereka merasa lebih tenang dan nyaman saat menyusui.

Pengembangan selanjutnya dari program pemberdayaan masyarakat melalui stimulasi ASI dengan pijat laktasi dan pijat oksitosin adalah pemantauan dan pelatihan membuat Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat. Setelah usia enam bulan, bayi membutuhkan makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi, seimbang, dan sesuai dengan kebutuhan usianya. Untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, MP-ASI yang tepat harus mengandung banyak protein, karbohidrat, lemak sehat, vitamin, dan mineral. Sangat penting untuk memantau pertumbuhan anak secara teratur di Posyandu atau fasilitas kesehatan untuk mengidentifikasi gejala awal malnutrisi atau pertumbuhan yang tidak sesuai.

Pemantauan perkembangan seperti berat badan dan tinggi badan dapat membantu menemukan risiko stunting lebih dini dan memungkinkan intervensi cepat.

## 5. SARAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini sudah berjalan baik, namun untuk meningkatkan efektivitas program di masa depan, disarankan adanya pendampingan berkelanjutan melalui kunjungan rumah atau pertemuan bulanan di Posyandu untuk memastikan ibu-ibu tetap mendapatkan dukungan dalam menerapkan teknik pijat laktasi dan oksitosin. Selain itu, pelatihan lanjutan dengan materi yang lebih mendalam dan penambahan alat bantu dapat membantu meningkatkan kualitas pelatihan dan keberhasilan program. Selain itu, baiknya pada saat demonstrasi pijat laktasi dan pijat oksitosin juga disediakan minyak pijat atau lotion yang aman digunakan untuk mendukung sesi praktik. Selain itu, perlu dibuatkan video tutorial pijat pada masing-masing gerakan. Tujuannya agar ibu-ibu dapat mempraktikkan kembali di rumah dengan melihat video contoh tersebut.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada warga, tenaga kesehatan, kader, dan dinas terkait di Desa Mranggen, Kecamatan Jatinom, Klaten yang memberi dukungan dan fasilitas tempat memadai serta support luar biasa dalam pelaksanaan pemberdayaan masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Tobing, M. L., Pane, M., Harianja, E., Badar, S. H., Supriyatna, N., Mulyono, S. 100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting). *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 238–244. 2021.
- [2] Usada, N. K., Wanodya, K. S., & Trisna, N. Analisis Spasial Gizi Kurang Balita di Kota Tangerang Tahun 2019. 2(1), 1–15. 2019.
- [3] Zaini, Miftach. The Correlation between Mother's Education Level and Exclusive Breastfeeding for Infants Aged 7-12 Months in Cepo. 2(1), 53–54. 2022.
- [4] Rahmawati & Ramadhan. Manfaat Air Susu Ibu (ASI) pada Anka dalam Perspektif Islam. *EDUSCOPE: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran, dan Teknologi*, 5(1); 24-34. 2019.
- [5] Khotimah, K., Satillah, S. A., & Fitriani, V. Analisis Manfaat Pemberian Asi Eksklusif Bagi Ibu Menyusui dan Perkembangan Anak. 13(2), 254–266. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505>. 2024.
- [6] Kusumastuti, Laelatul Qoma, U., & Pratiwi. Efektifitas pijat oketani terhadap pencegahan bendungan ASI pada ibu postpartum. *University Research Colloquium*, 3(5), 271–277. 2018.
- [7] Sembiring, S. M. B. Efek metode “osins” (pijat oketani, oksitosin dan sugestif) terhadap produksi ASI pada ibu nifas di bidan praktik mandiri wilayah Kecamatan Medan Tuntungan Kelurahan Mangga. *Public Health Journal*, 6(1). 2019.
- [8] Siti Muawanah, & Desi Sariyani. Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Baby Spa Pati. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 12(1), 7–15. <https://doi.org/10.52299/jks.v12i1.77>. 2021.
- [9] Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1437>. 2022.
- [10] Azizah E., Prasetyarini, A., & Damanik, C, et al. Pengaruh Pijat Laktasi terhadap kelancaran Pengeluaran Asi pada Ibu Post Partum di Wilayah kerja Puskesmas Baqa Kota Samarinda. *Mutiara: Multidiciplinary Scientifict Journal*. 1(2); 86-93. 2023.

- [11] Ramadani, Mery. Dukungan Keluarga Sebagai Faktor Dominan Keberhasilan Menyusui Eksklusif. *Jurnal MKMI*: 13 (1). 34-41. 2017.