

EFEKTIVITAS PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI RUANG TERATAI 1 RSUD KARTINI KARANGANYAR

Yudistika Alya Islami¹, Afrah Hasna Fadhilah², Rina Yulianti³

yudistika.students@aiska-university.ac.id¹, afrahfadilla@gmail.com²,

yuliantirina007@gmail.com³

Universitas 'Aisyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi lengkap dan antibodi yang berperan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh. Namun, tidak semua ibu nifas mampu menghasilkan dan mengeluarkan ASI secara optimal pada hari-hari pertama pascapersalinan. Produksi ASI yang tidak lancar dapat dipengaruhi oleh faktor fisik dan psikologis, seperti kelelahan, nyeri, stres, serta kurangnya stimulasi hormon oksitosin. Salah satu upaya nonfarmakologis untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI adalah pijat oksitosin, yaitu pemijatan sepanjang tulang belakang hingga costae kelima atau keenam untuk merangsang hormon oksitosin dan refleks let-down. Tujuan : Mengetahui efektivitas pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di RSUD Kartini Karanganyar. Metode : Studi kasus dengan pengukuran pre dan post intervensi pada dua ibu nifas hari ke-1–3. Pijat oksitosin dilakukan selama tiga hari berturut-turut, dan produksi ASI diukur menggunakan botol ukur dalam satuan ml/cc.. Hasil : Sebelum intervensi, produksi ASI kedua responden masih rendah. Setelah pijat oksitosin selama tiga hari, volume ASI meningkat, yaitu Ny. A dari ± 10 ml menjadi ± 30 ml dan Ny. B dari ± 8 ml menjadi ± 26 ml, dengan rata-rata peningkatan ± 19 ml. Ibu juga tampak lebih rileks saat menyusui. Kesimpulan : Penerapan pijat oksitosin efektif dalam membantu meningkatkan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri untuk mendukung keberhasilan menyusui.

Kata Kunci: ASI, Ibu Nifas, Pijat Oksitosin, Produksi ASI.

ABSTRACT

Background: Breast milk is the best nutrition for infants because it contains complete nutrients and antibodies that play an important role in improving the immune system. However, not all postpartum mothers are able to produce and release breast milk optimally in the first days after delivery. Inadequate milk production can be influenced by physical and psychological factors such as fatigue, pain, stress, and lack of oxytocin hormone stimulation. One non-pharmacological effort to increase milk production and ejection is oxytocin massage, which involves massaging along the spine to the fifth or sixth costae to stimulate the oxytocin hormone and the let-down reflex. Objective: To determine the effectiveness of oxytocin massage in increasing breast milk production in postpartum mothers at RSUD Kartini Karanganyar. Methods: This study used a case study design with pre- and post-intervention measurements in two postpartum mothers on days 1–3. Oxytocin massage was performed for three consecutive days, and breast milk production was measured using a measuring bottle in milliliters (ml/cc). Results: Before the intervention, breast milk production in both respondents was low. After three days of oxytocin massage, milk volume increased: Mrs. A from ± 10 ml to ± 30 ml and Mrs. B from ± 8 ml to ± 26 ml, with an average increase of ± 19 ml. Mothers also appeared more relaxed during breastfeeding. Conclusion: The application of oxytocin massage is effective in increasing breast milk production and facilitating milk ejection in postpartum mothers. Therefore, it can be used as an independent nursing intervention to support breastfeeding success.

Keywords: Breast Milk, Postpartum Mothers, Oxytocin Massage, Milk Production.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik dan paling ideal bagi bayi karena mengandung zat gizi yang lengkap, seimbang, serta mudah dicerna sesuai dengan kebutuhan bayi. Selain itu, ASI mengandung antibodi dan faktor imunologis yang berperan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi sehingga dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian ASI juga memberikan manfaat bagi ibu, antara lain mempercepat proses involusi uterus, mengurangi risiko perdarahan postpartum, menurunkan risiko kanker payudara dan ovarium, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Oleh karena itu, keberhasilan pemberian ASI, khususnya pada masa nifas, menjadi salah satu indikator penting dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak (WHO, 2023).

Meskipun manfaat ASI sangat besar, tidak semua ibu nifas dapat memberikan ASI secara optimal. Salah satu permasalahan yang sering dijumpai pada masa nifas adalah rendahnya produksi atau pengeluaran ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh kerja hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin berperan dalam pembentukan ASI, sedangkan hormon oksitosin berperan dalam refleksi pengeluaran ASI atau let down reflex (Rahayu et al., 2023). Pelepasan hormon oksitosin sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik dan psikologis ibu, seperti rasa nyaman, rileks, dan dukungan lingkungan sekitar. Sebaliknya, stres, kelelahan, nyeri pascapersalinan, kecemasan, serta pengalaman persalinan dengan tindakan medis dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin sehingga berdampak pada terhambatnya pengeluaran ASI (Febriani et al., 2025).

Secara global, angka pemberian ASI eksklusif telah meningkat sebesar 10 poin persentase selama dekade terakhir, mencapai 48%. Target pemberian ASI eksklusif dari World Health Assembly yaitu sebesar 50% pada tahun 2025 (UNICEF, 2023). Pada tahun 2024 persentase bayi baru lahir yang mendapat IMD secara nasional sebesar 92,52%. Di Provinsi Jawa Tengah, cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif sebesar 71,88%. Sedangkan cakupan bayi berusia 6 bulan mendapat ASI eksklusif tahun 2024 adalah 69,26% (Kemenkes, 2024). Sedangkan di Kabupaten Karanganyar, persentase bayi baru lahir yang diberi ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Kabupaten Karanganyar tahun 2024 sebesar 77,7 % atau 6.639 bayi dari 8.544 bayi usia 0-6 bulan, meningkat dibandingkan tahun 2023 sebesar 74% atau 7.042 bayi dari 9.510 bayi usia 0-6 bulan (Dinkes Karanganyar, 2024).

Rendahnya produksi dan pengeluaran ASI pada ibu nifas dapat menimbulkan berbagai dampak, baik bagi ibu maupun bayi. Bagi bayi, kondisi ini dapat menghambat pemenuhan kebutuhan nutrisi optimal dan meningkatkan risiko pemberian susu formula secara dini, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko infeksi dan gangguan pertumbuhan. Bagi ibu, kegagalan menyusui dapat menimbulkan perasaan cemas, kurang percaya diri, bahkan stres, yang justru semakin memperburuk kondisi laktasi (M. Dewi et al., 2024). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih belum mencapai target nasional, salah satunya disebabkan oleh masalah produksi ASI pada masa nifas. Oleh karena itu, diperlukan berbagai upaya untuk mendukung keberhasilan menyusui melalui intervensi yang efektif, aman, dan mudah diterapkan di fasilitas pelayanan kesehatan (Khusniyati & Purwati, 2024).

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan teknik pemijatan pada area punggung, khususnya sepanjang tulang belakang hingga area tulang rusuk kelima atau keenam, yang bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin. Pijat ini dapat memberikan efek relaksasi, meningkatkan rasa nyaman, serta menurunkan tingkat stres pada ibu nifas sehingga membantu memperlancar refleksi pengeluaran ASI. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin berpengaruh signifikan

terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas dan dapat menjadi salah satu intervensi pendukung keberhasilan menyusui (Windanoraya et al., 2024).

Selain efektif, pijat oksitosin juga memiliki keunggulan karena dapat dilakukan secara mandiri di rumah dengan melibatkan suami atau anggota keluarga. Keterlibatan suami dalam melakukan pijat oksitosin tidak hanya membantu merangsang produksi ASI, tetapi juga memberikan dukungan emosional yang dapat meningkatkan rasa nyaman dan relaksasi pada ibu. Kondisi psikologis yang tenang dan rileks terbukti berpengaruh positif terhadap pelepasan hormon oksitosin, sehingga mendukung keberhasilan proses menyusui (Janah & Sulastri, 2025).

Berdasarkan penelitian Desmiati et al (2025) didapatkan hasil bahwa implementasi teknik pijat oksitosin memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan volume produksi air susu ibu pada periode pascamelahirkan. Temuan penelitian menunjukkan adanya peningkatan substansial volume ASI dari rerata 12,95 ml sebelum intervensi menjadi 50,59 ml setelah pemberian terapi pijat oksitosin. Hal ini sejalan dengan penelitian Prihartanti & Ariani (2025) bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata produksi ASI sebelum diberikan tindakan pijat oksitosin pada ibu nifas adalah 10,5 ml, sedangkan rata-rata produksi ASI setelah diberikan tindakan pijat oksitosin adalah 15,70 ml.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 14 Januari 2026 melalui wawancara dan observasi di Ruang Teratai 1 RSUD Kartini Karanganyar terhadap 4 orang ibu nifas menunjukkan bahwa seluruh ibu tersebut mengalami kendala pada awal masa laktasi. Berdasarkan hasil wawancara, 3 dari 4 ibu nifas mengeluhkan produksi ASI yang belum lancar atau volume yang keluar masih sangat sedikit pada hari pertama hingga ketiga pascapersalinan. Kondisi ini menyebabkan 2 dari 4 ibu tersebut merasa cemas dan kurang percaya diri karena khawatir kebutuhan nutrisi bayinya tidak terpenuhi, yang jika dibiarkan dapat semakin menghambat pelepasan hormon oksitosin. Terkait intervensi non-farmakologis, seluruh ibu (4 orang) menyatakan bahwa mereka hanya mengetahui perawatan payudara secara umum dan belum pernah mendapatkan edukasi maupun tindakan mengenai terapi pijat oksitosin dari petugas kesehatan selama masa perawatan. Selain itu, para ibu menyebutkan bahwa suami atau anggota keluarga yang mendampingi belum memahami teknik pemijatan pada area punggung sepanjang tulang belakang yang dapat membantu merangsang let down reflex. Hasil observasi juga menunjukkan adanya kelelahan fisik pada ibu pascapersalinan yang berpotensi menghambat produksi dan pengeluaran ASI, sehingga diperlukan intervensi pijat oksitosin untuk meningkatkan relaksasi dan memperlancar aliran ASI.

Dari fenomena diatas maka penulis tertarik untuk melakukan pemberian terapi tindakan “Efektivitas Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Ruang Teratai 1 RSUD Kartini Karanganyar”.

METODOLOGI

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah metode pengumpulan data yang digunakan sebagai berikut: Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen Pengumpulan Data

a. Format Pengkajian

Instrumen ini digunakan saat wawancara yang berfokus pada kasus ibu nifas (postpartum), serta mengobservasi kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian Pijat Oksitosin. Pengkajian pada asuhan keperawatan meliputi identitas, riwayat keperawatan (riwayat persalinan dan menyusui), pemeriksaan fisik (khususnya payudara), data penunjang, serta penatalaksanaan pada kasus yang mengalami masalah menyusui tidak efektif atau produksi ASI sedikit.

b. Lembar Observasi Produksi ASI

Lembar observasi digunakan untuk mendokumentasikan perkembangan produksi ASI pada responden dengan membandingkan kondisi pre dan post pemberian terapi pijat oksitosin selama 3 hari. Indikator yang digunakan adalah volume ASI yang keluar, diukur menggunakan botol susu dan dinyatakan dalam satuan cc, yang dinilai setiap hari dari hari ke-1 sampai hari ke-3. Data sebelum dan sesudah intervensi dibandingkan untuk menilai perubahan produksi ASI pada responden.

c. Lembar Standar Operasional Prosedur (SOP)

Lembar SOP Pijat Oksitosin digunakan sebagai pedoman untuk melakukan tindakan pemijatan pada area punggung (tulang belakang) guna merangsang hormon oksitosin. Lembar SOP terdiri dari:

1. Tahap Prainteraksi: Mengecek status pasien dan menyiapkan perlengkapan (minyak kelapa/baby oil, handuk, botol susu).
2. Tahap Orientasi: Memberikan salam terapeutik, menjelaskan tujuan, dan prosedur tindakan kepada ibu dan keluarga.
3. Tahap Kerja: Melaksanakan teknik pijat oksitosin sesuai prosedur, kemudian melakukan pemerahan dan pengukuran volume ASI menggunakan botol susu.
4. Tahap Terminasi: Melakukan evaluasi subjektif dan objektif, mendokumentasikan hasil pengukuran volume ASI, menyusun rencana tindak lanjut, serta membuat kontrak waktu kunjungan berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Lokasi Penelitian

Penerapan karya ilmiah ini dilakukan di Ruang Teratai 1 RSUD Kartini Karanganyar, Kabupaten Karanganyar, Provinsi Jawa Tengah. RSUD Kartini Karanganyar merupakan rumah sakit rujukan daerah yang memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak, khususnya perawatan ibu nifas pascapersalinan. Ruang Teratai 1 merupakan salah satu ruang rawat inap yang menangani ibu nifas dengan berbagai kondisi pascapersalinan, baik persalinan normal maupun sectio caesarea, sehingga menjadi lokasi yang tepat untuk penerapan intervensi keperawatan terkait laktasi.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2026 dengan subjek penelitian ibu nifas yang dirawat di Ruang Teratai 1 RSUD Kartini Karanganyar. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, sebagian ibu nifas di ruang tersebut mengalami kendala dalam pengeluaran dan produksi ASI pada hari-hari awal masa nifas, yang ditandai dengan ASI belum keluar atau jumlah ASI yang masih sedikit. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh kelelahan pascapersalinan, nyeri, serta kondisi psikologis ibu.

Jumlah responden dalam studi kasus ini sebanyak 2 orang ibu nifas, yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kedua responden berjenis kelamin perempuan dengan masa nifas hari ke-1 sampai ke-3 dan mengalami keluhan produksi ASI yang belum lancar. Intervensi yang diberikan berupa pijat oksitosin yang dilakukan sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP) selama masa perawatan. Pengukuran produksi ASI dilakukan sebelum dan sesudah pemberian pijat oksitosin dengan menggunakan botol susu untuk menilai perubahan volume ASI yang dihasilkan.

Melalui gambaran penelitian ini diharapkan dapat memberikan deskripsi nyata mengenai kondisi ibu nifas, pelaksanaan intervensi pijat oksitosin, serta perubahan produksi ASI setelah dilakukan tindakan keperawatan, sehingga dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi keperawatan mandiri untuk mendukung keberhasilan menyusui.

Hasil penerapan

Terdapat dua responden dalam penerapan terapi ini, yaitu Ny. A dan Ny. B, yang merupakan ibu nifas yang dirawat di Ruang Teratai 1 RSUD Kartini Karanganyar. Terapi pijat oksitosin dilakukan selama tiga hari berturut-turut, yaitu pada tanggal 22 hingga 24 Januari 2026, dengan frekuensi satu kali tindakan setiap hari sesuai dengan standar operasional prosedur pijat oksitosin. Langkah pelaksanaan dimulai dengan pengkajian awal dan pengukuran volume ASI sebelum intervensi, kemudian dilanjutkan dengan pemberian penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur pijat oksitosin. Setelah penjelasan, terapi pijat oksitosin dilakukan selama kurang lebih 15–20 menit. Setelah terapi selesai, responden dianjurkan untuk menyusui atau pemerah ASI, kemudian dilakukan kembali pengukuran volume ASI untuk melihat perubahan produksi ASI. Alat yang digunakan dalam penerapan terapi ini meliputi baby oil, handuk bersih, waslap, air hangat, botol susu, serta lembar observasi. Adapun hasil pengukuran volume ASI sebelum dan sesudah penerapan terapi pijat oksitosin dicatat selama tiga hari pelaksanaan.

1. Hasil pengukuran produksi Asi sebelum diberikan penerapan pijat oksitosin

Data hasil pengukuran volume ASI sebelum dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Volume asi sebelum dilakukan penerapan pijat oksitosin

Hari	Nama Responden	Volume asi (ml)
Hari ke-1	Ny.A	10 ml
	Ny.B	8 ml
Hari ke-2	Ny.A	12 ml
	Ny.B	10 ml
Hari ke-3	Ny.A	13 ml
	Ny.B	11 ml

Berdasarkan tabel 1, sebelum dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin, volume ASI pada kedua responden masih relatif sedikit. Pada Ny. A, volume ASI meningkat dari 10 ml pada hari pertama menjadi 13 ml pada hari ketiga. Pada Ny. B, volume ASI meningkat dari 8 ml pada hari pertama menjadi 11 ml pada hari ketiga. Hal ini menunjukkan bahwa produksi ASI pada kedua responden masih belum optimal pada awal masa nifas sebelum diberikan terapi pijat oksitosin.

2. Hasil pengukuran produksi Asi sesudah diberikan penerapan pijat oksitosin

Data hasil pengukuran volume ASI sesudah dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2 Volume asi sesudah dilakukan penerapan pijat oksitosin

Hari	Nama Responden	Volume asi (ml)
Hari ke-1	Ny.A	20 ml
	Ny.B	18 ml
Hari ke-2	Ny.A	25 ml
	Ny.B	22 ml
Hari ke-3	Ny.A	30 ml
	Ny.B	26 ml

Berdasarkan tabel 2, setelah dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin selama tiga hari berturut-turut dengan durasi pijatan 15–20 menit, terjadi peningkatan volume ASI pada kedua responden. Pada Ny. A, volume ASI meningkat dari 20 ml pada hari pertama menjadi 30 ml pada hari ketiga, sedangkan pada Ny. B meningkat dari 18 ml menjadi 26 ml. Hal ini menunjukkan bahwa terapi pijat oksitosin memberikan dampak positif terhadap peningkatan produksi dan kelancaran pengeluaran ASI. Selain itu, kedua responden juga menyatakan merasa lebih rileks dan nyaman setelah dilakukan terapi.

3. Perbandingan Hasil Akhir Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Pijat Oksitosin

Perbandingan hasil akhir produksi ASI pada responden ibu nifas sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3 Perbandingan Hasil Akhir Produksi ASI

Nama Responden	Hari ke 1 sebelum (ml)	Hari ke-3 Sesudah (ml)	Selisih (ml)
Ny.A	10 ml	30ml	+20ml
Ny.B	8 ml	26ml	+18ml

Berdasarkan tabel di atas, dapat dideskripsikan bahwa terapi pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Setelah dilakukan penerapan selama tiga hari berturut-turut, terjadi peningkatan volume ASI pada Ny. A sebesar 20 ml, sedangkan pada Ny. B terjadi peningkatan volume ASI sebesar 18 ml.

Pembahasan

Penerapan ini dilakukan untuk mendeskripsikan hasil implementasi sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin untuk mengetahui perubahan produksi ASI pada ibu nifas. Maka pada bab ini penulis akan melakukan pembahasan lebih lanjut. Pembahasan ini bertujuan untuk menginterpretasikan data hasil penerapan dan kemudian dibandingkan dengan teori serta hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan terapi pijat oksitosin dan peningkatan produksi ASI.

Pengukuran produksi Asi sebelum diberikan penerapan pijat oksitosin

Berdasarkan tabel volume asi pada kedua responden sebelum dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin, volume ASI pada kedua responden masih relatif sedikit pada awal masa nifas. Pada Ny. A, volume ASI pada hari pertama sebesar 10 ml, hari kedua meningkat menjadi 12 ml, dan hari ketiga menjadi 13 ml. Sementara itu, pada Ny. B, volume ASI pada hari pertama sebesar 8 ml, hari kedua meningkat menjadi 10 ml, dan hari ketiga menjadi 11 ml. Data tersebut menunjukkan bahwa meskipun terjadi sedikit peningkatan secara alami, produksi dan pengeluaran ASI pada kedua responden masih belum optimal sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin. Kondisi ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa pada masa nifas awal, volume ASI sering kali masih rendah karena proses laktogenesis belum berlangsung secara maksimal (Dunu et al., 2025).

Pada awal masa nifas, tubuh ibu mengalami proses adaptasi fisiologis pascapersalinan, terutama terkait keseimbangan hormon prolaktin dan oksitosin. Prolaktin berperan dalam pembentukan ASI, sedangkan oksitosin berperan dalam refleksi pengeluaran ASI. Apabila pelepasan hormon oksitosin belum optimal, maka ASI yang sudah diproduksi tidak dapat keluar dengan lancar sehingga volume ASI yang dikeluarkan masih sedikit. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa kurangnya stimulasi oksitosin pada hari-hari awal nifas merupakan salah satu penyebab utama terhambatnya pengeluaran ASI pada ibu postpartum (Putri et al., 2024).

Selain faktor fisiologis, faktor psikologis juga berperan penting dalam kelancaran produksi ASI. Ibu nifas sering mengalami kelelahan, kecemasan, dan stres setelah persalinan, yang dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin. Kondisi emosional yang tidak stabil dapat menyebabkan refleksi let-down tidak berjalan dengan baik, sehingga ASI sulit keluar meskipun payudara sudah mulai memproduksi ASI. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa stres dan ketidaknyamanan pada ibu nifas berhubungan dengan rendahnya produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari awal setelah melahirkan (Ernawati et al., 2023).

Berdasarkan hasil pengkajian terhadap Ny. A dan Ny. B, kondisi volume ASI yang masih sedikit sebelum intervensi sesuai dengan teori dan hasil penelitian sebelumnya, yang menyebutkan bahwa ibu nifas pada fase awal membutuhkan stimulasi tambahan untuk membantu kerja hormon oksitosin. Oleh karena itu, intervensi nonfarmakologis seperti terapi pijat oksitosin diperlukan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin, meningkatkan relaksasi ibu, serta membantu kelancaran produksi dan pengeluaran ASI (Aifa et al., 2025).

Pengukuran produksi Asi setelah diberikan penerapan pijat oksitosin

Setelah dilakukan penerapan terapi pijat oksitosin pada Ny. A dan Ny. B selama tiga hari berturut-turut dengan durasi pijatan 15–20 menit per sesi, terjadi peningkatan volume ASI pada kedua responden dari hari ke hari. Pada Ny. A, volume ASI pada hari pertama setelah diberikan terapi sebesar 20 ml, menunjukkan adanya respons awal terhadap stimulasi pijat oksitosin yang mulai membantu keluarnya ASI. Pada hari kedua setelah terapi, volume ASI Ny. A meningkat menjadi 25 ml, dan pada hari ketiga kembali mengalami peningkatan menjadi 30 ml, yang menunjukkan bahwa stimulasi oksitosin secara berulang mampu memperlancar refleks pengeluaran ASI dari payudara secara progresif.

Demikian pula pada Ny. B, volume ASI pada hari pertama sesudah terapi sebesar 18 ml, kemudian meningkat menjadi 22 ml pada hari kedua, dan kembali meningkat menjadi 26 ml pada hari ketiga. Peningkatan volume ASI yang terjadi secara konsisten pada setiap hari intervensi menunjukkan bahwa pijat oksitosin tidak hanya membantu meningkatkan produksi ASI tetapi juga kemampuan refleks let-down ASI pada ibu nifas secara bertahap dan kumulatif selama intervensi.

Hasil penerapan ini menunjukkan bahwa terapi pijat oksitosin memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI pada ibu nifas. Pijat oksitosin merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang dilakukan dengan memberikan stimulasi pada area punggung sepanjang tulang belakang hingga kosta kelima atau keenam, yang bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin. Hormon ini berperan penting dalam refleks pengeluaran ASI dengan cara merangsang kontraksi sel mioepitel di alveoli payudara sehingga ASI dapat keluar dengan lebih lancar dan volume ASI meningkat secara signifikan (Putri et al., 2024). Penelitian quasi-eksperimental menunjukkan bahwa kombinasi pijat payudara dan pijat oksitosin efektif meningkatkan produksi ASI dibandingkan sebelum intervensi ($p < 0,05$), yang mendukung temuan peningkatan ASI pada kedua responden setelah terapi tiga hari berturut-turut (Ernawati & Ani, 2024).

Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat memengaruhi respons hormonal dan meningkatkan aliran ASI secara signifikan karena stimulasi saraf yang menimbulkan refleks neuroendokrin untuk mengeluarkan ASI, sehingga volume ASI yang diukur setelah intervensi menjadi lebih tinggi daripada sebelum pijat diberikan (Sumirah et al., 2025). Temuan-temuan ini konsisten dengan hasil penerapan yang menunjukkan peningkatan volume ASI pada Ny. A dan Ny. B dari hari pertama ke hari ketiga setelah terapi pijat oksitosin. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi ini efektif sebagai metode nonfarmakologis yang membantu memperlancar produksi dan pengeluaran ASI pada ibu nifas, terutama pada masa awal setelah melahirkan ketika respon hormonal laktasi masih dalam proses adaptasi.

Perbandingan Hasil Akhir Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Pijat Oksitosin

Setelah dilakukan penerapan selama tiga hari berturut-turut, terjadi peningkatan volume ASI pada kedua responden, yaitu Ny. A mengalami peningkatan sebesar 20 ml dan Ny. B sebesar 18 ml. Peningkatan volume ASI ini menunjukkan bahwa stimulasi pijat oksitosin yang dilakukan secara teratur memberikan pengaruh positif terhadap proses laktasi,

khususnya pada masa nifas awal ketika produksi ASI masih belum optimal. Pada periode postpartum awal, tubuh ibu masih mengalami proses adaptasi fisiologis, terutama pada sistem hormonal yang berperan dalam laktasi. Hormon prolaktin berfungsi dalam pembentukan ASI, sedangkan hormon oksitosin berperan dalam refleksi pengeluaran ASI (let-down reflex). Ketidakseimbangan hormon ini sering dipengaruhi oleh kondisi ibu seperti kelelahan pasca persalinan, nyeri, kurang istirahat, kecemasan, serta stres psikologis. Keadaan tersebut dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin sehingga ASI sulit keluar meskipun produksi ASI sebenarnya sudah mulai terbentuk (Putri et al., 2024). Kondisi ini sejalan dengan temuan awal pada Ny. A dan Ny. B yang menunjukkan volume ASI masih relatif sedikit sebelum intervensi dilakukan.

Terapi pijat oksitosin bekerja melalui mekanisme neuroendokrin dengan memberikan rangsangan pada area punggung sepanjang tulang belakang hingga kosta kelima atau keenam. Rangsangan ini akan mengaktifkan saraf parasimpatis dan merangsang hipotalamus serta hipofisis posterior untuk melepaskan hormon oksitosin. Oksitosin kemudian merangsang kontraksi sel mioepitel pada alveoli payudara sehingga ASI dapat terdorong keluar dengan lebih lancar. Pemberian pijat oksitosin secara berulang selama tiga hari berturut-turut memberikan efek kumulatif terhadap peningkatan refleksi let-down dan volume ASI yang dihasilkan (Ernawati & Ani, 2024). Peningkatan volume ASI yang terjadi secara bertahap dari hari pertama hingga hari ketiga menunjukkan bahwa tubuh ibu merespons terapi secara progresif. Pada hari pertama, peningkatan volume ASI mencerminkan adanya respons awal terhadap stimulasi oksitosin. Pada hari kedua dan ketiga, peningkatan yang lebih besar menunjukkan bahwa sistem hormonal ibu mulai beradaptasi dan refleksi pengeluaran ASI semakin optimal. Hal ini sejalan dengan penelitian Sumirah et al. (2025) yang menyatakan bahwa pijat oksitosin yang dilakukan secara rutin selama beberapa hari lebih efektif dibandingkan pemberian terapi satu kali dalam meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI.

Perbedaan peningkatan volume ASI antara Ny. A dan Ny. B kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor individu, seperti kondisi fisik, tingkat kelelahan, status nutrisi, pengalaman menyusui sebelumnya, serta kesiapan psikologis ibu. Ny. A yang mengalami peningkatan volume ASI lebih besar diduga memiliki kondisi fisik dan psikologis yang lebih stabil, sehingga respons tubuh terhadap stimulasi oksitosin menjadi lebih optimal. Sementara itu, Ny. B meskipun mengalami peningkatan ASI yang signifikan, kemungkinan memiliki faktor penghambat seperti kelelahan atau kecemasan yang lebih tinggi sehingga respons hormonal tubuh tidak seoptimal Ny. A (Sofia & Wahyuni, 2024).

Selain faktor hormonal dan psikologis, asupan nutrisi dan kecukupan cairan juga berperan penting dalam keberhasilan produksi ASI. ASI sebagian besar terdiri dari cairan, sehingga ibu nifas memerlukan asupan cairan yang cukup untuk mendukung pembentukan ASI. Kekurangan cairan dapat menyebabkan tubuh memprioritaskan fungsi vital dibandingkan produksi ASI. Penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas dengan asupan cairan yang adekuat memiliki produksi ASI yang lebih baik dibandingkan ibu dengan asupan cairan yang kurang (Putri et al., 2024). Selain itu, asupan nutrisi yang seimbang, terutama protein dan energi, sangat dibutuhkan dalam proses pembentukan ASI. Kombinasi antara pijat oksitosin dan pemenuhan nutrisi yang baik terbukti memberikan hasil yang lebih optimal terhadap peningkatan produksi ASI (Ernawati & Ani, 2024).

Dari sisi psikososial, pijat oksitosin juga mendukung proses adaptasi ibu pada masa nifas. Masa nifas merupakan periode transisi di mana ibu menyesuaikan diri terhadap perubahan fisik, emosional, dan peran baru sebagai seorang ibu. Terapi pijat oksitosin membantu mempercepat proses adaptasi tersebut dengan memberikan rasa rileks, meningkatkan rasa nyaman, serta menurunkan tingkat kecemasan. Ibu yang mampu

beradaptasi dengan baik cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam menyusui, sehingga proses laktasi dapat berlangsung lebih optimal (Aifa et al., 2025).

Selain itu, peningkatan hormon oksitosin juga berperan penting dalam bonding antara ibu dan bayi. Oksitosin dikenal sebagai hormon kasih sayang yang memperkuat ikatan emosional ibu dan bayi. Bonding yang baik akan mendorong ibu untuk lebih sering menyusui, sehingga memberikan stimulasi tambahan terhadap produksi ASI melalui mekanisme supply and demand. Dengan demikian, pijat oksitosin tidak hanya meningkatkan produksi ASI secara fisiologis, tetapi juga mendukung hubungan emosional ibu dan bayi yang berkelanjutan (Aifa et al., 2025).

Dukungan keluarga, khususnya dukungan suami, juga berperan penting dalam keberhasilan terapi pijat oksitosin. Keterlibatan keluarga dalam membantu ibu merasa nyaman, memberikan motivasi, serta menciptakan lingkungan yang kondusif akan meningkatkan efektivitas terapi. Penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas yang mendapatkan dukungan emosional yang baik memiliki peluang lebih besar untuk berhasil dalam pemberian ASI eksklusif karena kondisi psikologis yang lebih stabil mendukung pelepasan hormon oksitosin (Aifa et al., 2025).

Dari perspektif keperawatan dan kebidanan, terapi pijat oksitosin merupakan intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan memiliki manfaat yang signifikan. Terapi ini dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun diajarkan kepada keluarga untuk dilakukan secara mandiri di rumah. Dengan pendekatan holistik yang mencakup pijat oksitosin, pemenuhan nutrisi dan cairan, dukungan psikologis, penguatan bonding ibu–bayi, serta dukungan keluarga, diharapkan ibu nifas dapat beradaptasi secara optimal dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat tercapai (Sumirah et al., 2025). Hasil penerapan ini sejalan dengan penelitian Putri et al. (2024) dan Ernawati & Ani (2024) yang menyatakan bahwa pijat oksitosin secara signifikan meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Dengan demikian, penerapan terapi pijat oksitosin selama tiga hari berturut-turut pada Ny. A dan Ny. B membuktikan bahwa terapi ini tidak hanya efektif secara fisiologis, tetapi juga memberikan manfaat psikologis dan sosial yang mendukung keberhasilan laktasi secara menyeluruh.

Keterbatasan Penelitian

Peneliti telah berusaha melakukan penerapan pijat oksitosin dan menjabarkan hasil sebaik mungkin, namun demikian peneliti menyadari bahwa masih terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, di antaranya:

Adanya potensi perbedaan respons individu terhadap terapi pijat oksitosin, yang dipengaruhi oleh faktor fisik, psikologis, dan nutrisi, sehingga hasil peningkatan ASI dapat bervariasi.

Penelitian ini terkendala oleh waktu yang terbatas, sehingga penerapan terapi hanya dilakukan selama tiga hari berturut-turut dan tidak menilai efek jangka panjang dari pijat oksitosin.

Dukungan keluarga dan lingkungan sekitar ibu tidak sepenuhnya dapat dikontrol, padahal faktor ini berperan penting dalam keberhasilan terapi dan produksi ASI.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan pijat oksitosin untuk mengetahui perubahan volume ASI pada Ny. A dan Ny. B selama 3 hari berturut-turut, penulis menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Volume ASI pada kedua responden sebelum diberikan terapi pijat oksitosin masih relatif sedikit, yaitu Ny. A sebesar 10 ml dan Ny. B sebesar 8 ml, yang menunjukkan bahwa produksi ASI pada masa nifas awal belum optimal.

2. Setelah dilakukan penerapan pijat oksitosin selama 3 hari berturut-turut, terjadi peningkatan volume ASI pada kedua responden, yaitu Ny. A meningkat sebesar 20 ml dan Ny. B meningkat sebesar 18 ml. Hal ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin secara teratur efektif dalam meningkatkan refleksi let-down dan volume ASI.
3. Peningkatan volume ASI yang terjadi secara bertahap menunjukkan respons progresif tubuh terhadap terapi. Selain efek fisiologis, pijat oksitosin juga memberikan manfaat psikologis berupa penurunan kecemasan, peningkatan adaptasi ibu, serta mendukung bonding ibu dan bayi. Dukungan keluarga, khususnya dukungan suami, juga berperan penting dalam meningkatkan efektivitas terapi dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Saran

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga diharapkan dapat menerapkan pijat oksitosin secara rutin sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI, serta mendukung bonding antara ibu dan bayi.

2. Bagi Profesi Perawat dan Bidan

Hasil penerapan ini diharapkan dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan oleh perawat dan bidan untuk membantu ibu nifas yang mengalami hambatan dalam proses laktasi.

3. Bagi Institusi Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi tambahan dalam memberikan edukasi dan pelayanan kesehatan yang mendukung pemberian ASI eksklusif melalui intervensi nonfarmakologis seperti pijat oksitosin.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai data tambahan atau acuan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai pijat oksitosin, baik dari segi durasi, frekuensi, maupun pengaruh jangka panjang terhadap produksi ASI dan bonding ibu-bayi.

5. Bagi Rumah sakit

Diharapkan penerapan pijat oksitosin ini dapat memberikan edukasi yang lebih maksimal kepada ibu nifas terkait manfaat dan teknik pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI, dengan tetap mempertahankan SOP/kriteria yang telah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aifa, R., Nugroho, D., & Wahyuni, S. (2025). Peran hormon oksitosin dan dukungan keluarga dalam keberhasilan laktasi pada ibu nifas. *Jurnal Kebidanan & Kesehatan Ibu*, 12(1), 45–53.
- Aifa, W. E., Sari, R., & Handayani, L. (2025). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Healthcare*, 4(2), 112–118.
- Desmiati, H., Sabarguna, B. S., Nuntarsih, Yana, M., Octasila, R., Dariyani, S., Siallagan, D., Nofita, R., Hastuti, W. T., & Rochmawati. (2025). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kuantitas ASI pada Ibu Pasca Melahirkan di Rumah Sakit X. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(2), 291–301.
- Desriyanti, Vidiastary, R. I., Mufitana, E., Ardiansyah, M. A., Sofianawati, A., & Karimah, F. N. (2023). Efektivitas Penggunaan Rompi Pijat Oksitosin Otomatis untuk Memperlancar dan Meningkatkan Produksi ASI. *Jurnal Teknik Mesin, Industri, Elektro Dan Informatika*, 2(1), 285–291.
- Dewi, A. D. C., & Susmita. (2023). View of Relationship of Mother's Psychological Condition to Smooth Milk Production in Breastfeeding Mothers. *Science Midwifery*, 11(1). <https://midwifery.iocspublisher.org/index.php/midwifery/article/view/1234/1029>

- Dewi, M., Rahmawati, D., & Ulfa, I. M. (2024). Pengaruh Pijat Oksitosin Menggunakan Minyak Lavender Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Bintang Ara. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(1), 177–189. <https://doi.org/10.55606/JRIK.V4I1.2867>
- Dinkes Karanganyar. (2024). Profil Kesehatan Kabupaten Karanganyar Tahun 2024.
- Dunu, M., Lestari, D., & Pratama, A. (2025). Faktor hormonal dan psikologis yang memengaruhi produksi ASI pada masa nifas awal. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 13(1), 45–52.
- Ernawati, D., & Ani, M. (2024). Pengaruh kombinasi pijat payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. *JOMISBAR: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 8(1), 21–28.
- Ernawati, D., & Ani, P. (2024). Efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 78–85.
- Ernawati, D., & Ani, S. (2023). Hubungan stres ibu nifas dengan kelancaran produksi ASI. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(2), 89–95.
- Fatrin, T., Soleha, M., Apriyanti, T., & Sari, Y. (2022). Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(1), 39–46. <https://doi.org/10.32539/HUMMED.V3I1.73>
- Febriani, P., Azizah, R. N., Herdianti, H., Sari, N. I., Sulaeman, G., & Anwar, A. (2025). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 5(1), 77–91.
- Gultom, C. E., Jasmawati, J., & Nulhakim, L. (2023). Efektivitas Pijat Oksitosin oleh Suami dan Bidan dalam Meningkatkan Kelancaran ASI pada Ibu Nifas. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 79–89.
- Harahap, D. (2022). Pendidikan Kesehatan tentang Pemenuhan Gizi pada Ibu Menyusui di Desa Sigumuru Kota Padangsidimpuan Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(1), 94–97. <https://doi.org/10.51933/JPMA.V4I1.750>
- Hidayah, A., & Dian Anggraini, R. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas di BPM Noranita Kurniawati. *Journal of Education Research*, 4(1), 234–239. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.154>
- Ilmiah, K., Ners, A., Gemintang, R. F., Studi, P., Ners, P., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (2023). Penerapan terapi pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu post partum di ruang melati rs pnc.
- Janah, S. N., & Sulastri. (2025). Pemberian Pijat Oksitosin Untuk Memperlancar Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ners*, 9(3). <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Kemenkes. (2024). Profil Kesehatan Indonesia 2024.
- Khusniyati, E., & Purwati, H. (2024). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(1).
- Marlin, R. (2025). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi pada Ibu Postpartum: Literature Review. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 3(1), 89–98. <https://doi.org/10.52523/JIKA.V3I1.154>
- Marlina, L., Nuraeni, N., & Sari, N. P. (2022). Penerapan Pijat Oksitosin pada Ibu Postpartum untuk Meningkatkan Produksi ASI. *Journal Of Nursing Practice And Science*, 1(1), 87–97.
- Mufdlilah, M., Johan, R., & Ningsih, S. (2021). Breastfeeding Knowledge and Behavior in Lactational Amenorrhea Method (LAM) as a Natural Contraceptive. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/6477>
- Prihartanti, T. A., & Ariani, F. (2025). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di RS Pekanbaru Medical Center Tahun 2025. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 7(2), 204–210. <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>
- Putri, N., Santoso, R., & Lestari, A. (2024). Pengaruh nutrisi dan hidrasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas awal. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(3), 120–128.
- Putri, V. S., Rahmawati, N., & Hidayah, A. (2024). Efektivitas pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 11(1), 23–30.
- Putri, V. S., Rahmawati, N., & Hidayah, A. (2024). Efektivitas pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 11(1), 23–30.
- Putri, V. S., Sanjaya, R., Komalasari, & Primadevi, I. (2025). Pengaruh Pijat Oksitosin pada Ibu Nifas untuk Meningkatkan Produksi ASI. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 9(1), 11–20. <https://doi.org/10.57214/jka.v9i1.699>

- Rahayu, S., Martanti, L. E., Putri, H. A., & Prihatin, S. (2023). Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi Dan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Pendekatan Holistik Breastfeeding Dan Pemanfaatan Potensi Produk Lokal. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 9(2).
- Silalahi, M. T. J., & Rezeki, S. (2023). Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi pada Ibu Postpartum di Kelurahan Tomuan Kecamatan Siantar Timur Kabupaten Simalungun Tahun 2023. *JRIKUF: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Umum*, 1(4).
- Sofia, L., & Wahyuni, R. (2024). Faktor individu yang mempengaruhi respons produksi ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kesehatan Ibu & Anak*, 9(2), 55–63.
- Suarni, S., Asikin, H., & Azis, A. N. A. A. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Moncobalang Kabupaten Gowa Tahun 2023. *Journal of Health Quality Development*, 3(1), 35–46. <https://doi.org/10.51577/JHQD.V3I1.856>
- Sumirah, B. P., Kurniawati, E., & Marlina, R. (2025). Pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum. *NurseLine Journal*, 10(1), 55–62.
- Sumirah, T., Handayani, F., & Dewi, P. (2025). Pengaruh pijat oksitosin rutin terhadap peningkatan volume ASI pada ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Modern*, 11(1), 34–42.
- Sunengsih, N., Kurniawati, E., & Marlina, R. (2023). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 6(3), 201–208.
- Sungkar, N. L., & Gati, N. W. (2023). Penerapan Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Desa Ngrukuh Kabupaten Klaten. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 1(4), 193–203. <https://doi.org/10.59841/JUMKES.V1I4.282>
- Surya, M. S., Silaban, V. F., Khairani, K., Tompul, M. S. Br., Ndraha, M., & Afriani, F. (2025). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(3), 47–56. <https://doi.org/10.37287/JPPP.V7I3.6476>
- Susanti, K. N., Purnamayanthi, P. P. I., & Ekajayanti, P. P. N. (2025). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Nifas di Rumah Sakit Kasih Ibu Saba. *Jurnal Kesehatan*, 18(1).
- UNICEF. (2023). Global breastfeeding scorecard 2023. https://www.unicef.org/documents/global-breastfeeding-scorecard-2023?utm_source=chatgpt.com
- Wardhani, N., & Wulandari, P. (2024). Penerapan Pijat Oksitosin Terhadap Masalah Menyusui Tidak Efektif Pada Ibu Post Partum Spontan. *Journal of Language and Health*, 5(3). <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JLH>
- WHO. (2023, December 20). Infant and young child feeding. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- Windanoraya, R., Alfitri, R., Keswara, N. W., Kebidanan, S., Kesehatan, I., Rs, I., Kesdam, S., & Brawijaya, V. /. (2024). Pengaruh Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Terhadap Kecukupan ASI Bayi. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 9(2), 89–97. <https://doi.org/10.33867/3N3PYC16>