

PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN (PMB) IDA IRIANI, S.SI.T KECAMATAN TANAH JAMBO AYE KABUPATEN ACEH UTARA

Melati Julizar^{1*}, Yulda Nazira Fonna²
Universitas Bina Bangsa Getsempena

* Corresponding Author: First Author: yulizarmelaty@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received Dec 15, 2021
Revised Jan 22, 2022
Accepted Feb 10, 2022
Available online Feb 28, 2022

Kata Kunci:

Pijat Oksitosin, Produksi ASI, Ibu Nifas.

Keywords:

Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Postpartum Mother.

ABSTRAK

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) sebagai salah satu yang memberikan pengaruh paling besar terhadap kelangsungan hidup anak, pertumbuhan, dan perkembangannya. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Jika ibu merasa nyaman, santai dan tidak kelelahan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan ASI pun cepat keluar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara. Jenis penelitian ini bersifat quasi eksperiimen dengan rancangan two group postet only dengan sampel sebanyak 30 orang dan masing-masing 15 orang sampel kontrol dan 15 sampel intervensi dengan cara purposioe sampling. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 8 sampai dengan 17 September 2020 dengan metode observasi. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan uji mann-whitney. Hasil analisis univariat diperoleh bahwa rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kelompok intervensi pada kategori pretest sebesar 305.00 cc dan pada kategori posttest sebesar 615.00 cc sedangkan rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kelompok kontrol pada kategori pretest sebesar 215.00 cc dan pada kategori posttest sebesar 402.00 cc sedangkan hasil analisis bivariat diperoleh bahwa hasil nilai p-value sebesar $0.000 < 0.05$ maka diambil keputusan H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh teknik pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Diharapkan kepada responden agar dapat melakukan pijat oksitosin untuk kelancaran produksi ASI pada ibu nifas.

ABSTRACT

The provision of breast milk (ASI) as one of the most influential on a child's survival, growth, and development. Oxytocin massage is one solution to overcome the inability to produce breast milk. If the mother feels comfortable, relaxed and not tired, it can help stimulate the release of the hormone oxytocin and milk will come out quickly. The purpose of this study was to determine the effect of oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers at the Independent Midwife Practice (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Tanah Jambo Aye District, North Aceh Regency. This type of research is a quasi-experimental with a two-group postet only design with a sample of 30 people and 15 control samples each and 15 intervention samples by purposive sampling. This research was conducted on September 8 to 17, 2020 with the observation method. Data processing was carried out using the Mann-Whitney test. The results of the univariate analysis showed that the average milk production for postpartum mothers in the intervention group in the pretest category was 305.00 cc and in the posttest category was 615.00 cc, while the average milk production for postpartum mothers in the control group in the pretest category was 215.00 cc and in the

posttest category was 215.00 cc. 402.00 cc, while the results of the bivariate analysis showed that the p-value of $0.000 < 0.05$, the decision was taken to make H_0 rejected and H_a accepted, so it can be concluded that there is an effect of oxytocin massage technique on breast milk production in postpartum mothers. It is expected that respondents can do oxytocin massage for smooth milk production in postpartum mothers.

This is an open access article under the [CC BY-NC](#) license.

Copyright © 2021 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa Getsempena



PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2018, hanya 44 persen dari bayi baru lahir di dunia yang mendapat ASI dalam waktu satu jam pertama sejak lahir, bahkan masih sedikit bayi di bawah usia enam bulan disusui secara eksklusif. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Afrika Tengah sebanyak 25%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 32%, Asia Timur sebanyak 30%, Asia Selatan sebanyak 47%, dan Negara berkembang sebanyak 46%. Secara keseluruhan, kurang dari 40 persen anak di bawah usia enam bulan diberi ASI eksklusif (WHO, 2018).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia (2018), secara nasional cakupan bayi mendapat ASI eksklusif yaitu sebesar 68,74%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2018 yaitu 47%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Jawa Barat (90,79%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Gorontalo (30,71%). Sebanyak enam provinsi belum mencapai target Renstra tahun 2018 (Kemenkes, RI, 2019).

Berdasarkan data Profil Dinas Kesehatan Aceh, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Aceh pada tahun 2018 adalah sebesar 61%. Angka ini juga sudah melampaui target Renstra tahun 2018 yaitu 47%. Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan persentase pada tahun 2017 yang sebesar 55%. Sedangkan data dari Dinas Kabupaten Aceh Utara tahun 2018, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Aceh Utara adalah sebesar 57% (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2018).

Berdasarkan data profil di Puskesmas Tanah Jambo Aye tahun 2018, jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya hanya sebesar 45%. Sedangkan pada tahun 2019 jumlah ibu yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya hanya sebesar 48%.

ASI bermanfaat untuk menjaga ketahanan tubuh bayi karena mengandung zat anti infeksi yaitu zat immune modulator serta zat gizi yang unik seperti karbohidrat berupa laktosa, lemak yang banyak (asam lemak tak jenuh ganda), protein utama berupa lactalbumin yang mudah dicerna, kandungan vitamin dan mineral yang banyak. Manfaat menyusui bagi ibu tidak hanya dapat menjalin kasih sayang, tetapi terlebih lagi dapat mengurangi perdarahan setelah melahirkan, mempercepat pemulihan kesehatan ibu, menunda kehamilan, mengurangi resiko terkena kanker payudara, dan merupakan kebahagiaan tersendiri bagi ibu (Piliteri, 2003).

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan dapat membantu mencegah infeksi penyakit pada bayi. Penelitian di Rumah Sakit Kediri menyimpulkan bahwa semakin lama pemberian ASI dapat menurunkan episode diare. Bayi yang tidak diberi ASI eksklusif selama enam bulan berisiko dua kali lebih sering menderita diare rotavirus dibanding bayi dengan ASI eksklusif. Diare jarang terjangkit pada bayi berumur tiga bulan ke bawah, diduga karena antibodi ibu yang diturunkan kepada anak melalui plasenta dan ASI (Ngastiyah, 2011).

Hasil penelitian Rahmawati (2014), menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain ASI tidak segera keluar setelah melahirkan/produksi ASI kurang atau tidak cukup, ibu kurang percaya diri, keadaan puting susu ibu yang tidak menunjang, ibu bekerja dan pengaruh promosi pengganti ASI.

Ibu-ibu berhenti menyusui bayinya pada bulan pertama postpartum disebabkan puting susu lecet, kesulitan dalam melakukan perlekatan yang benar serta persepsi mereka tentang ketidakcukupan produksi ASI ibu sehingga tidak dapat memuaskan bayi.

Salah satu metode untuk meningkatkan volume ASI pada masa nifas, ibu dapat memberikan terapi pijat bayi dan mendapatkan pijat oksitosin sangat membantu ibu dalam meningkatkan produksi ASI (Kumala, 2017). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan pemijatan ini ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika ibu merasa nyaman, santai dan tidak kelelahan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan ASI pun cepat keluar (Putri, 2010).

Menurut (Sukarni, 2013), pijat oksitosin merupakan pijat disepanjang tulang belakang (vertebre) sampai tulang costae kelima atau keenam. Pijat ini berfungsi untuk meningkatkan oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun keluar dengan sendirinya dan salah satu terapi yang efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan fisik serta memperbaiki mood. Melalui pemijatan pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin menyebabkan otot-otot halus disekitar kelenjar payudara mengkerut sehingga ASI keluar. Dengan pijat oksitosin ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stres. Pijat oksitosin efektif dilakukan 2 kali sehari pada hari pertama dan kedua post partum, karena pada kedua hari tersebut ASI belum terproduksi cukup banyak.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Asih (2018) di BPM Lia Maria Kecamatan Sukarame Bandar Lampung, meneliti tentang Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas dengan jenis penelitian experimental. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum dengan nilai $p\text{-value } 0.037 < 0.05$.

Hasil peninjauan awal yang peneliti lakukan pada 10 (100%) orang ibu nifas hanya 4 orang (40%) ibu yang melakukan pijatan oksitosin dan mereka mengatakan ASI mereka banyak sedangkan 6 orang (60%) lagi ibu nifas mengatakan tidak bersedia dilakukan pijatan oksitosin karena sebagian dari mereka masih merasakan nyeri akibat persalinan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengidentifikasi menjadi sebuah Karya Tulis Ilmiah dengan judul Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara.

Berdasarkan latar belakang di atas maka yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian semu atau *quasy eksperimen* dengan rancangan *Two-Group Posttest Only*. Bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang ada di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara yaitu populasi kontrol berjumlah 15 orang dan populasi intervensi berjumlah 15 orang.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah purposive sampling yaitu pengambilan sampel berdasarkan atas pertimbangan tertentu. Sampel pada

penelitian ini yaitu ibu nifas yang diperkirakan bersalin pada periode Juli di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara, sebanyak 30 orang dan masing-masing 15 orang sampel kontrol dan 15 orang sampel intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil yang sudah dilaksanakan pada tanggal 8 sampai dengan 17 September 2020, didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Rata-Rata Produksi ASI pada Ibu Nifas Di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara Tahun 2020

Rata-Rata Produksi ASI pada Ibu Nifas	Mean	SD
Kelompok Intervensi		
<i>a. Pretest</i>	305.00	52.702
<i>b. Posttest</i>	615.00	85.516
Kelompok Kontrol		
<i>a. Pretest</i>	215.00	25.311
<i>b. Posttest</i>	402.00	51.402

(Sumber : Pengolahan Data Primer, 2020)

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat bahwa rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kelompok intervensi pada kategori pretest sebesar 305.00 cc dengan standar deviasi 52.702 dan pada kategori posttest sebesar 615.00 cc dengan standar deviasi 85.516 sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kategori pretest sebesar 215.00 cc dengan standar deviasi 25.311 dan pada kategori posttest sebesar 402.00 cc dengan standar deviasi 51.402.

Tabel 2. Hasil Uji Pengaruh Teknik Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara Tahun 2020

	Mean	<i>p-value</i>	Keputusan
Intervensi	22.47	0.000	Ho Ditolak
Kontrol	8.53		

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa rata-rata produksi ASI pada ibu nifas yang diberikan teknik pijat oksitosin adalah sebesar 22.47 cc dan rata-rata produksi ASI pada ibu nifas yang tidak diberikan teknik pijat oksitosin sebesar 8.53 cc. Hasil tersebut terdapat selisih antara perlakuan dimana nilai kelompok intervensi lebih tinggi daripada kelompok kontrol. Hasil nilai *p-value* sebesar $0.000 < 0.05$ maka diambil keputusan menolak H_0 dan menerima H_a , sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh teknik pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara.

1. Rata-Rata Produksi ASI pada Ibu Nifas

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kelompok intervensi pada kategori pretest sebesar 305.00 cc dengan standar deviasi 52.702 dan pada kategori posttest sebesar 615.00cc dengan standar deviasi 85.516 sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kategori pretest sebesar 215.00 cc dengan standar deviasi 25.311 dan pada kategori posttest sebesar 402.00 cc dengan standar deviasi 51.402.

Menurut teori Fikawati (2015), ASI tidak keluar merupakan kondisi tidak diproduksinya ASI atau sedikitnya produksi ASI. Salah satu tindakan yang perlu dilakukan untuk memaksimalkan kualitas dan kuantitas ASI yaitu melalui pemijatan punggung dengan teknik pijat oksitosin.

Sedangkan menurut teori Rahayu (2016), pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidklancaran produksi ASI. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tuang costae kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijat ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks pengeluaran ASI.

2. Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada tabel 2 dapat diketahui bahwa adanya pengaruh produksi ASI pada ibu nifas yang menggunakan pijat oksitosin dengan yang tidak menggunakan pijat oksitosin dengan nilai p-value 0.000.

Hal ini sesuai dengan teori Widuri (2013), pijat oksitosin adalah tindakan yang dilakukan oleh keluarga terutama oleh suami pada ibu menyusui yang berupa back massage pada punggung ibu untuk meningkatkan hormon oksitosin. Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau reflek let down. Selain untuk merangsang reflek let down, manfaat pijat oksitosin yaitu untuk memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak pada payudara, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Asih melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di BPM Lia Maria Kecamatan Sukarame Bandar Lampung tahun 2018". Jenis penelitiannya adalah experimental dengan menggunakan uji paired t-test. Dari penelitian tersebut didapatkan bahwa ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum dengan nilai p-value $0.037 < 0.05$.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan Pilaria melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram tahun 2017". Jenis penelitiannya adalah eksperimen semu (quasi eksperimen) dengan rancangan one group pre and post test design. Dari penelitian tersebut didapatkan bahwa ada pengaruh signifikan antara pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum dengan nilai p-value $0.000 < 0.05$.

Menurut asumsi peneliti produksi ASI sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu menyusui. Saat ibu menyusui merasa nyaman dan rileks pengeluaran oksitosin dapat berlangsung dengan baik. pijat oksitosin sangat efektif untuk melancarkan produksi ASI karena pijat oksitosin dapat membuat ibu merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang.

Produksi ASI pada ibu nifas juga ada kaitannya dengan pendidikan ibu rata-rata pada kategori menengah karena kebanyakan ibu setelah menikah tidak melanjutkan lagi pendidikan yang lebih tinggi lagi sehingga pengetahuan ibu tentang manfaat pijat oksitosin

dapat melancarkan produksi ASI juga kurang, dan pekerjaan ibu sehari-hari sebagian besar IRT sehingga ibu sibuk mengurus pekerjaan sehari-hari di rumah sehingga ibu tidak mempunyai waktu untuk menambah informasi tentang manfaat pijat oksitosin baik dari media cetak maupun dari media elektronik.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil penelitian pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Ida Iriani, S.Si.T Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara didapatkan bahwa:

1. Rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kelompok intervensi pada kategori pretest sebesar 305.00 cc dan pada kategori posttest sebesar 615.00 cc sedangkan rata-rata produksi ASI pada ibu nifas kelompok kontrol pada kategori pretest sebesar 215.00 cc dan pada kategori posttest sebesar 402.00 cc.
2. Hasil nilai p-value sebesar $0.000 < 0.05$ maka diambil keputusan H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh teknik pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian, maka penelitian dapat menyusun beberapa saran yang dapat digunakan sebagai berikut :

1. Responden
Responden agar melakukan pijat oksitosin untuk kelancaran produksi ASI pada ibu nifas.
2. Tempat Penelitian
Tempat penelitian agar dapat meningkatkan promosi kesehatan terhadap ibu nifas tentang manfaatnya melakukan pijat oksitosin untuk melancarkan produksi pada ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Y. (2017). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas*. Tanjungkarang : Poltekkes. Diakses pada tanggal 6 April 2020. Dari <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id>
- Astutik, R. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Aziziah, N. & Nisak, A.Z. (2019). *Penggunaan Kombinasi Metode BASOKU terhadap Produksi Air Susu Ibu (ASI)*. Kudus : Universitas Muhammadiyah. Diakses pada tanggal 2 Mei 2020. Dari <http://ejournal.stikesmuhgombang.ac.id>
- Bobak, I.M. dkk. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC.
- Dinkes Provinsi Aceh (2019). *Profil Kesehatan Aceh Tahun 2019*. Aceh : Dinkes Aceh.
- Fikawati, S. dkk. (2015). *Gizi Ibu dan Bayi*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Hubertin, P.S. (2007). *Konsep Penerapan ASI Eksklusif*. Jakarta : EGC.

- Indiarti (2016). Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi. Diakses pada tanggal 10 Mei 2020. Dari <https://ojs.unud.ac.id>
- Iriani, I. (2020). *Jumlah Ibu Nifas Tahun 2019 dan 2020*. Tanah Jambo Aye : Praktik Bidan Mandiri.
- Kemenkes, RI. (2019). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta : Depkes, RI.
- Kumala, F. & Rini, S. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. Yogyakarta : Deepublish.
- Naziroh, U. (2017). *Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Primipara*. Jombang : Insan Cendekia Medika.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Pilitteri, A. (2003). *Maternal and Child Health Nursing : Care of The Childbearing Family 4 th Edition*. Philadelphia : Lippincott. Diakses pada tanggal 4 April 2020. Dari <https://www.researchgate.net>
- Pritiani, R. & Andriyani, R. (2014). *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal (Askeb III)*. Yogyakarta : Deepublish.
- Prasetyo (2013). *ASI Eksklusif*. Yogyakarta : Diva Press.
- Proverawati, E. (2014). *Kapita Selecta ASI dan Menyusui*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Purwoastuti, E. & Walyani, E.S. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Puskesmas Tanah Jambo Aye (2020). *Jumlah Ibu yang Memberikan ASI Eksklusif*. Tanah Jambo Aye : Puskemas.
- [Putri, T. \(2010\). *Data Cakupan ASI Tak Langsung Keluar*](http://kesehatan.kompas.com). Diakses pada tanggal 2 Mei 2020. Dari <http://kesehatan.kompas.com>
- Rahayu, A.P. (2016). *Panduan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Deepublish.
- Rahmawati, E. (2014). *Hubungan Pijat Oksitosin dengan Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum Hari 1-2 di BPM Hj. Ni Kota Balikpapan*. Balikpapan : Jurnal Husada Mahakam. Diakses pada tanggal 10 April 2020. Dari <https://www.researchgate.net>
- Roesli, U. (2009). *Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta : Pustaka Bunda.
- Sari, L.P. (2017). *Rahasia Sukses Mengoptimalkan Produksi ASI*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Setiyani, A, Indrawati, T. Dan Sumini, N.L. (2016). *Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pemberian Susu Formula dengan Praktek Pemberian Susu Formula pada Bayi Usia 7-12 Bulan di Puskesmas Ngemplak Simongan*. Diakses pada tanggal 9 April 2020. Dari <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id>

- Simamora, M.F. (2014). *Hubungan Perawatan Payudara dan Kebiasaan Makan dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Masa Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Matiti Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan*. Medan : Universitas Sumatera Utara. Diakses pada tanggal 12 April 2020. Dari <http://jurnal.uui.ac.id>
- Sugiyono (2013). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung : Alfabeta.
- Sukarni, K.I. & Wahyu, P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Nuhe Medika.
- Sukma, F. dkk. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta Universitas Muhammadiyah.
- Sutanto, A.V. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Wahyuningsih, H.P. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta : Kemenkes, RI.
- WHO (2018). *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*. Geneva : WHO.
- Widuri, H. (2013). *Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja*. Yogyakarta : Gosyen Publishing.