
**EFEKTIFITAS PIJAT OKSITOSIN DAN ENDORPHIN PADA PENGELUARAN
ASI IBU POSTPARTUM DI PUSKESMAS ALIANYANG
KOTA PONTIANAK**

Henny Fitriani^{1✉}, Jehani Fajar Pangestu², Eqka Hartikasih³

^{1,2,3} Jurusan Kebidanan , Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia

Email : hennyfit0784@gmail.com

Info Artikel

Kata Kunci:
ASI, Pijat Oksitosin dan
Endorphine

Abstrak

Latar Belakang: Program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) merupakan salah satu prioritas pembangunan Indonesia, untuk itu perlu adanya upaya pembangunan inovatif yaitu investasi kesehatan gizi salah satunya ASI Eksklusif (Perinasia, 2013). Faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI adalah pengeluaran ASI yang sedikit. **Tujuan:** Menganalisis efektivitas pijat oksitosin dan endorpin pada pengeluaran ASI ibu postpartum di Puskesmas Alianyang Kota Pontianak. **Metode:** Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian *Quasi Experiment*. Rancangan yang digunakan adalah *pretest posttest one group design*. Teknik Sampling menggunakan *purposive sampling* didapatkan sampel 16 orang. **Hasil:** Pada penelitian ini didapatkan sebelum diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorphine nilai mean 9,906. Jumlah pengeluaran ASI ibu nifas sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorphin didapatkan nilai mean 20,625. Hasil analisis bivariat menggunakan uji wilcoxon nilai $P=0,000 < 0,05$, terdapat perbedaan peningkatan jumlah pengeluaran ASI ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa diberikan pijat oksitosin dan endorpin di Puskesmas Alianyang Kota Pontianak. **Kesimpulan:** Terdapat perbedaan jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorphin di wilayah kerja Puskesmas Alianyang Kota Pontianak.

**EFFECTIVENESS OF OXYTOSIN AND ENDORPHIN MASSAGE IN OUTPUT
BREAST MILK POSTPARTUM WOMEN IN ALIANYANG HEALTH
CENTER PONTIANAK CITY**

Article Info

Keywords:
ASI, Oxytosin dan
Endorphin Massage

Abstract

Background: The Maternal and Child Health Program (MCH) is one of Indonesia's development priorities, for this reason there needs to be an innovative development effort that is nutritional health investment (exclusive breastfeeding) (Perinasia, 2013). The mother factor that becomes a problem in breastfeeding is little expenditure of breast milk. **Purposes:** To analyze the effectiveness of oxytocin and endorphin massage on the expenditure of postpartum breastmilk in Alianyang Health Center in Pontianak. **Method:** This research is a Quasi Experiment type of research. The design used is a pretest posttest one group design. Sampling technique uses purposive sampling with 16 sample. **Results:** In this study obtained before the intervention was given in the form of oxytocin massage and endorphine mean value of 9,906. The amount of postpartum breastmilk expenditure after intervention in the form of oxytocin and endorphin massage obtained a mean value of 20.625. The results of bivariate analysis using Wilcoxon test value of $P = 0,000 < 0.05$, there is a difference in the increase in the amount of postpartum breastmilk expenditure before and after the intervention is given in the form of oxytocin and endorphin massage at Alianyang Health Center in Pontianak. **Conclusion:** There is a difference in the amount of breastmilk expenditure for postpartum mothers before and after the intervention is given in the form of oxytocin and endorphin massage in the working area of Alianyang Puskesmas Pontianak City.

PENDAHULUAN

ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja pada bayi 0-6 bulan tanpa pemberian tambahan cairan lain seperti susu formula, air jeruk, madu, air teh, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biskuit, dan nasi tim (Haryono dan Setianingsih, 2014). ASI merupakan susu segar dan steril yang diproduksi langsung oleh ibu dan dapat mengurangi gangguan pencernaan, dibandingkan dengan makanan lain jika ditelan oleh bayi. ASI tidak hanya akan meningkatkan kekebalan tubuh secara alami, tetapi juga akan membentuk jalinan kasih sayang (Ahn, 2011).

Pijat oksitosin dan endorphine merupakan salah satu cara untuk memperlancar produksi dan pengeluaran ASI dihari-hari pertama setelah melahirkan. Pijat oksitosin dan endorphine yaitu pijatan yang dilakukan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costaekelima* atau keenam. Efek dari pijatan disekitar area ini yakni akan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga tidak menghambat sekresi hormon prolaktin dan oksitosin. Berdasarkan penelitian oleh Faizatul Ummah (2014), pengeluaran ASI pada ibu pasca salin normal yang diberikan pijat oksitosin rata-rata lebih cepat (6,21 jam setelah bayi lahir) dibandingkan ibu pasca salin normal yang tidak diberikan pijat oksitosin (8,93 jam setelah bayi lahir). Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar setiap ibu bersalin disamping dilakukan inisiasi menyusui dini juga diberikan pijat oksitosin minimal 2 jam setelah melahirkan untuk mempercepat pengeluaran ASI sehingga pemberian ASI eksklusif dapat terwujud.

World Health Organization (WHO) mengeluarkan standar pertumbuhan anak yang kemudian diterapkan diseluruh belahan dunia. Isinya adalah menekankan pentingnya pemberian ASI saja kepada bayi sejak lahir sampai usia 6 bulan, ini berarti bahwa bayi hanya menerima ASI dari ibu, tanpa tambahan cairan atau makanan padat lain. WHO menetapkan bahwa target ditahun 2025 sekurang-kurangnya 50% dari jumlah bayi dibawah usia enam bulan diberikan ASI Eksklusif (WHO, 2016). Data *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menjelaskan bahwa hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara eksklusif selama 6 bulan pertama dari than 2007-2014. Di Asia Tenggara capaian ASI eksklusif menunjukkan angka tidak banyak berbeda. Sebagai perbandingan, cakupan ASI eksklusif di India mencapai 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27% dan Myanmar 24%. Anak-anak yang mendapatkan ASI eksklusif empat belas kali lebih mungkin untuk bertahan hidup dalam enam bulan pertama kehidupan dibandingkan anak yang tidak disusui. Mulai menyusui pada hari pertama setelah

lahir dapat mengurangi resiko kematian bayi baru lahir hingga 45% (UNICEF, 2016).

Ketua Sentra Laktasi Indonesia (SLI), Roesli (2011) mengatakan bahwa kemungkinan meninggalnya bayi akibat terserang berbagai penyakit infeksi akan lebih mudah terjadi jika seorang ibu yang baru melahirkan tidak segera memberikan Air Susu Ibu (ASI) kepada bayinya. Salah satu kematian bayi dan balita tersebut adalah faktor gizi, dengan penyebab antara lain karena buruknya pemberian ASI eksklusif. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2013) angka cakupan ASI ini jelas dibawah target WHO yang mengharuskan cakupan ASI minimal 50%.

Menurut data profil kesehatan Indonesia 2016 tentang cakupan ASI eksklusif secara nasional pada bayi 0-5 bulan sebesar 54,0%, dan bayi sampai usia enam bulan adalah sebesar 29,5%. Pada sidang Kesehatan Dunia ke-65, negara-negara anggota WHO menetapkan bahwa target di tahun 2025 sekurang-kurangnya 50% dari jumlah bayi dibawah usia 6 bulan diberikan ASI eksklusif. Survei di Indonesia melaporkan bahwa 38% ibu berhenti memberikan ASI karena kurangnya produksi ASI. Air susu ibu yang tidak lancar menjadikan ibu merasa cemas dan menghindari untuk menyusui dan berdampak pada kurangnya isapan bayi, hal tersebut mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga produksi ASI semakin menurun, sehingga ibu mengambil langkah berhenti menyusui dan mengganti dengan susu formula. Menyusui dapat berperan dalam menurunkan angka kematian anak (Kemenkes RI, 2017).

Faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI adalah pengeluaran ASI. Masalah pengeluaran ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh berkurangnya rangsangan hormon oksitosin. Fakta menunjukkan bahwa cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis. Persiapan ibu secara psikologis sebelum menyusui merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan menyusui (Wiji, 2013). Saat ini seiring dengan berkembangnya ilmu pengetahuan beberapa metode dikembangkan salah satunya dalam memicu pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu masa nifas dan menyusui, tetapi hanya sebatas untuk ibu dengan kasus bendungan payudara (Widayanti dan Wiwin, 2014).

Massase endorphin digunakan sebagai alternatif cara memberikan kenyamanan untuk rasa nyeri pada persalinan. Selama ini endorphin sudah dikenal sebagai zat yang banyak manfaatnya. Beberapa diantaranya adalah, mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stres, serta

meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Mongan, 2009).

Seorang ahli kebidanan, Constance Palinsky, tergerak untuk menggunakan endorphin untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang akan melahirkan. Diciptakanlah *Endorphin Massage*, yang merupakan teknik sentuhan serta pemijatan ringan, yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu. Terbukti dari hasil penelitian, teknik ini dapat meningkatkan pelepasan zat oksitosin (Mongan, 2009).

Endorphin dalam tubuh bisa dipicu munculnya melalui berbagai kegiatan, seperti relaksasi, meditasi dan memberikan sugesti / afirmasi positif pada ibu. Rasa percaya diri dan keyakinan yang kuat dalam pemberian ASI dapat distimulasi dengan pemberian sugestif / afirmasi positif pada ibu, terutama di hari-hari pertama proses menyusui. Dengan perasaan rileks, bahagia dan percaya diri, air susu akan keluar dengan lancar (Mongan, 2009).

Masalah yang muncul akibat kegagalan ASI eksklusif yang ibu ungkapkan seperti bayinya sering menangis atau menolak menyusu. Sering diartikan bahwa ASInya tidak cukup, sehingga sering menyebabkan diambilnya keputusan untuk menghentikan menyusui (Widaynti dan Wiwin, 2014). Alternatif atau tindakan dalam meningkatkan Produksi ASI salah satunya pijat oksitosin, dimana pijat oksitosin ini tindakan atau intervensi untuk merangsang hipofisis anterior dan posterior sehingga mengeluarkan hormon oksitosin (Prasetyo, 2012).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Aliyayang sejak bulan Januari sampai Desember 2019 tercatat ibu yang melahirkan di Wilayah Puskesmas Aliyayang berjumlah 349 dan semua ibu yang tidak terdapat kontra indikasi untuk menyusui, semua di ajari menyusui yang benar pada bayinya dan di beri penyuluhan tentang ASI eksklusif. Puskesmas Aliyayang memiliki program kelas ibu yang dilaksanakan pada Ante Natal Care (ANC). Adapun materi yang disampaikan pada kelas ibu yaitu kesiapan psikologis dalam menghadapi kehamilan dan persiapan persalinaan, bagaimana cara menjaga kesehatan masa nifas, cara menyusui yang benar, perawatan payudara untuk memperbanyak ASI dan pendidikan kesehatan gizi. Dengan harapan semua ibu bisa memberikan ASI eksklusif pada bayinya, tetapi ketika saat kontrol hari ke 7, 42 % ibu (data poli gizi) sudah membawa botol dengan susu formula untuk bayinya dengan alasan bahwa bayinya rewel karena ASI keluarnya sedikit. Dimana target bayi kurang dari 6 bulan mendapatkan ASI di Puskesmas Aliyayang tahun 2019 adalah 47%

(Profil Kesehatan Puskesmas Aliyayang 2019).

METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian *Quasi Experiment*. Rancangan yang digunakan adalah *pretest posttest one group design*. Penelitian ini dimulai tanggal 15 Februari sampai 11 Maret. Populasi persalinan di Puskesmas Aliyayang 56 orang dan ibu yang memenuhi syarat diambil sampel sebanyak 16 orang sesuai dengan kriteria inklusi. Teknik Sampling menggunakan *purposive sampling*. Instrumen Penelitian yang digunakan adalah prosedur pijat oksitosin dan endorphine sebagai panduan dalam melakukan intervensi kepada responden, *baby oil* dan gelas ukur. Hasil intervensi dituangkan dalam lembar observasi. Analisis data bivariate peneliti melakukan uji *wilcoxon*. Pada penelitian ini data dianalisis dengan menggunakan komputer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini adalah ibu *post partum* 4 hari yang menyusui bayinya di Wilayah Kerja Puskesmas Aliyayang Kota Pontianak. Penelitian ini memperoleh data karakteristik responden berupa usia ibu, paritas, Pendidikan terakhir dan pekerjaan ibu. Adapun karakteristik dan distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Paritas, Pendidikan Terakhir dan Pekerjaan Ibu Nifas

Variabel	Frekuensi (Σ)	Persentase (%)
Usia Ibu		
< 20 Tahun	1	6,25
20 – 35 Tahun	15	93,75
Paritas		
Primipara	5	31,25
Multipara	8	50,00
Grande Multipara	3	18,75
Pendidikan Terakhir		
SMA	9	56,25
Diploma III	5	31,25
Sarjana	2	12,50
Pekerjaan Ibu		
IRT	8	50,00
Swasta	8	50,00

Berdasarkan tabel 5.1 diatas diperoleh bahwa ibu nifas dalam penelitian ini hampir seluruhnya berusia 20-35 tahun yaitu 15 responden (93,75%). Paritas ibu sebagian multipara yaitu 8 responden (50,00%). Pendidikan terakhir ibu nifas sebagian menempuh pendidikan hingga Sekolah Menengah Atas (SMA) yaitu

sebanyak 9 responden (56,25%) dan sebagian responden tidak bekerja atau ibu rumah tangga sebanyak 8 orang (50,00%).

Uji normalitas data pada penelitian ini menggunakan uji *Saphiro-Wilk* karena jumlah responden < 50. Hasil uji normalitas didapatkan data tidak berdistribusi normal dengan nilai signifikan jumlah pengeluaran ASI ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin < 0,05 sehingga analisis statistik pada penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* dengan bantuan komputersisasi.

Tabel 2. Distribusi Skala Jumlah Pengeluaran ASI Ibu Nifas

Variabel	Jumlah Pengeluaran ASI Ibu Nifas						
	n	Min	Max	Median	SD	Sel. Med	Nilai p
Jumlah Pengeluaran ASI							
Sebelum	16	3	50	6,50	11,3	10,500	0,000
Sesudah	16	7	79	17,0	16,9		

*Uji *Wilcoxon*

Berdasarkan menunjukkan bahwa jumlah pengeluaran ASI ibu nifas sebelum diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin nilai median 6,500, nilai min-max (3 – 50), nilai mean 9,906 dan SD 11,3376. Jumlah pengeluaran ASI ibu nifas sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin didapatkan nilai median 17,000, nilai min-max (7 – 79), nilai mean 20,625, dan SD 16,9740. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan median jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas di Puskesmas Aliyayang Kota Pontianak diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin dengan selisih nilai median 10,500.

Standar deviasi (SD) adalah sebaran nilai sampel dalam analisis statistik. Semakin besar nilai SD maka akan semakin baik dari data sebelumnya. Standar Deviasi sebelum diberikan intervensi dari penelitian ini dari 11,3376 dan meningkat menjadi 16,9740 sesudah diberikan intervensi, artinya terdapat peningkatan jumlah pengeluaran ASI ibu nifas setelah diberikan pijat oksitosin dan endorpin.

Pada table 5.3 diatas dapat dilihat pula *P value* = 0.000 artinya nilai *P* < 0.05. maka dapat disimpulkan *H0* ditolak dan *Ha* diterima atau terdapat perbedaan peningkatan jumlah pengeluaran ASI ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa diberikan pijat oksitosin dan endorpin di Puskesmas Aliyayang Kota Pontianak.

Gambaran jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas sebelum diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perubahan jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Aliyayang Kota Pontianak, dimana jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 16 ibu nifas. Berdasarkan hasil identifikasi jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas sebelum diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin didapatkan nilai median 6,500, nilai min-max (3 – 50), nilai mean 9,906, dan SD 11,3376.

Menurut Maritalia (2014), laktasi atau menyusui mempunyai dua pengertian, yaitu produksi asi (prolaktin) dan pengeluaran asi (oksitosin), proses laktasi tidak terlepas dari pengaruh hormonal, adapun hormon-hormon yang berperan yaitu: progesteron, estrogen, FSH, LH, prolaktin, Oksitosin dan HPL. Pijat oksitosin dan endorphine merupakan salah satu cara untuk memperlancar produksi dan pengeluaran ASI dihari-hari pertama setelah melahirkan (Rahayu, 2016).

Menurut Lun, et al (2002) dalam *European Journal of Neuroscience* (2011), tentang pengeluaran produksi ASI akan meningkat dengan dilakukan pemijatan berulang dan akan tambah reaksinya setelah 6-12 jam. Untuk meningkatkan produksi oksitosin dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu melalui oral, intranasal, intramuscular, maupun dengan pemijatan yang merangsang keluarnya hormon oksitosin. (Lun, et al, 2002).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ari Fatmawati (2018) dimana pada masa nifas ibu mengalami berbagai faktor yang mempengaruhi proses laktasi dimana faktor tersebut yaitu usia, paritas, pola istirahat dan makanan bergizi. Dari hasil penelitian tersebut juga tergambar bahwa faktor tersebut mempengaruhi produksi ASI, sehingga tidak mengherankan pada awal proses menyusui atau masa nifas pengeluaran ASI ibu sedikit.

Gambaran jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin.

Hasil identifikasi jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin didapatkan nilai median 17,000, nilai min-max (7 – 79), nilai mean 20,625, dan SD 16,9740. Hal ini sesuai dengan teori bahwa pijat dan endorpin memberikan banyak manfaat dalam proses menyusui, diantaranya adalah mengurangi stress

pada ibu nifas dan mengurangi nyeri pada tulang belakang juga dapat merangsang kerja hormon oksitosin dan endorpin (Handayani dan Astuti, 2016).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Mukhodim, dkk (2016), dimana hasil analisis uji statistik *chi-square* didapatkan bahwa nilai $t_{hitung} 9,22 > t_{tabel} 3,84$. Ada perbedaan antara produksi ASI ibu post partum setelah mendapatkan pijat oksitosin. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wiwin Widayanti, (2014) dimana terdapat perbedaan yg sangat signifikan pengeluaran ASI antara kelompok perlakuan metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorpin, Oksitosin, dan Sugestif) dan tanpa perlakuan, dengan nilai $p\text{ value } 0,000 < \alpha (5\%)$ Metode SPEOS dianggap lebih efektif untuk ibu nifas dengan masalah pengeluaran ASI dengan RR 3,667.

Jumlah pengeluaran ASI ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin.

Analisis statistik pada penelitian ini menunjukkan hasil bahwa adanya perbedaan jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin di wilayah kerja Puskesmas Aliyayang Kota Pontianak dengan nilai $p=0,000$).

Menurut Rahayu (2016), pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrata) sampai tulang costae kelima sampai keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Rahayu, 2016). Pijat punggung pada cervical 5-6 sampai setinggi tulang belikat bagian bawah menggunakan ibu jari tangan dengan gerakan melingkar kecil pada kedua sisi tulang punggung selama 2-3 menit dan dilakukan pijat 3 kali dalam 24 jam akan memberikan kenyamanan dan membuat ibu rileks sehingga merangsang pengeluaran hormon endorfin serta dapat menstimulasi refleksi oksitosin sehingga akan memperlancar pelepasan ASI dan produksi ASI (Mahmudah dan Khayati, N, 2013).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Tutik Hidayati, Iis Hanifah tahun 2019 dimana hasil penelitian didapatkan setelah dilakukan pijat oksitosin ASI lebih cepat keluar daripada tidak dilakukan pijat oksitosin. Penelitian ini menggunakan desain pra eksperimen dengan metode *one group pre test post test design*. Populasinya adalah seluruh ibu yang menyusui bayi usia 0-6 bulan. Teknik sampling

yang digunakan adalah total sampling. Analisa data menggunakan wilcoxon diperoleh hasil $\rho=0,000$, sehingga $\rho < \alpha = 0,05$, maka ada pengaruh Penerapan Metode Masase Endorpin dan Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan.

PENUTUP

Terdapat perbedaan jumlah pengeluaran ASI pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa pijat oksitosin dan endorpin di wilayah kerja Puskesmas Aliyayang Kota Pontianak

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M, Rehana dan Jaya, H. 2011. *Efektifitas Massase Rolling terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Operasi Sectio Caesarea di RS Muhammadiyah Palembang*.
- Bobok, Lowdermilk, Jense. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta; EGC.
- Budiati, Tri. 2009. *Efektivitas Pemberian Paket Sukses ASI Terhadap Produksi Ibu Menyusui dengan seksio sesaria*
- Dharma, Kelana. K. 2015. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Trans info Media; Jakarta
- Dinas kesehatan Kalbar. 2017. *Profil kesehatan provinsi kalimantan Barat*. Pontianak; Dinas Kesehatan Kalimantan Barat
- Gunawan, Joko. 2017. *Buku Saku Metodologi Penelitian Kesehatan*, Sulawesi Tenggara; Violet Indah Sejahtera. Diakses tanggal 14 November 2018
- Handayani, Esti, dan Pujiastuti, Wahyu. 2016. *Asuhan Holistik Masa Nifas dan Menyusui*, Yogyakarta; Trans Medika.
- Hanum, Purwanti dan Khumairoh. 2015. *Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Prosuksi ASI*.
- Hidayat, A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan & teknik analisis Data*. Jakarta : Selemba Medika.
- Husniyah, Musyrifatul dan Subiyatun, Sri. 2016. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas Di Puskesmas Jetis Kota Yogyakarta*.
- Kemenkes RI, Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif. Jakarta : Kemenkes RI.
- _____. 2017. *Data dan Informasai Profil Kesehatan Indonesia* . Jakarta; Kementerian Kesehatan RI
- Kodrat. L. 2010. *Dahsyatnya ASI dan Laktasi Untuk Kecerdasan Buah Hati Anda*, Yogyakarta ; Media Baca.
- Mahmudah dan Khayati, N, 2013. *Produksi ASI*

- Ibu Post Seksio Sesarea yang dilakukan Pijat Oksitosin dan Oksitosin.* Fakultas Ilmu Kesehatan Semarang Universitas Semarang.
- Maita, Liva. 2016. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di BPM Ernita, Amd.Keb Pekanbaru.*
- Maritalia, Dewi. 2014. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*, Yogyakarta; Pustaka Pelajar.
- Marmi. 2012 . *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*, Yogyakarta; Pustaka Pelajar.
- Maryunani, Anik. 2015. *Asuhan Ibu Nifas dan Asuhan Ibu Menyusui*, Bogor; In Media.
- Mayasari, Susanti dan Livana PH 2017. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui*. Diakses tanggal 2 November 2018
- Monika, F.B. 2014. *Buku Pintar ASI dan Menyusui*, Jakarta Selatan; Mizan Publika
- Notoadmodjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta; PT Rinkes Cipta.
- Pilaria, Ema dan Sopiatur, Rita. 2017. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum DI Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram Tahun 2017*. Jurnal Kedokteran Yarsi
- Rahayu, Anik Puji. 2016. *Panduan Keperawatan Maternitas*, Yogyakarta; Deepublish.
- Sugiyono, 2011. *Statistika untuk Penelitian*. Jakarta: Alfabeta
- Syafitri, N.W, dkk. 2015 *Pijat Punggung dan Percepatan Penegeluaran ASI Pada ibu Post Partum*. Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia Volume 1, No 2.
- Wiji, R.N. 2013. *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta; Nuha Medika