

EFEKTIFITAS PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KELANCARAN AIR SUSU IBU POST PARTUM

Yenni Kurniawati^{1*}, Ulfa Maqfirah¹, Sarmidah¹

¹Diploma III Kebidanan, Akademi Kebidanan Medica Bakti Persada, Subulussalam,
Indonesia

*Corresponding Author Email: yennikurniawati.0681@gmail.com

ABSTRAK: Refleks pengeluaran ASI (Let Down Reflex) disebut juga MER (Milk Ejection Reflex) atau Oxytocin Refleks merupakan tanda bahwa ASI siap untuk mengalir dan membuat proses menyusui lebih mudah, baik bagi bayi maupun ibu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pijat oksitosin dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam. Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang. Pijat ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen dengan rancangan desain one group pre test-post test yaitu adalah pengukuran dua variabel yang sama pada dua yang berbeda poin yang dibandingkan. Pengamatan berpasangan dari variabel dapat diukur pada orang yang sama pada dua titik waktu yang berbeda. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam pada bulan Mei 2022. Dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling yaitu semua ibu nifas dijadikan sampel yang berjumlah 98 orang. Kelancaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden adalah kelancaran ASI yang tidak lancar yang berjumlah 56 responden (57,1%). Setelah dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden pengeluaran ASI nya lancar berjumlah 74 responden (75,5%). Data dianalisa dengan uji statistik paired sample t test dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Berdasarkan hasil uji ini, didapatkan nilai p value adalah 0,000 dengan demikian p value $< \alpha$ ($0,000 < 0,05$), maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dari analisa tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan kelancaran ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam. Diharapkan dapat menambah informasi tentang efektifitas pijat oksitosin dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam.

Kata Kunci: Kelancaran ASI, Pijat Oksitosin, Post Partum

ABSTRACT: The milk ejection reflex (Let Down Reflex) also called MER (Milk Ejection Reflex) or Oxytocin Reflex is a sign that breast milk is ready to flow and makes the breastfeeding process easier, both for the baby and the mother. The purpose of this study was to determine the effectiveness of oxytocin massage on the smoothness of breast milk in postpartum mothers in the Penanggalan Health Center Work Area, Subulussalam City. Oxytocin massage is a massage along both sides of the spine. This massage is done to stimulate the oxytocin reflex or milk ejection reflex. Mothers who receive oxytocin massage will feel more relaxed. This study is a quantitative study with a quasi-experimental design with a one-group pre-test-post-test design, namely the measurement of two of the same variables at two different points that are compared. Paired observations of variables can be measured in the same person at two different points in time. The study was conducted in the Penanggalan Health Center Work Area, Subulussalam City in May 2022. This study used a total sampling technique, namely all postpartum mothers were sampled, totaling 98 people. The smoothness of breast milk before oxytocin massage was mostly respondents' smoothness of breast milk that was not smooth, amounting to 56 respondents (57.1%). After oxytocin massage, most

respondents' breast milk production was smooth, amounting to 74 respondents (75.5%). The data were analyzed using a paired sample t-test with a 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). Based on the results of this test, the p-value was obtained as 0.000, thus the p-value $< \alpha$ ($0.000 < 0.05$), so H_a was accepted and H_o was rejected. From this analysis, it can be concluded that there was an increase in the smoothness of breast milk in postpartum mothers in the Penanggalan Health Center Work Area, Subulussalam City. It is expected to add information about the effectiveness of oxytocin massage with the smoothness of breast milk in postpartum mothers in the Penanggalan Health Center Work Area, Subulussalam City.

Keywords: Smooth Breast Milk, Oxytocin Massage, Post Partum

PENDAHULUAN

Tujuan pembangunan di bidang kesehatan yaitu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, untuk itu dilakukan berbagai upaya pelayanan kesehatan masyarakat (Dinkes Jambi, 2012). Upaya pelayanan kesehatan ialah setiap kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan yang dilakukan oleh pemerintah dan masyarakat. Pemeliharaan kesehatan mencakup aspek kuratif dan aspek *rehabilitative*. Sedangkan peningkatan kesehatan mencakup aspek preventif dan promotif (Notoatmodjo, 2010).

Salah satu hak bayi yang dijamin oleh Undang-undang No 36 Tahun 2009 tentang kesehatan adalah mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif (ASI Eksklusif). ASI eksklusif menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan pada bayi sejak dilahirkan selama enam (6) bulan, tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lain (Ernawati, 2015).

ASI merupakan makanan alamiah yang ideal untuk bayi, terutama bulan-bulan pertama. Ibu memberikan makan bayi dengan ASI bukan hanya memberinya awal kehidupan yang sehat dan bergizi bagi bayi, tetapi juga merupakan cara yang hangat, penuh kasih dan menyenangkan. Modal dasar pembentukan manusia berkualitas dimulai sejak bayi dalam kandungan disertai dengan pemberian ASI sejak usia dini. ASI adalah makanan

berstandar emas yang tidak bisa dibandingkan dengan susu formula atau makanan buatan apapun. ASI mengandung zat kekebalan (kolostrum yang dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit (Aprilia, 2012).

Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks let down. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin (Aprilia, 2012).

Refleks pengeluaran ASI (Let Down Reflex) disebut juga MER (Milk Ejection Reflex) atau Oxytocin Refleks merupakan tanda bahwa ASI siap untuk mengalir dan membuat proses menyusui lebih mudah, baik bagi bayi maupun ibu. Refleks pengeluaran ASI juga bisa terjadi saat ibu mendengar, melihat, atau bahkan hanya memikirkan sang bayi. Selain itu refleks pengeluaran ASI juga bisa terpicu dengan cara menyentuh payudara atau area puting dengan tangan atau alat pompa ASI (Monika, 2014).

Pentingnya pemberian ASI Eksklusif terlihat dari peran dunia yaitu pada tahun 2006 WHO (World Health Organization) mengeluarkan Standar Pertumbuhan Anak yang kemudian diterapkan diseluruh dunia yang isinya adalah menekankan pentingnya pemberian ASI saja kepada bayi sejak

lahir sampai usia 6 bulan. Setelah itu, barulah bayi mulai diberikan makanan pendamping ASI sambil tetap disusui hingga usianya 2 tahun. Sejalan dengan peraturan yang ditetapkan oleh WHO, di Indonesia juga menerapkan Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33/2012 tentang pemberian ASI Eksklusif. Peraturan ini menyatakan kewajiban ibu untuk menyusui bayinya sejak lahir sampai berusia 6 bulan (Ginting, 2013).

Saat ini sekitar 40 persen wanita Amerika memilih untuk tidak menyusui bayi mereka dan banyak yang mengalami nyeri dan pembengkakan payudara. Kebocoran susu, pembengkakan, dan nyeri payudara memuncak pada 3 hingga 5 hari pascapartum. Hingga 10 persen wanita melaporkan nyeri hebat hingga 14 hari pascapartum, dan seperempat hingga separuh dari wanita menggunakan analgesia untuk mengatasi nyeri payudara masa nifas (Leveno, 2009).

Pada Sidang Kesehatan Dunia ke-65, negara – negara anggota WHO menetapkan target di tahun 2025 bahwa sekurang – kurangnya 50% dari jumlah bayi dibawah usia enam bulan diberi ASI Eksklusif. Di Asia Tenggara capaian ASI eksklusif menunjukan angka yang tidak banyak perbedaan. Sebagai perbandingan, cakupan ASI Eksklusif di India sudah mencapai 46%, Philippines 34%, Vietnam 27% dan Myanmar 24% (Widayanti, 2014).

Rendahnya pemberian (ASI) merupakan ancaman bagi tumbuh kembang anak khususnya pada bayi. Seperti diketahui, bayi yang tidak diberi ASI setidaknya 6 bulan, lebih rentan mengalami kekurangan nutrisi. Pemberian ASI secara eksklusif dapat menekan kematian bayi hingga 13%. Namun tingkat pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih rendah , yaitu dari 40% pada tahun 2002 menjadi 32% pada tahun 2007. Sedangkan tingkat pemberian ASI secara eksklusif di tanah air khususnya Sumatera Utara pada tahun 2005 mencapai 32% dan pada tahun 2010 hanya 34% (Maryunani A,

2012).

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Pusdatin RI) tahun 2013 estimasi absolut bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif dan tidak ASI Eksklusif di Indonesia untuk bayi 0-6 bulan adalah 2.483.485 dan untuk Provinsi Aceh 67.381, persentase bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif di Indonesia

Capaian ASI Eksklusif di Indonesia belum mencapai angka yang diharapkan yaitu sebesar 80%. Berdasarkan laporan Survey Dasar Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 pencapaian ASI eksklusif adalah 42%.

Menurut Suradi (2008), kriteria pengeluaran ASI antara lain adalah ASI merembes karena payudara penuh, ASI keluar pada waktu ditekan, ASI menetes pada saat tidak menyusui atau ASI memancar keluar.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian quasi eksperimen dengan rancangan desain *one group pre test-post test* yaitu adalah pengukuran dua variabel yang sama pada dua yang berbeda poin yang dibandingkan.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam dengan jumlah 98 orang berdasarkan data pada bulan April 2022. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik total sampling yaitu ibu nifas yaitu seluruh ibu dijadikan sampel yang berjumlah 98 orang.

Penelitian ini telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam . Penelitian ini telah dilakukan yang dimulai dari survei awal pada tanggal 17 Januari 2022 dan penelitian pada tanggal 17 April s/d 2 Mei 2022.

Metode uji statistik yang digunakan adalah uji t dua sampel berpasangan (*paired sample t test*).

HASIL PENELITIAN

Hasil pengumpulan data tentang kelancaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam terlihat dalam Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Distribusi Kelancaran ASI sebelum dilakukan Pijat Oksitosin

No	Kelancaran ASI	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Lancar	42	42,9
2	Tidak Lancar	56	57,1
Total		98	100

Berdasarkan tabel 1. diatas, dapat dilihat bahwa berdasarkan kelancaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden adalah tidak lancar yang berjumlah 56 orang (57,1%). Medis Gambaran Kelancaran ASI Setelah Dilakukan Pijat Oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam

Berdasarkan hasil pengumpulan data tentang kelancaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam Tengah diperoleh gambaran sebagai berikut :

Tabel 2. Distribusi Kelancaran ASI setelah dilakukan Pijat Oksitosin

No	Kelancaran	F	Presentasi (%)
1	Lancar	74	75,5
2	Tidak Lancar	24	24,5
Total		98	100

Berdasarkan tabel 2. diatas, dapat dilihat bahwa berdasarkan kelancaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden adalah lancar yang berjumlah 74 orang (75,5%).

Analisa bivariat digunakan untuk melihat efektifitas pijat oksitosin dengan kelancaran asi pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam, sehingga tabel yang digunakan adalah

uji t-independen.

Tabel 3. Distribusi hasil Dependen T-Tes Kelancaran ASI Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Oksitosin Pada Ibu Post Partum

Mean	Selisih	Nilai P	Nilai X
Pre: 7,02 Post: 7,52	0,50	0,000	0,05

Data dianalisa dengan uji statistik paired sample t test dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Berdasarkan hasil uji ini, didapatkan nilai p value adalah 0,000 dengan demikian p value < α ($0,000 < 0,05$), maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dari analisa tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam.

PEMBAHASAN

Data dianalisa dengan uji statistik paired sample t test dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Berdasarkan hasil uji ini, didapatkan nilai p value adalah 0,000 dengan demikian p value < α ($0,000 < 0,05$), maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dari analisa tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam. Menurut asumsi peneliti adanya perbedaan pada ibu post partum sebelum dilakukan pijat oksitosin dan sebelum dilakukan pijat oksitosin yaitu kelancaran ASI dikarenakan telah dilakukannya pijat oksitosin yang bertujuan untuk merangsang oksitosin.

Hal ini berkaitan dengan karakteristik responden di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam sebagian besar responden berumur 31-35 tahun yaitu 44 orang (44,89%) sebagaimana diketahui responden merupakan usia dewasa sehingga paham dengan pijat oksitosin yang bertujuan untuk

kelancaran ASI, sebagian responden berpendidikan SMA yaitu 61 orang (62,2%) sehingga diharapkan dengan tingkatan pendidikan SMA responden dapat paham tentang pijat oksitosin, sebagian besar responden mempunyai anak sebanyak 2 orang anak yaitu 46 orang (46,9%) sehingga dapat dilihat responden sudah mempunyai pengalaman tentang melakukan pijat oksitosin yang bertujuan untuk kelancaran ASI dan sebagian besar responden melakukan pijat oksitosin sebanyak 61 orang (62,2%) yang dapat diasumsikan bahwa responden telah mempunyai kesadaran untuk melakukan pijat oksitosin yang bertujuan untuk kelancaran ASI pada proses menyusui.

Menyusui dini di jam - jam pertama kelahiran jika tidak dapat dilakukan oleh ibu akan menyebabkan proses menyusui tertunda, maka alternatif yang dapat dilakukan adalah pijat oksitosin. Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan reseptor oksitosin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayinya (Evariny, 2008).

Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleksi oksitosin atau *refleks let down*. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin. (Depkes RI, 2015).

Menurut Monika (2014) refleksi pengeluaran ASI (Let Down Reflex) disebut juga MER (*Milk Ejection Reflex*) atau *Oxytocin Refleksi* merupakan tanda bahwa ASI siap untuk mengalir dan membuat proses menyusui lebih mudah, baik bagi bayi maupun ibu. Refleksi pengeluaran ASI juga bisa terjadi saat ibu mendengar, melihat, atau bahkan hanya memikirkan sang bayi. Selain itu refleksi pengeluaran

ASI juga bisa terpicu dengan cara menyentuh payudara atau area puting dengan tangan atau alat pompa ASI.

Salah satu hak bayi yang dijamin oleh Undang-undang No 36 Tahun 2009 tentang kesehatan adalah mendapatkan Air Susu Ibu secara eksklusif (ASI Eksklusif). ASI eksklusif menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia NO. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan pada bayi sejak dilahirkan selama enam (6) bulan, tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lain (Ernawati, 2015).

ASI merupakan makanan alamiah yang ideal untuk bayi, terutama bulan-bulan pertama. Ibu memberikan makan bayi dengan ASI bukan hanya memberinya awal kehidupan yang sehat dan bergizi, tetapi juga merupakan cara yang hangat, penuh kasih dan menyenangkan. Modal dasar pembentukan manusia berkualitas dimulai sejak bayi dalam kandungan disertai dengan pemberian ASI sejak usia dini. ASI adalah makanan berstandar emas yang tidak bisa dibandingkan dengan susu formula atau makanan buatan apapun. ASI mengandung zat kekebalan (*kolostrum* yang dapat melindungi bayi dari berbagai penyakit (Aprilia, 2012).

Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleksi oksitosin atau refleksi *let down*. Pijat oksitosin ini dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan dilakukan pemijatan ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan setelah melahirkan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin

(Aprilia, 2012).

Menurut Hull (2008) Kandungan ASI antara lain adalah seperti halnya makanan, air susu ibu juga mempunyai ciri-ciri tersendiri. Sebagian besar kandungan karbohidrat pada air susu

ibu kebanyakan dalam bentuk disakarida, laktosa, yang membutuhkan enzim disakaridase yang spesifik untuk pencernaannya, lemak terutama dalam bentuk *globu-globul trigliserida* yang dikelilingi oleh *lipoprotein* yang mungkin merupakan sisa dinding sel-sel alveolus. Asam lemak yang terkandung mencerminkan makanan dan cadangan lemak ibunya.

Jika makanan ibu mengandung rendah lemak, sel-sel alveolus akan membentuk asam lemak dengan panjang rantai 12-16 karbon, yang mengherankan adalah kandungan protein air susu ibu cukup rendah, akan tetapi sebagian besar dalam bentuk yang mudah dicerna. Bentuk ini terdiri dari *laktalbumin*, *laktoferin* (suatu protein yang memengaruhi flora bakteri usus bayi), *lisosim*, dan *IgA* (Hull, 2008).

Air susu ibu juga mengandung vitamin, mineral, enzim, mineral khususnya lipase, dan sel-sel. Sel-sel umumnya adalah *makrofag* yang berfungsi menjaga air susu ibu bebas dari infeksi dan membantu pertahanan saluran cerna. Jumlah relatif masing-masing kandungan sangat bervariasi. Air Susu ibu yang pertama terbentuk disebut kolostrum, yang kaya protein dan selsel tetapi jumlahnya sedikit. Ketika proses menyusui terbentuk, kandungan air susu ibu yang matang mengalami variasi diurnal dan variasi dari hari kehari (Hull, 2008).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan maka dapat ditarik beberapa kesimpulan antara lain adalah:

- Kelancaran ASI sebelum dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden adalah tidak lancar berjumlah 56 orang (57,1%).
- Kelancaran ASI setelah dilakukan pijat oksitosin sebagian besar responden adalah lancar berjumlah 74 orang (75,5%).
- Ada perbedaan kelancaran ASI sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin pada ibu post partum di

Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam . ASI sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam .

Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah informasi tentang efektifitas pijat oksitosin dengan kelancaran ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Penanggalan Kota Subulussalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, G (2012). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang ASI Eksklusif Dengan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Harjobinangun Purworejo*. Jurnal : STIKes Muhammadiyah Purworejo Jawa Timur. Volume 3 Nomor 2 Tahun 2012.
- Arikunto (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Bahiyatun (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta : EGC
- Depkes RI (2015). *Dukung Ibu Bekerja Beri ASI Eksklusif*. <http://depkes.go.id/article/print/15091400003/dukung-ibu-bekerja-beri-asi-eksklusif.html> (Diakses 31 Februari 2021).
- Ernawati (2015). *Peranan Sarana Pelayanan Kesehatan Dalam Pemberian ASI Eksklusif : Studi Pada Pegawai Negeri Sipil di Kecamatan Pati Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah*. <http://litbang.patikab.go.id/index.php> (Diakses 31 Februari 2021).
- Ginting (2013). *Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/38743/Chapter%201.pdf> oleh Ginting 2013. (Diakses 31 Februari 2021).
- Hidayat, A, A, A (2008). *Ilmu Kesehatan Anak*. Jakarta : Salemba Medika
- Hull, D (2008). *Dasar Dasar Pediatri*. Jakarta : EGC.
- Leveno (2009). *Obstetri Williams Panduan Ringkas*. Jakarta : EGC.

- Mariatul Kiftia (2014). *Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum*. Magister Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. Jurnal Ilmu Kesehatan. ISSN 2338-6371.
- Maryunani A (2012). *Inisiasi Menyusu Dini, Asi Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: TIM.
- Meity Albertina (2015). *Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Seksio Sesaria Hari Ke 2 – 3*. Jurnal Husada Mahakam. Volume III No. 9, Mei 2015, hal. 452-522.
- Meiyana (2010). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui di Kelurahan Pedalangan Kecamatan Banyumanik Kota Semarang*. Jurnal KesMaDaSka, vol 1 No. 1, Juli 2010. jurnal.stikeskusumahusada.ac.id/index.php/JK/article/view/17 (Diakses 31 Februari 2021).
- Monika (2014). *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. Jakarta : Noura Books
- Muslihatun (2010). *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Fitramaya
- Notoatmodjo (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Oktavia (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta :Rineka Cipta
- Safitri (2016). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Desa Bendan Kecamatan Boyolali*. Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2016.
- Suradi (2008). *Manajemen Laktasi*. Jakarta : Perkumpulan Perinatologi Indonesia.
- Meihartati (2016). *Hubungan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Post Partum*. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, Vol. 12, No. 2, Desember 2016: 193-197.
- Widayanti (2014). *Pendahuluan Latar Belakang Masalah ASI Eksklusif*. Eprints.Undip.Ac.Id/43466/2/Bab_I_Thesis_.Pdf - 2014 (Diakses 31 Februari 2019).
- Yuliarti, Nurheti (2010) *Keajaiban ASI Makanan terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan, dan Kelincahan si Kecil*. Jakarta : CV Andi
- Yunisa (2010) *Merawat Bayi Tanpa Baby Sitter*. Jakarta : Buku Kita.