

OPTIMALISASI PRODUKSI ASI MELALUI PIJAT OKSITOSIN

Wira Ekdeni Aifa^{1*}, Fajar Sari Tanberika¹, Jufenti Ade Fitri², Rifa Yanti³, Dilgu Meri³

¹ Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah

³Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah

e-mail: wiraekdeniaifa15@gmail.com

Abstract

Breast milk is the best food for babies. Breast milk is specifically made for human babies. The nutritional content of breast milk is very special and perfect and meets the needs of infant growth and development. Oxytocin massage is a stimulation to stimulate the release of the hormone oxytocin through oxytocin massage, providing a sense of comfort and instilling confidence in the mother that breast milk will definitely come out and the mother can provide exclusive breastfeeding. This type of research uses a quantitative approach with a one-group pretest-posttest design. This design consists of one group given a pretest before being given treatment, then given treatment and then a posttest to determine the results. The research was conducted in July-August 2025. The sample size was 31 people taken using purposive sampling technique. The results of the study showed that the lowest breast milk production before oxytocin massage was 0 cc while the highest production was 2 cc with an average breast milk production of 0.3 cc. The lowest breast milk production after oxytocin massage was 0 cc while the highest production was 4.3 cc with an average breast milk production of 1 cc. Bivariate test analysis, namely parametric statistical tests using Paired t-test, obtained a p-value < (0.05) which is 0.000 < $\alpha = 0.05$ which means that oxytocin massage is effective in increasing breast milk production in postpartum mothers. From these results, health services need to implement oxytocin massage as a method to increase breast milk production in postpartum mothers.

Keywords: Oxytocin Massage, Postpartum Mothers, Breast Milk Production

Abstrak

ASI adalah makanan terbaik untuk bayi. Air Susu Ibu khusus dibuat untuk bayi manusia. Kandungan gizi dari ASI sangat khusus dan sempurna serta sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang bayi. Pijat oksitosin Adalah melakukan stimulasi untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin, memberikan rasa nyaman dan menumbuhkan keyakinan pada ibu bahwa ASI pasti keluar dan ibu bisa memberikan ASI secara eksklusif. Jenis penelitian ini menggunakan Jenis penelitian kuantitatif, menggunakan rancangan Quasi eksperimental pendekatan *one-group pretest-post tes Design*, yaitu design ini terdapat satu kelompok yang diberikan *pretest* sebelum diberi perlakuan, selanjutnya diberi perlakuan Kemudian *posttest* untuk mengetahui hasilnya. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Juli-Agustus 2025. Jumlah sampel 31 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian didapatkan produksi ASI sebelum diberikan tindakan pijat oksitosin yang paling sedikit adalah 0 cc sedangkan jumlah produksi paling banyak adalah 2 cc dengan produksi ASI rata-rata adalah 0,3 cc. Produksi ASI setelah diberikan tindakan pijat oksitosin yang paling sedikit adalah 0 cc sedangkan jumlah produksi paling banyak adalah 4,3 cc dengan produksi ASI rata-rata adalah 1 cc. Analisis uji bivariat yaitu uji statistik parametrik dengan menggunakan *Paired t-test* diperoleh nilai p-value < (0,05) yaitu 0,000 < $\alpha=0,05$ yang artinya pijat oksitosin efektif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. Dari hasil ini bahwa pelayanan kesehatan perlu menerapkan pijat oksitosin sebagai metode untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu masa nifas.

Kata kunci: Pijat Oksitosin, Ibu Nifas, Produksi ASI

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu campuran antara lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam organik yang kemudian disekresi oleh kedua kelenjar payudara ibu, sehingga ASI menjadi satu-satunya makanan alamiah yang terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat lengkap yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Namun, ada kalanya beberapa ibu yang memiliki kendala dalam pemberian ASI. Kendala yang utama adalah produksi ASI yang sedikit, terutama pada hari-hari pertama kelahiran bayi. Hal ini dikarenakan masih adanya sedikit hormon progesteron, estrogen, Human Placental Lactogen (HPL) dan Prolactin Inhibiting Factor (PIF) didalam tubuh ibu, sehingga Produksi ASI masih terhambat terlebih pada hari 2-3 setelah melahirkan (Pollard, 2016).

(Indonesia, 2024) ASI yang sedikit menyebabkan ibu memilih alternatif lain, yaitu memberikan susu formula sebagai pengganti dari ASI. Padahal nilai gizi ASI pada hari pertama sampai ketiga sangat tinggi, karena kolostrum banyak disekresikan oleh kelenjar payudara (Saleha, 2009). Kendala lain dalam pemberian ASI antara lain ibu tidak mengerti tata cara laktasi yang benar, bayi terlanjur diberi PASI, kelainan pada payudara ibu, ibu hamil lagi, ibu bekerja dan kelainan bayi. Hal inilah yang menjadi penyebab gagalnya pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan bayi (IDAI, 2018)

Metode-metode yang dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu sudah sangat banyak dan berkembang, salah satunya adalah metode Pijat Oksitosin. Pada tahun 2014, Widayanti melakukan penelitian dengan metode pijat oksitosin yaitu melakukan stimulasi untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin, memberikan rasa nyaman dan menumbuhkan keyakinan pada ibu bahwa ASI pasti keluar dan ibu bisa memberikan ASI secara eksklusif dengan

pijat oksitosin, dari hasil penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa metode pijat oksitosin sangat efektif dan dapat menjadi cara alternatif untuk mengatasi masalah produksi ASI pada hari-hari pertama kehidupan bayi.

Besarnya manfaat ASI tidak diimbangi oleh peningkatan perilaku pemberian ASI sehingga bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik. Beberapa faktor diduga menjadi penyebab bayi tidak mendapatkan ASI dengan baik salah satunya adalah faktor pengetahuan ibu, kemalasan ibu untuk menyusui, kelelahan saat menyusui, serta kekawatiran ibu mengenai perubahan payudara setelah menyusui. Faktor sosial budaya, kurangnya dukungan keluarga dan lingkungan dalam proses menyusui juga sangat berpengaruh terhadap proses pemberian ASI).

Faktor masalah dalam pemberian ASI dapat berupa faktor psikologis setelah melahirkan terkadang ibu mengalami perubahan fisik dan psikologi yang mengakibatkan perubahan pada psikisnya. Kondisi ini dapat mempengaruhi proses laktasi. Fakta menunjukkan bahwa cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis.

Produksi ASI dipengaruhi oleh dua hormon utama, yaitu prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin berperan dalam pembentukan ASI, sedangkan hormon oksitosin bertanggung jawab dalam refleks pengeluaran ASI (let-down reflex). Saat bayi menyusu atau saat ibu mendapat stimulasi, hipotalamus akan mengirimkan sinyal ke hipofisis posterior untuk melepaskan hormon oksitosin. Hormon ini kemudian merangsang kontraksi sel-sel mioepitel di sekitar alveoli payudara, sehingga ASI terdorong keluar melalui duktus laktiferus. (Widiyanti & Wahyuni, 2020).

Salah satu intervensi non-farmakologis yang terbukti efektif dalam merangsang pelepasan hormon oksitosin adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin adalah pijatan ringan sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk ke-5–6 yang dilakukan

selama 3–5 menit. Teknik ini bertujuan untuk merangsang saraf parasimpatis yang berhubungan dengan pelepasan hormon oksitosin, sehingga dapat meningkatkan kelancaran aliran ASI (Yulianti, 2022). Selain itu, pijat oksitosin juga dapat memberikan efek relaksasi, mengurangi kecemasan, serta menurunkan tingkat stres pada ibu menyusui.

Pijat oksitosin merupakan teknik pijatan ringan pada sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk ke-5–6 yang bertujuan merangsang hormon oksitosin. Hormon ini berperan penting dalam refleks let-down atau pengeluaran ASI, sekaligus menurunkan ketegangan pada ibu menyusui (Widiyanti & Wahyuni, 2020). Penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI secara signifikan serta mempercepat proses involusi uterus (Yulianti, 2022).

Beberapa penelitian mendukung efektivitas pijat oksitosin. (Pada et al., 2021) melaporkan bahwa ibu nifas yang mendapatkan pijat oksitosin secara rutin menunjukkan peningkatan volume ASI lebih cepat dibandingkan ibu yang tidak mendapatkan pijat. Penelitian lain oleh Widiyanti dan Wahyuni (2017) juga menemukan bahwa pijat oksitosin berpengaruh signifikan terhadap peningkatan refleks let-down dan mempercepat proses involusi uterus. Selain aspek fisiologis, pijat oksitosin juga memberi kenyamanan psikologis bagi ibu, yang pada akhirnya berdampak positif pada keberhasilan menyusui.

Dengan demikian, optimalisasi produksi ASI melalui pijat oksitosin tidak hanya menjadi solusi praktis untuk mengatasi masalah keterlambatan produksi ASI, tetapi juga menjadi bagian dari strategi mendukung program ASI eksklusif. Intervensi sederhana ini dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan maupun anggota keluarga, sehingga penerapannya bersifat mudah, murah, dan efektif. Oleh karena itu, pijat oksitosin penting untuk dipromosikan sebagai bagian dari pelayanan kebidanan dan kesehatan ibu, guna mendukung

pencapaian target penurunan angka kesakitan bayi dan peningkatan kualitas kesehatan generasi mendatang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dengan jumlah sampel 31 orang. Alat ukur yang digunakan pijat oksitosin dan cara mengukurnya dengan sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan, waktu untuk dilakukan pre sebelum ibu nifas tersebut mendapatkan perlakuan dan post nya setelah mendapatkan perlakuan. Penelitian yang digunakan adalah eksperimen karena peneliti ingin melihat variabel sebab dan akibat yaitu pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Klinik Dilla Metode yang digunakan yaitu *pra-eksperimental* dengan rancangan *one-group pretest-post tes Design*, yaitu design ini terdapat satu kelompok yang diberikan *pretest* sebelum diberi perlakuan, selanjutnya diberi perlakuan Kemudian *posttest* untuk mengetahui hasilnya (Sugiyono, 2016). lansia mengumpulkan kader lansia bersama peneliti menjelaskan maksud dan tujuan peneliti.

Untuk mengukur instrument penelitian tentang peran kader lansia dengan sikap dalam pencegahan hipertensi menggunakan kuesioner pertanyaan tertutup. Alat ukurnya menggunakan kuesioner yang sudah teruji validitasnya mengukur peran kader dan sikap lansia hipertensi. Proses pengumpulan data dilakukan saat lansia datang ke posyandu dengan pertanyaan tertutup, untuk lansia yang tidak bisa membaca dibantu dibacakan. Bagi lansia yang tidak mau dijadikan sampel peneliti tidak memaksa dan sebelumnya dijelaskan terlebih dahulu maksud dan tujuan dilakukan penelitian. Sebelum proses penelitian dilakukan peneliti mengajukan uji etik. Untuk uji analisa data menggunakan *chi-square* tentang peran kader lansia dengan sikap lansia hipertensi dalam pencegahan pengendalian. (sugiyono, 2019).

melalui observasi langsung dengan

melakukan pemeriksaan jentik nyamuk pada tempat penampungan air di rumah responden. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi untuk mencatat keberadaan jentik.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi ABJ sebelum dan sesudah intervensi, sedangkan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Hasil dari Karakteristik responden pada penelitian ini meliputi usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, paritas, perawatan payudara, konsumsi makanan tambahan, serta kondisi puting susu. Distribusi frekuensi karakteristik responden secara lengkap disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Usia (Tahun)	4	12,4
<20	21	67,7
20-35	6	19,4
>35		
Pendidikan		
SD	2	6,5
SLTP	5	16,1
SLTA	19	61,3
PT	5	16,1
Pekerja		
an I	25	80,6
RT	1	3,2
PNS	2	6,5
Wiraswasta Swasta	3	9,7
Perawatan	23	74,2
Payudara	8	25,8
Ya		
Tidak		
Konsumsi Makanan Tambahan		
Ya	29	93,5
Tidak	2	6,5
Paritas		
Primipara	14	45,2
Multipara	17	54,8
Kondisi Puting		
Baik	30	96,8
Tidak baik	1	3,2

Sumber : Data Primer

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia antara 20-35

analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan signifikan ABJ sebelum dan sesudah intervensi edukasi 3M Plus. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas edukasi 3M Plus dalam meningkatkan angka bebas jentik di Wilayah Kerja Puskesmas Beringin Jaya. tahun yaitu sebanyak 21 responden (67,7%), sedangkan pendidikan responden mayoritas SLTA/SMA yaitu sebanyak 19 responden (61,3%) dan berprofesi sebagai ibu rumah tangga yaitu 25 responden (80,6%). Pada karakteristik perawatan payudara, responden terbanyak menyatakan melakukan perawatan payudara 23 responden (74,2%) dengan kondisi puting baik (96,8%), dan mengkonsumsi makanan tambahan selama hamil (93,5%). Karakteristik paritas menunjukkan bahwa 17 responden (54,8%) multipara dan 14 lainnya (45,2%) primipara serta status IMD berhasil dilakukan pada 12 responden (38,7%).

Tabel 2. Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Sebelum diberikannya Tindakan Pijat Oksitosin

Variabel	n	Min	Max	Mean	SD	95 % CI
Produksi ASI	31	0,0	2,0	0,310	0,5049	0,124-0,495

Sumber : Data Primer

Tabel 2 menunjukkan bahwa produksi ASI sebelum diberikan tindakan pijat oksitosin yang paling sedikit adalah 0 cc sedangkan jumlah produksi paling banyak adalah 2 cc dengan produksi ASI rata-rata adalah 0,3 cc.

Tabel 3. Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Setelah diberikannya Tindakan Pijat Oksitosin

Variabel	n	Min	Max	Mean	SD	95 % CI
Produksi ASI	31	0,0	4,3	1,026	1,0605	0,637-1,415

Sumber : Data Primer

Tabel 3 menunjukkan bahwa produksi ASI setelah diberikan tindakan

pijat oksitosin yang paling sedikit adalah 0 cc sedangkan jumlah produksi paling banyak adalah 4,3 cc dengan produksi ASI rata-rata adalah 1 cc.

Tabel 4. Pengaruh pemberian oksitosin terhadap Produksi ASI Pada Ibu *Post Partum*

Variabel	Min	Max	Mean	SD	P Value
Sebelum intervensi	0,0	2,0	0,310	0,5049	
Setelah intervensi	0,0	4,3	1,026	1,0605	0,00

Sumber : Data Primer

Tabel 4 menunjukkan produksi ASI pada responden mengalami perubahan sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin dengan nilai *p value* 0,000 ($p < 0,05$).

2. Pembahasan

Berdasarkan hasil univariat diperoleh distribusi bahwa produksi ASI sebelum diberikan tindakan pijat oksitosin yang paling sedikit adalah 0 cc sedangkan jumlah produksi paling banyak adalah 2 cc dengan produksi ASI rata-rata adalah 0,3 cc. Sedangkan produksi ASI setelah diberikan tindakan pijat oksitosin yang paling sedikit adalah 0 cc sedangkan jumlah produksi paling banyak adalah 4,3 cc dengan produksi ASI rata-rata adalah 1 cc.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa hasil analisis menunjukkan produksi ASI pada responden mengalami perubahan sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* 0,000 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin.

Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin terbukti berpengaruh signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum. Pijat oksitosin bekerja dengan merangsang saraf parasimpatis di sepanjang tulang belakang dan area sekitar scapula sehingga meningkatkan pelepasan hormon oksitosin dari hipofisis posterior. Hormon ini berperan penting dalam refleks let-down,

yaitu kontraksi sel mioepitel di sekitar alveoli payudara sehingga ASI lebih mudah keluar. Penelitian di RSUD Chasbullah Abdulmadjid Bekasi melaporkan adanya peningkatan rata-rata skor produksi ASI dari 2,0 sebelum intervensi menjadi 6,5 sesudah dilakukan pijat oksitosin, dengan nilai *p* = 0,000 yang menunjukkan perbedaan signifikan (Susanti et al., 2025).

Hasil serupa ditunjukkan penelitian di RSUD Tugurejo Semarang, yang menemukan peningkatan volume ASI rata-rata 1,37 cc pada pijat pertama, 1,77 cc pada pijat kedua, dan 2,87 cc pada pijat ketiga dengan *p* = 0,000 (Widyawati & Sari, 2023). Studi lain di Mamuju bahkan menunjukkan kombinasi pijat oksitosin dengan perawatan payudara dapat meningkatkan produksi ASI hingga 201,91 cc lebih banyak dibanding kelompok kontrol ($p < 0,001$) (Wahyuni, 2025).

Pada tahun 2014, Widayanti melakukan penelitian dengan metode pijat oksitosin yaitu melakukan stimulasi untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin, memberikan rasa nyaman dan menumbuhkan keyakinan pada ibu bahwa ASI pasti keluar dan ibu bisa memberikan ASI secara ekslusif dengan pijat oksitosin, dari hasil penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa metode pijat oksitosin sangat efektif dan dapat menjadi cara alternatif untuk mengatasi masalah produksi ASI pada hari-hari pertama kehidupan bayi

Selain secara fisiologis, pijat oksitosin juga memiliki efek psikologis bagi ibu, karena sentuhan dan pijatan yang lembut mampu menurunkan ketegangan serta stres yang sering menghambat pengeluaran oksitosin. Hal ini sejalan dengan penelitian di Bantul yang menemukan peningkatan produksi ASI dari rata-rata 0,3 cc menjadi 1 cc setelah intervensi, sekaligus peningkatan kenyamanan ibu dalam proses menyusui (Hanum et al., 2018). Secara konsisten, studi lain menunjukkan bahwa ibu nifas yang diberikan pijat oksitosin memiliki proporsi kelancaran produksi ASI lebih tinggi (90 %) dibandingkan kelompok yang

tidak mendapat intervensi (45 %) (Faridah et al., 2017)

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pijat oksitosin merupakan metode non-farmakologis yang efektif, aman, dan sederhana untuk mengoptimalkan produksi ASI. Efektivitasnya tidak hanya ditunjang oleh mekanisme biologis melalui stimulasi hormon oksitosin, tetapi juga oleh dampak psikologis berupa relaksasi dan peningkatan ikatan ibu-bayi. Hasil penelitian ini mendukung rekomendasi agar pijat oksitosin dapat dijadikan salah satu intervensi standar dalam asuhan keperawatan dan kebidanan bagi ibu postpartum.

SIMPULAN

ASI adalah makanan terbaik untuk bayi. Air Susu Ibu khusus dibuat untuk bayi manusia. Kandungan gizi dari ASI sangat khusus dan sempurna serta sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang bayi. Pijat oksitosin Adalah melakukan stimulasi untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin melalui pijat oksitosin, memberikan rasa nyaman dan menumbuhkan keyakinan pada ibu bahwa ASI pasti keluar dan ibu bisa memberikan ASI secara eksklusif.

Hasil analisis menunjukkan produksi ASI pada responden mengalami perubahan sebelum dan setelah dilakukan pijat oksitosin. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0,000 ($p<0,05$) maka dapat disimpulkan ada pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alfiatun, R., Rukiyati, D., & Hartati, D. (2021). Efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas di RSUD Chasbullah Abdulmadjid

- Bekasi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Indonesia*, 13(2), 45–52.
- Alimul Hidayat, A, Azis. 2014. Riset keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta: Salemba Medika
- Ambarwati. 2015 . *Asuhan Kebidanan Masa Nifas* . Yogyakarta: Mitra Cendikia Press
- Asih. 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Jakarta : Salemba Medika
- Dewi, Vivian, Nanny Lia. (2016). *Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Jakarta:Salemba Medika
- Dewi dan Tri Sunarsih, 2011. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Depkes RI 2015. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta
- Dinkes kota bengkalis.2019. profil kesehatan Kota Bengkalis
- Elisabeth 2015. Asuhan kebidanan pada ibu nifas Jakarta : Mitra Cendikia Press
- Faridah, S. M., Hanum, F., & Wulandari, D. (2017). Pijat oksitosin terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum. *Jurnal Kebidanan UMSIDA*, 8(1), 12–18.
- Lowdermilk. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, alih bahasa
- Hidayat Saputra (2019) prosedur penelitian suatu pendekatan praktek jakarta: Rineka Cipta
- Hesti 2013. Back to nature jakarta : prestasi pustakarya
- Maria A. Wijayani Peter I. Anugerah (Edisi 4). EGC. Jakarta.
- Mitayani 2011. Ilmu kebidanan dan buku saku kebidanan. Jakarta : Nuha medika
- Masnila 2013. Askeb nifas. Jakarta: Rineka cipta
- Notoatmodjo.2010. *Metode Penelitian Kesehatan* Jakarta: Rineka Cipta
- Perinasia 2016. Ilmu kesehatan reproduksi perempuan jakarta: mitra cendikia press
- Pollard 2016. Konsep kebidanan. Jakarta :EGC. Varney

- ahayu. 2016. *Pengetahuan ibu tentang faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI*. Jakarta : Rineka Cipta
- Rahayau ningsih et all dan johan 2016. Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi asi. Bandung : alfabeta
- Roito J, Noor N dan Mardiah 2013 Konsep Masa Nifas: Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, E., Nugroho, R., & Widyaningsih, R. (2019). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas di RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), 22–29.
- Suryani, D., Nurhayati, & Alimuddin, A. (2020). Kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara terhadap peningkatan produksi ASI. *Jurnal Kesehatan Fatimah*, 3(1), 33–41