



JM

Volume 12 No. 1 (April 2024)

© The Author(s) 2024

PIJAT OKETANI MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA MASA POSTPARTUM

**OKETANI MASSAGE INCREASES BREAST MILK PRODUCTION IN
POSTPARTUM PERIOD**

**ERLA WIDIAWATI, KURNIYATI, WENNY INDAH PURNAMA EKA SARI
PRODI D IV KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
PRODI D III KEBIDANAN CURUP POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
Email: wennyindah187@gmail.com**

ABSTRAK

Pendahuluan: Pemberian ASI eksklusif dimulai dari bayi baru lahir sampai bayi berusia 6 bulan. Produksi ASI yang kurang disebabkan kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan pijat oketani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Curup Selatan Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023. Metode: Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra-eksperimental design menggunakan rancangan one group pretest-posttest. Sampel penelitian ibu nifas hari ke 2 yang produksi ASI kurang berjumlah 25 orang dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Pijat oketani diberikan selama 2 hari. Analisa data dengan menggunakan t-test berpasangan. Hasil dan Pembahasan: Hasil uji statistik diperoleh nilai p value < 0.05 , ada perbedaan signifikan peningkatan produksi ASI sebelum dan setelah pemberian pijat oketani. Ada pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Kesimpulan: Pijat oketani yang diberikan selama 2 hari dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

Kata Kunci: Pijat Oketani, Produksi Asi, Postpartum

ABSTRACT

Intoduction: Exclusive breastfeeding starts at birth and continues until the baby is 6 months old. Less milk production is caused by a lack of stimulation of the hormones prolactin and oxytocin, which play a very important role in the smooth production and release of breast milk. Efforts to increase milk production can be done with oketani massage. This study aims to determine the effect of oketani massage on milk production in postpartum mothers in the work area of the Health Center in South Curup District, Rejang Lebong Regency, in 2023.. Method: The research used in this study was a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest design. The research sample for postpartum mothers on day 2 with less milk production was 25 people using the accidental sampling technique. Oketani massage is given for two days. Data

analysis using a paired t-test. Result and Discussion: The statistical test results obtained a p value of 0.05; there was a significant difference in the increase in breast milk production before and after giving oketani massage. There is an effect of oketani massage on milk production in postpartum mothers. Conclusion: Oketani massage given for 2 days can increase milk production in postpartum mothers.

Keywords: Oketani Message, Breast Milk Production, Postpartum

PENDAHULUAN

Indikator kesejahteraan sebuah negara bisa dilihat salah satunya dengan Angka Kematian Bayi (AKB). Target pada tahun 2030 yaitu mengakhiri kematian bayi baru lahir dan balita yang dapat dicegah dengan seluruh Negara berusaha menurunkan Angka Kematian Neonatal (AKN) hingga 12 per 1000 KH (Kelahiran Hidup), Angka Kematian Bayi per 1000 KH dan Angka Kematian Balita (AKBa) 25 per 1000 KH (Bappenas,2020).

Secara nasional persentase anak yang mendapat ASI eksklusif pada tahun 2021 sebesar 56,9%. Jumlah ini melebihi 40% dari target program tahun 2021. Di Provinsi Bengkulu, angka pemberian ASI eksklusif sebesar 66,3% (Kemenkes, 2022). Berdasarkan laporan dinas kesehatan Kabupaten Rejang Lebong tahun 2022, didapati cakupan ASI eksklusif sebanyak 70,6%. Di Kecamatan Curup Selatan terdapat dua Puskesmas yaitu Puskesmas Talang Rimbo Lama dan Puskesmas Watas Marga. Cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Talang Rimbo Lama masih rendah yaitu 57.7% dan cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Watas Marga 67.5 % (Dinkes Kabupaten Rejang Lebong, 2022).

ASI merupakan sumber nutrisi bagi bayi yang bersifat eksklusif, karena pemberian ASI berlaku untuk setiap bayi yang berusia antara 0 bulan hingga 6 bulan. Pada tahap ini, anak perlu diperhatikan secara khusus kualitas ASI dan cara pemakaiannya agar tidak mempengaruhi tahap tumbuh kembang anak. sampai dengan 2 tahun (Kemenkes, 2022).

Hambatan dalam memberikan ASI yang dialami oleh para ibu nifas meliputi ASI tidak lancar dan faktor anatomi (keadaan dan

bentuk putting) Usaha yang dilakukan ibu ketika mengalami persoalan ini dengan melakukan implementasi kesehatan, menjaga kestabilan kondisi psikologi ibu dan memenuhi nutrisi (Sesi dkk, 2022).

Permasalahan yang dihadapi saat menyusui salah satunya adalah produksi ASI yang sedikit pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berpengaruh terhadap lancarnya produksi dan pengeluaran ASI, seperti perawatan payudara (Sulaeman dkk, 2019).

Upaya guna peningkatan produksi Air Susu Ibu salah satunya dengan breast care atau perawatan payudara yang tujuannya meningkatkan sirkulasi darah dan mencegah penyumbatan saluran susu, yang mempercepat produksi ASI (Sari dan Khotimah, 2018). Perawatan payudara yang bisa dilakukan para ibu salah satunya yaitu pijat laktasi seperti salah satunya pijat oketani.

Metode pijat oketani ini bisa membantu para ibu untuk mengatasi kesulitan mereka dalam menyusui bayinya, selain itu pijat ini bisa membantu menghilangkan rasa nyeri dan memberikan rasa nyaman bagi ibu yang postpartum serta membuat para ibu jadi lebih santai. Hal ini tentunya berbeda dengan pijat payudara yang biasa, dimana pijat oketani membuat duktus latiferus, aerola, serta putting susu jadi lebih elastis, selain itu juga merangsang adenohipofise atau hipofisis anterior sehingga dapat mengeluarkan hormon prolaktin (Romlah dan Rahmi, 2019).

Hasil penelitian Sari dan Syahda (2020) menjelaskan bahwa “produksi ASI pada ibu nifas sebelum dipijat oketani adalah kurang dari 100 cc yakni 20 ibu nifas (80%), dengan

nilai rata-ratanya sebelum dipijat oketani sebanyak 82,40. Sedangkan produksi Air Susu Ibu nifas setelah dipijat oketani lebih dari 100 cc yakni pada 20 ibu nifas (82%), dengan nilai rata-ratanya setelah dipijat oketani sebanyak 105,20. Hasil p value 0,000 (<0,05) yang berarti terdapat pengaruh pijat oketani pada produksi ASI terhadap ibu nifas”.

Survey awal yang dilakukan peneliti didapatkan ibu postpartum yang menyusui pada wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Curup Selatan dari 6 ibu menyusui, 2 ibu (33,3%) memberikan ASI eksklusif dan 4 ibu (66,7%) tidak memberikan ASI eksklusif karena produksi ASI yang kurang lancar pada hari-hari pertama setelah melahirkan.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik melaksanakan penelitian mengenai “Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Curup Selatan”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pra eksperimen design. Reancangan penelitian yang digunakan adalah one group pre-test post-test. Sampel penelitian ibu nifas hari ke 2 yang produksi ASI kurang berjumlah 25 orang dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner dan lembar observasi, alat yang digunakan pompa ASI dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Pijat oketani diberikan selama 2 hari. Analisa data dengan menggunakan t-test berpasangan.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

N	Karakteristik	N	Persentase (%)
Usia			
	a. <20 Tahun	1	4
	b. 20-35 tahun	18	72
	c. >35 tahun	6	24
Pendidikan			
	a. SD	1	4
	b. SMP	4	16
	c. SMA	14	56
	d. Perguruan tinggi	6	24
Pekerjaan			
	a. Bekerja	9	36
	b. Tidak bekerja	16	64
Paritas			
	a. Primipara	8	32
	b. Multipara	17	68

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa dari 25 ibu postpartum didapatkan sebanyak 18 orang responden (72 %) berusia 20 sampai 35 tahun, sebanyak 14 orang (56%) berpendidikan SMA, sebanyak 16 orang (64%) tidak bekerja dan sebanyak 17 orang (68%) multipara.

Tabel 2. Rata-rata jumlah produksi ASI sebelum dan setelah Intervensi

Variabel	Pijat Oketani	Min Maks		mean	Beda	Standar Deviasi	N
Hari pertama Intervensi	Pretest	0	6	3.36		1.680	25
	Posttest	2	10	5.92	2.56	2.308	25
Hari kedua intervensi	Pretest	5	19	12.88	5.08	4.096	25
	Posttest	10	25	17.96		3.758	25

Berdasarkan tabel 2 di dapatkan rata-rata jumlah produksi ASI sebelum intervensi pijat oketani pada hari pertama adalah 3.36 mL, SD ± 1.680 dengan min maks 0-6. Rata-rata jumlah produksi ASI setelah intervensi hari pertama adalah 5.92mL, SD ± 2.308 dengan min maks 2-10. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah produksi ASI setelah intervensi hari pertama dengan selisih rata-rata 2.56. Rata-rata jumlah produksi sebelum

intervensi pijat oketani pada hari kedua adalah 12.88 mL, SD \pm 4.096 dengan min maks 5-19 . Rata-rata jumlah produksi ASI setelah intervensi hari kedua adalah 17.96 \pm 3.758 dengan min maks 10-25. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah produksi ASI setelah intervensi hari kedua dengan selisih rata-rata 5.08.

Hasil uji normalitas menggunakan uji Shapiro Wilk ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data Variabel

Variabel Produksi ASI	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Pretest	0.952	25	0.278
Posttest	0.978	25	0.851

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan uji normalitas data dengan menggunakan Shapiro wilk diperoleh p-value $>$ 0.05, yang berarti uji normalitas sebelum dan sesudah intervensi berdistribusi normal, sehingga analisis bivariat ini menggunakan uji T- test dependent. Hasil analisis-nya adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu postpartum

Variabel	Mea Beda Standa n P-				P- Valu e	
	Mi n	Mak s	Mea n	Standa r Deviasi		
Produks i ASI	Pretest	5	19	12.88	25	0.000
	Posttes t	10	25	17.96		
						25

Pada tabel 4 hasil uji statistik T-test dependent, terdapat perbedaan produksi ASI setelah intervensi pijat oketani, hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh jumlah produksi ASI pada hari kedua intervensi (hari ketiga postpartum) yang diberi pijat oketani

didapatkan hasil p-value 0.000 sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat oketani berpengaruh secara signifikan terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Curup Selatan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa ibu nifas yang menjadi responden penelitian sebagian besar responden (72 %) berusia 20 – 35 tahun. Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI salah satunya usia. Usia yang aman untuk hamil, melahirkan, dan menyusui adalah antara 20 hingga 35 tahun, yang merupakan usia reproduksi yang mendukung pemberian ASI eksklusif. Ibu dengan usia $<$ 20 tahun belum matang atau belum siap melahirkan atau menyusui anak, sehingga menimbulkan efek psikologis seperti kecemasan dan kegugupan. Pada ibu diatas usia 35 tahun, perubahan dimulai pada sistem endokrin mereka, menyebabkan produksi ASI menurun dan ibu menghadapi hambatan untuk menyusui secara eksklusif. (Polwandari dan Wulandari,2021).

Pendidikan responden sebagian besar berpendidikan SMA (56%). Pendidikan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Semakin tinggi pendidikannya, semakin mudah mendapatkan informasi, dan akhirnya lebih mudah menerima ilmunya. Sebaliknya, jika tingkat pendidikannya rendah sulit menerima informasi dan nilai-nilai baru ke dalam sikapnya. Hal ini dikarenakan tingkat pendidikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap bagaimana informasi diterima, khususnya tentang ASI (Safitri et al, 2020). Dalam penelitian ini, tingkat pengetahuan saat ini tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Peningkatan pengetahuan ibu juga ditunjang dengan akses ibu terhadap informasi yang mudah diakses dari berbagai media, seperti saat ibu menerima informasi dan manfaat yang diperoleh setelah pijat Oketani, sehingga produksi ASI ibu lancar. Sejalan dengan penelitian Trinita dan Nopriantini (2018),

yang menyatakan pendidikan tidak berhubungan dengan produksi ASI. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ibu dengan pendidikan apapun dapat memberikan ASI dengan benar.

Berdasarkan status pekerjaan sebagian besar terdapat 16 orang (64%) ibu yang tidak bekerja. Pekerjaan bukanlah alasan untuk menghentikan pemberian ASI eksklusif. Pengetahuan yang benar mengenai menyusui dan perlengkapan memerah ASI serta dukungan lingkungan kerja membuat seseorang ibu bisa memberi ASI eksklusifnya. Adanya lapangan kerja dan kebutuhan untuk membantu perekonomian keluarga menyebabkan sebagian ibu lebih memilih untuk bekerja di luar rumah. Oleh karena itu, selama bekerja ibu tidak dapat berinteraksi penuh dengan bayi sehingga ibu lebih cenderung memberikan susu formula sehingga mengurangi produksi ASI dan frekuensi menyusui bayi melalui ASI. Keadaan ini menyebabkan ibu berhenti menyusui, sedangkan ibu yang tidak bekerja dan memiliki waktu luang dapat bersentuhan langsung dengan bayinya dan menyusui sehingga menghasilkan ASI lebih banyak.

Pada penelitian ini, ibu yang bekerja dan tidak bekerja produksi ASInya terus meningkat. Hal ini sesuai dengan penelitian Doko et al (2019), hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang tidak bekerja memiliki waktu yang lebih banyak untuk dihabiskan bersama anaknya sehingga memiliki kesempatan untuk memberikan ASI kepada anaknya secara on demand. Ibu bekerja dapat meningkatkan pengetahuan tentang manajemen laktasi bagi ibu bekerja, sehingga ibu bekerja dapat berhasil menyusui dan ibu dapat memenuhi kebutuhan ASI anaknya.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar ibu adalah multipara (68%). Pada penelitian ini jumlah produksi ASI pada ibu dengan paritas primipara dan multipara tetap mengalami jumlah produksi ASI yang meningkat setelah dilakukan intervensi pada hari pertama dan hari kedua. Pada penelitian Subekti dan Faridah (2019), yang

menunjukkan bahwa Ibu yang pernah melahirkan lebih dari satu kali memiliki pengetahuan dan pengalaman yang lebih banyak tentang proses menyusui dibandingkan ibu yang hanya melahirkan satu kali. Ibu yang sudah beberapa kali melahirkan memiliki produksi ASI yang lebih tinggi pada hari keempat setelah melahirkan dibandingkan ibu yang pernah melahirkan satu kali. Namun, bila pola menyusui sudah ditetapkan dengan baik, tidak ada perbedaan yang signifikan antara ibu primipara dan ibu multipara.

Proses laktasi atau menyusui terdiri dari produksi ASI atau reflex prolactin dan pengeluaran ASI oleh oksitosin atau let down reflex. Pada reflex prolactin sesudah fase persalinan plasenta akan dilepas lalu fungsi korpus luteum akan berkurang. Lalu progesterone dan estrogen juga akan berkurang konsentrasinya, ditambah juga dengan hisapan putting susu yang memberikan rangsangan kepada ujung saraf sensoris yang berfungsi sebagai reseptor mekanik guna memproduksi ASI. Hipotalamus akan membuat Prolactine Inhibitory Hormon (PIH) menjadi menurun sehingga prolactin akan segera dilepaskan oleh hipofisis. Produksi kolostrum dirangsang oleh hormon lactogen dari plasenta serta hormon prolactin dari hipofisis anterior. Prolactin yang sirkulasinya kearah darah merangsang kelenjar payudara agar memproduksi Air Susu Ibu (Aprilina dkk, 2022). Jika bayi menghisap, hipofisis posterior juga akan terangsang dan memicu pengeluaran hormon oksitosin yang dapat mengakibatkan kontraksi sel-sel miopitel. Dalam proses ini biasa disebut dengan let down reflex atau perlepasan ASI dan membuat ASI tersedia untuk bayi (Fitriani dan Wahyuni, 2021).

Permasalahan dalam menyusui salah satunya adalah pengeluaran Air Susu yang lebih sedikit dihari-hari pertama sesudah persalinan hal ini dapat dikarenakan berkurangnya rangsangan dari hormon oksitosin dan prolactin yang benar-benar berperan melancarkan produksi ASI yaitu

perawatan payudara (Sulaeman dkk, 2019). Perawatan pada payudara tujuannya membuat sirkulasi darah menjadi lancar dan penyumbatan saluran susu bisa dicegah sehingga dapat membuat ASI keluar dengan lancar, yang mana salah satu yang bisa jadi perawatannya ialah dengan memberi pijat oketani (Sari dan Khotimah, 2018).

Pada penelitian ini pijat Oketani yang diberikan pada ibu membuat ibu merasa tenang, rileks, rileks dan nyaman saat menyusui bayinya, sehingga jaringan payudara menjadi lebih lembut serta areola, saluran susu, puting susu menjadi lebih lentur dan lebih elastis sehingga memungkinkan bayi untuk menghisap puting dengan baik dan meningkatkan produksi ASI. Sebagaimana teori Nurjaya dkk. (2020) bahwa pijat oketan dapat membantu ibu mengatasi kesulitan menyusui bayinya, hal ini membuat ibu merasa lebih nyaman dan nyeri ibu nifas hilang sehingga badan menjadi rileks. Ini jelas berbeda dengan pijat payudara yang biasa digunakan, dengan pijat Oketani ini payudara menjadi lebih lembut dan puting lebih lentur. Sehingga memudahkan menyusui dan aliran ASI lebih merata, karena tekanan diberikan pada alveoli yang meningkatkan produksi ASI.

Menurut penelitian Kurniyati dan Sari (2023) bahwa ibu yang mendapat perlakuan pijat oketani akan membantu dalam kelancaran produksi ASI sehingga kebutuhan produksi ASI kebutuhan nutrisi pada bayi akan terpenuhi dan dapat meningkatkan berat badan bayi.

Pemijatan yang dilakukan pada payudara akan merangsang duktus laktiferus, sehingga duktus akan menjadi lebar dan melunak dengan menghasilkan hormon prolaktin dan oksitosin oleh hipofisis yang berperan untuk memerah ASI. Seperti teori yang dikemukakan Romlah dan Rahmi (2019) yaitu gerakan pijat oketani akan membuat duktus latiferus, aerola, serta puting susu jadi lebih elastis, selain itu juga merangsang adenohipofise atau hipofisis anterior sehingga dapat mengeluarkan hormon prolaktin, hormon tersebut merangsang berbagai sel

alveoli yang fungsinya membuat air susu. Selanjutnya bersamaan dengan pembentukan prolaktin, rangsangan akan dilanjutkan neurohipofisis atau hipofisis interior yang dapat mengeluarkan oksitosin, lalu oksitosin ini diangkut oleh darah ke payudara supaya menyebabkan kontraksi berbagai sel miopitel. Kontraksi ini akan memeras air susu yang sudah dibuat alveoli lalu masuk ke sistem duktulus, berikutnya mengalir dengan melalui duktus laktiferus sehingga ASI akan keluar.

Berdasarkan dari pengamatan peneliti selain meningkatkan produksi ASI setelah dilakukan intervensi, responden tampak tenang dan rileks dan tidak tampak merasakan nyeri saat dilakukan pemijatan. Hal ini menggambarkan bahwa intervensi ini dapat untuk mengatasi kecemasan akan tetapi hal ini tidak dilakukan pengukuran. Peneliti hanya melakukan pengukuran pada produksi ASI.

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti berasumsi bahwa ada pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu postpartum sebab pijat oketani mengakibatkan payudara jadi lebih luas dan juga lunak membuat kelenjar air susu semakin banyak produksinya, yang mana pengaruh pijat ini dapat terlihat dari jumlah produksi ASI yang semakin bertambah dan bayi menjadi lebih tenang dan lebih lama ketika menyusui. Selain itu responden yang sudah diintervensi menjelaskan juga jika pijat oketani membuat responden lebih nyaman dibagian payudaranya dan tidak ada nyeri sedikitput ketika dipijat. Para responden merasa ada perubahan terhadap payudaranya yang jadi lunak serta terdapat volume ASI yang terus bertambah setelah responden melakukan pijat oketani. Perubahan pelunakan payudara akibat pijat Oketani merangsang hormon prolaktin yang bertugas meningkatkan produksi ASI. Pijatan ini juga merangsang hormon oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI.

Pelaksanaan penelitian ini sudah dilaksanakan dengan baik sesuai yang direncanakan, tetapi dalam pelaksanaanya masih banyak ditemukan keterbatasan yaitu

jumlah sampel yang terbatas sehingga dalam penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok responden saja tanpa menggunakan kelompok pembanding.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pertama, sebagian besar responden berusia 20 hingga 35 tahun, sebagian besar responden berpendidikan SMA, sebagian besar responden tidak bekerja dan sebagian besar dari responden ibu multipara. Kedua, rata-rata jumlah produksi ASI sebelum pijat oketani pada hari pertama ialah 3.36 ml dan setelah diberikan intervensi ialah 5.92 ml dan rata-rata jumlah produksi ASI pada hari kedua sebelum diberikan intervensi pijat oketani ialah 12.88 ml dan setelah diberikan intervensi ialah 17.96 ml. Ketiga, berdasarkan analisis data didapatkan hasil uji statistic T-test dependen dengan nilai p-value 0.000 (<0.05) sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh secara signifikan pemberian pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Curup Selatan.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan ibu dalam upaya peningkatan produksi ASI dengan pijat oketani. Menjadi referensi bagi pihak pendidikan untuk dapat menerapkan dalam proses pembelajaran pemberian pijat oketani dalam meningkatkan produksi ASI. Bagi petugas kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan khususnya mengenai peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum dengan pijat oketani. Bagi Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi dalam penelitian lanjutan dengan variabel yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Perencanaan Pembangunan Nasional

(Bappenas). 2020. Pedoman Teknis Penyusunan Rencana Aksi Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (TPB)/ Sustainable Development Goals (SDGs). Jakarta.

Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong. 2023. Hasil Cakupan ASI Eksklusif tahun 2022.

Doko. dkk. 2019. Pengaruh Pijat oksitosin Oleh Suami terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas. Vol.2, No.2, Hal.66-86. (<https://doi.org/10.31539/jks.v2i2.529>, diunduh 21 juni 2023).

Fitriani, L., & Wahyuni, S. 2021. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Yogyakarta: Deepublish.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Profil Kesehatan Indonesia 2021. Jakarta: Kemenkes RI.

Kurniyati., & Sari, E.P . 2023. Pengaruh Pijat Oketani Menggunakan Minyak Essensial Lavender Terhadap Berat Badan Bayi Dan Self Efikasi Ibu Nifas Dalam Menyusui Di wilayah Puskesmas Perumnas Kabupaten Rejang Lebong Bengkulu. Vol. 9, No.1, Hal. 1-7. (<http://Journal.umuslim.ac.id>, diunduh 4 juli 2023)

Nurjaya.dkk. 2022. A Study: Manfaat Pemijatan Oketani Terhadap Ibu Postpartum Post Sectio Caesarea). Bandung: Media Sains Dan Penulis.

Polwandari, F., & Wulandari, S. 2021. Gambaran Usia, Paritas, Tingkat Pendidikan, Status Pekerjaan, Dukungan Suami Dan Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif. Vol.8, No.1, Hal. 58-64. (www.journal.lppm-stikesfa.ac.id, Diunduh 20 juni 2023).

Romlah ., & Rahmi. 2019. Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas. Vol. 3, No.2. (<https://garuda.kemdikbud.go.id>).

Safitri. dkk. 2020. Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Bayi Seharian-Hari. Vol.9, No.1, Hal.11-20. (<https://jurnalpendidikankesehatan> ,

diunduh 22 juni 2023)

- Sari, N.E., & Khotimah, S. 2018. Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui. Bogor: In Media.
- Sari, U. P. V., & Syahda, S. 2020. Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. Vol.4, No.2, Hal. 117-123. (<https://Journal.universaitaspahlawan.ac.id>, diunduh 5 februari 2023).
- Sesi, D. dkk. 2022. Perilaku Ibu Dalam Mengatasi Hambatan Pemberian ASI. Vol. 20, No. 3, Hal. 13-12. ([Htpps://digilib.itskesicme.ac.id](https://digilib.itskesicme.ac.id), diunduh 4 februari 2023).
- Siregar, H. dkk. 2021. Metodologi Penelitian Kesehatan. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad zaini.
- Subekti, R., & Faidah, A. 2019. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Normal. (<https://jurnallppm-universitasmuhammadiyah.ac.id>, diunduh 24 juni 2023).
- Sulaeman, S. dkk. 2019. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Primipara
- Trianita, w., & Nopriantini. 2018. Hubungan Pendidikan, Pekerjaan dan Sikap Ibu Menyusui Terhadap Praktik Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Telaga.