

PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP PENGELUARAN KOLOSTRUM PADA IBU POST PARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANDUL KABUPATEN KEPULAUAN MERANTI

RISNA JULITA¹, WIRA EKDENI AIFA², RIFA YANTI³, FAJAR SARI TANBERIKA⁴

Program Studi SI Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan,
Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru.

E-mail: nanalovers7@gmail.com¹, Wira.ekdeni@ikta.ac.id², rifa.yanti@ikta.ac.id³,
fajar.sari@ikta.ac.id⁴

Abstract: Colostrum is the first milk that comes out, often yellow or can also be clear, which contains living cells that resemble white blood cells that can kill germs so that they can protect the baby's body from various infectious diseases. The theory argues that things that stimulate colostrum release, one of which is by doing lactation massage. Lactation massage is a massage along both sides of the spine. The purpose of this study was to determine the effect of lactation massage on colostrum release in postpartum mothers in the Working Area of the Bandul Health Center, Meranti Islands Regency. The type of research used in this study is quantitative research with a Pre-Experimental research design with a post-only design approach with a control group. The research time was from June to December 2025. The population in this study were 32 postpartum mothers with a sample of 32 respondents divided into 2 groups, namely 16 intervention groups and 16 control groups with a Purposive random sampling technique. The instruments used were SOPs and observation sheets. The results of the univariate study showed that the average colostrum output in postpartum mothers before being given to the intervention group was 2.25 and after the intervention was 15.88, while the average colostrum output in postpartum mothers before the control group was 1.94 and after the control group was 6.88. The results of the analysis using the paired t-test statistical test obtained a p-value = 0.000. The research output is a journal. The conclusion is that there is an effect of lactation massage on colostrum output in postpartum mothers in the working area of the Bandul Health Center, Meranti Islands Regency. Suggestions for mothers who are breastfeeding are to do lactation massage so that breast milk production increases.

Keywords: Lactation Massage, colostrum production, and Post Partum mothers

Abstrak: Kolostrum merupakan air susu yang pertama kali keluar seringkali berwarna kuning atau dapat pula jernih yang mengandung sel hidup yang menyerupai sel darah putih yang dapat membunuh kuman penyakit sehingga mampu melindungi tubuh bayi dari berbagai penyakit infeksi. Teori berpendapat bahwa hal-hal yang merangsang pengeluaran kolostrum, salah satunya adalah dengan melakukan pijat laktasi. Pijat Laktasi adalah pemijatan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Kabupaten Kepulauan Meranti.. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *Pre Eksperimental* dengan pendekatan *post only design with control group*. Waktu penelitian dari Juni hingga Desember Tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum sebanyak 32 responden dengan sampel yang digunakan sebanyak 32 responden yang dibagi kedalam 2 kelompok yaitu 16 kelompok intervensi dan 16 kelompok kontrol dengan teknik pengambilan sampel *Purposive random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah SOP dan lembar observasi. Hasil penelitian univariat rata-rata pengeluaran kolostrum pada ibu nifas sebelum diberikan pada kelompok intervensi adalah 2,25 dan sesudah intervensi adalah 15,88 sedangkan rata-rata pengeluaran kolostrum pada ibu nifas sebelum kelompok kontrol adalah 1,94 dan sesudah kelompok kontrol adalah 6,88 dan Hasil analisa dengan uji *statistic paired t-test* didapatkan p-value = 0,000. Luaran penelitian adalah Jurnal. Kesimpulan ada pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Kabupaten Kepulauan Meranti. Saran bagi ibu yang sedang menyusui agar melakukan pijat laktasi sehingga produksi ASI mengalami peningkatan.

Kata Kunci : Pijat Laktasi, pengeluaran kolostrum, dan ibu Post Partum

A. Pendahuluan

Kolostrum merupakan air susu yang pertama kali keluar seringkali berwarna kuning atau dapat pula jernih yang mengandung sel hidup yang menyerupai “sel darah putih” yang dapat membunuh kuman penyakit sehingga mampu melindungi tubuh bayi dari berbagai penyakit infeksi. Pemberian kolostrum secara awal pada bayi baru lahir secara terus-menerus merupakan perlindungan yang terbaik. Kandungan yang ada pada kolostrum banyak protein dan antibody, walaupun sangat kental dan jumlahnya sangat sedikit (Fitriami & Afwinasyah, 2021). Kolostrum dikeluarkan pada hari pertama setelah persalinan, jumlah kolostrum akan bertambah dan mencapai komposisi ASI biasa/matur sekitar 3-14 hari (Walyani, 2017). Kolostrum adalah ASI stadium I dari hari pertama sampai hari keempat. Setelah persalinan komposisi kolostrum mengalami perubahan (Dewi, 2022).

Secara global pada tahun 2020, 149 juta anak di bawah usia 5 tahun diperkirakan mengalami stunting (terlalu pendek untuk usia), 45 juta diperkirakan kurus (terlalu kurus untuk tinggi badan), dan 38,9 juta kelebihan berat badan atau obesitas. Sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan disusui secara eksklusif (WHO, 2022). Prevalensi pemberian kolostrum masih rendah. Hal ini ditunjukkan dalam pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) yang masih lebih rendah dari angka cakupan praktik inisiasi menyusu dini di sebagian negara Asia Tenggara misalnya Myanmar (76%), Thailand (50%), dan Filipina (54%) (Fitriami & Afwinasyah, 2021) sedangkan Indonesia sebesar 82,7% dengan cakupan tertinggi DKI Jakarta sebesar 98,5% dan terendah Provinsi Riau sebesar 59,8% sedangkan Provinsi Bali sebesar 84,4% (Kemenkes RI., 2022).

Pada Riskesdas 2022 dikumpulkan data mengenai Praktek Pemberian Makan pada Bayi dan Anak (PMBA) yang meliputi praktek inisiasi menyusu dini (IMD), proses mulai menyusu, perilaku terhadap kolostrum pada ibu, diketahui bahwa perilaku ibu terhadap kolostrum rata – rata sebanyak 85.4% diberikan semua kepada bayi, sebanyak 6,9% dibuang sebagian dan sebanyak 3,7% dibuang semua. pencapaian tertinggi pemberian kolostrum di Provinsi DI Yogyakarta yaitu sebesar 97,7% dan terendah di Kalimantan Tengah sebesar 71,2% sedangkan untuk Provinsi Riau sebesar 89,0%. Proporsi Waktu Mulai Menyusu pada Anak Umur 0-23 Bulan menurut Provinsi, Riskesdas 2021 dengan waktu < 1 jam rata-rata sebanyak 28,4%, antara 1-6 jam sebanyak 43,5% namun sebanyak 15,7% ibu mulai menyusui \geq 48 jam dapat disimpulkan bahwa masih terdapat ibu yang tidak memberikan kolostrumnya karena memberikan susu setelah anak berusia \geq 48 jam (Kemenkes RI, 2023).

Tahapan ASI pada hari pertama - tiga merupakan ASI kolostrum. Kolostrum adalah cairan pertama ASI yang dihasilkan selama masa kehamilan. Banyak ibu mengira bahwa kolostrum berwarna kuning keemasan/jingga, kental, lengket dan kadang bening yang diartikan sebagai susu basi dan kemudian dibuang. Selain itu, banyak juga ibu yang khawatir kolostrum tidak akan cukup untuk bayi karena jumlahnya yang hanya sekitar 3-5 sendok teh sehingga perlu menambah susu formula. Padahal, walaupun jumlah kolostrum relatif sedikit, sudah sangat mencukupi lambung bayi yang juga memang masih kecil berkisar 5-27 ml (Monika, 2018). Penyebab rendahnya pemberian kolostrum salah satunya adalah penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI, sehingga menyebabkan ASI tidak segera keluar setelah melahirkan (Wulandari, F. T., Aminin, F., & Dewi, U. 2016).

Lactation massage melalui neurotransmitter akan merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hipotalamus di *hipofise posterior* untuk mengeluarkan oksitosin yang menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan juga akan merileksasikan ketegangan dan menghilangkan stres, sehingga hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu (Zamzara, 2015) Selain itu, *lactation massage* juga memiliki manfaat lain yaitu mempercepat proses involusi uteri (Sutanto, 2018). Disisi lain, *lactation massage* akan membantu mengeluarkan oksitosin yang bermanfaat dalam memberikan kenyamanan kepada ibu, sehingga membantu ibu mempunyai pikiran dan perasaan positif terhadap bayinya serta mempercepat proses involusi uteri (Adawiah, 2019).

Data Provinsi Riau untuk bayi baru lahir yang mendapatkan IMD dengan pencapaian tertinggi di Kabupaten Bengkalis sebesar 95,5% dan terendah di Kabupaten Kepulauan Meranti sebesar 70,1% sedangkan Kabupaten Siak sebesar 88,8% (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2024).

Berdasarkan hasil prasurvei yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Kabupaten Kepulauan Meranti pada tanggal 18 – 27 Juni Tahun 2025 kepada 10 ibu post partum, didapat 3 orang ibu post partum dengan pengeluaran kolostrum di hari pertama, 4 ibu post partum dengan pengeluaran kolostrum pada hari ke 2, dan 3 orang pada hari ke 3. Petugas kesehatan telah memberikan intervensi berupa edukasi untuk mempercepat pengeluaran ASI saat ibu masih hamil yaitu perawatan payudara, namun edukasi tersebut belum menunjukkan peningkatan pada pengeluaran kolostrum. Petugas kesehatan belum pernah memberikan intervensi berupa pijatan laktasi kepada ibu secara langsung, sedangkan pijat laktasi dari beberapa penelitian ilmiah menunjukkan keberhasilan dalam peningkatan kolostrum dan ASI. Dari latar belakang penelitian ini peneliti tertarik melakukan penelitian dengan pemberian pijat laktasi untuk mengetahui hari keberapa kolostrum akan keluar.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Kabupaten Kepulauan Meranti.”

B. Metode Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian *Quasi Eksperimental* dengan pendekatan *post only design with control group*. Ciri dari desain penelitian *post only design with control group* adalah mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan dua kelompok subjek yang diberi intervensi dan tidak diberi intervensi. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Kabupaten Kepulauan Meranti bulan Juni – Desember Tahun 2025. Variabel Independen dalam penelitian ini adalah Pijat laktasi dan variabel dependen pengeluaran kolostrum. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Kabupaten Kepulauan Meranti dengan estimasi perkiraan sebanyak 32 responden pada bulan Juni – Juli 2025. Tehnik sampling pada penelitian ini adalah *purposive random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah kelompok 1:1 sebanyak 32 responden yang dibagi kedalam 2 kelompok yaitu 16 kelompok intervensi, dan 16 kelompok. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar observasi, baby oil, gelas ukur dan spuit. Kemudian hasil data tersebut di analisis menggunakan uji univariat yaitu mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti baik dari jenis data numerik maupun kategori dan Analisis bivariat setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan uji (*t independen*), sebelum dilakukan uji t data responden dilakukan uji normalitas terlebih dahulu menggunakan uji *Shapiro wilk test*.

C. Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Tabel 1
Rata-rata pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Tahun 2025

Pengeluaran kolostrum pada ibu post partum	Rata – rata	Std. Deviasi	Max	Min
Intervensi	2,25	1,98	5,0	0,0
Kontrol	1,93	1,87	5,0	0,0

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui rata-rata pengeluaran kolostrum pada ibu post partum sebelum diberikan pada kelompok intervensi adalah 2,25 dengan nilai *standar deviation* 1,98 nilai minimal 0,0 dan nilai maksimal 5,0, rata-rata pengeluaran kolostrum pada ibu post partum sebelum kelompok kontrol adalah 1,93 dengan nilai *standar deviation* 1,87 nilai minimal 0,0 dan nilai maksimal 5,0.

Tabel 2

Rata-rata pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Tahun 2025

Pengeluaran kolostrum pada ibu post partum	Rata – rata	Std. Deviasi	Max	Min
Intervensi	15,87	5,54	25,0	10,0
Kontrol	6,87	2,44	12,0	3,0

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui rata-rata pengeluaran kolostrum sesudah intervensi adalah 15,87 dengan nilai *standar deviation* 5,54, nilai minimal 10,0 dan nilai maksimal 25,0. Sedangkan rata-rata pengeluaran kolostrum pada ibu post partum sesudah kelompok kontrol adalah 6,87 dengan nilai *standar deviation* 2,44 nilai minimal 3,0 dan nilai maksimal 12,0

Tabel 3 Uji Normalitas

Pengeluara Kolostrum	Pijat laktasi	Shapiro- Wilk	Keterangan
Kelompok Intervensi	Sebelum	0,055	Normal
	Sesudah	0,057	Normal
Kelompok Kontrol	Sebelum	0,66	Normal
	Sesudah	0,71	Normal

Berdasarkan tabel 3 diatas uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* tersebut untuk variable baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol diperoleh nilai signifikan $> 0,05$ yang artinya data tersebut normal.

Analisis Bivariat

Tabel 4

Pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Tahun 2025.

Pengeluara Kolostrum	Pijat laktasi	Mean	Beda Mean	P- Value
Intervensi	Sebelum	2,25	13,62	0,000
	Sesudah	15,88		
Kontrol	Sebelum	1,94	4,93	0,000
	Sesudah	6,88		

Berdasarkan tabel 4 diatas, hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* = 0,000 ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti ada pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Tahun 2025.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* = 0,000 ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti adapengaruh pijat laktasiterhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Tahun 2025.

Pijat Laktasi adalah pemijatan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang (Monika, 2018). *Lactaction massage* adalah tehnik pemijatan yang dilakukan pada daerah tertentu seperti kepala atau leher, bahu, punggung, tulang belakang dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Manfaat dari melakukan *lactaction massage* diantaranya menenangkan pikiran, relaksasi tubuh, menormalkan aliran darah, mengatasi *engorged*, meningkatkan suplai ASI, dilakukan pada ibu yang ingin relaktasi dan mencegah sumbatan pada aliran ASI (Lestari dkk, 2021).

Pijat laktasi merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Pijat adalah pemijatan pada daerah payudara dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan. Pijatan ini berfungsi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu, sehingga ASI pun otomatis keluar. Dengan pijatan di daerah payudara ini juga akan merelaksasi ketegangan dan menghilangkan stress dan dengan

begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu, dibantu dengan isapan bayi pada putting susu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi normal, Kolostrum yang menetes atau keluar merupakan tanda aktifnya reflex oksitosin (Nia, 2018).

Lactation massage melalui neurotransmitter akan merangsang *medulla oblongata* langsung mengirim pesan ke hipotalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin yang menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijatan juga akan merileksasikan ketegangan dan menghilangkan stres, sehingga hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu. (Zamzara, 2015) Selain itu, *lactation massage* juga memiliki manfaat lain yaitu mempercepat proses involusi uteri (Sutanto, 2018). Disisi lain, *lactation massage* akan membantu mengeluarkan oksitosin yang bermanfaat dalam memberikan kenyamanan kepada ibu, sehingga membantu ibu mempunyai pikiran dan perasaan positif terhadap bayinya serta mempercepat proses involusi uteri (Adawiah, 2019).

Sejalan dengan penelitian Sartely (2022) hasil penelitian didapatkan ada pengaruh *lactation massage* kombinasi *jasmine oil* terhadap volume kolostrum pada Ibu post section caesarea di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2022. Penelitian Mardhiah (2021) hasil uji *wilcoxon* diperoleh nilai $p = 0,007 < 0,05$, Kesimpulan terdapat efektifitas *lactation massage* terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas. Penelitian Lestari (2022) untuk analisis bivariat didapatkan hasil nilai p value yaitu sebesar $0,000 < 0,05$. Maka berdasarkan hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh pijat laktasi terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0- 6 bulan secara signifikan.

Penelitian dari (Saputri, 2019) juga diperoleh hasil berdasarkan hasil analisis uji t diperoleh nilai $p = 0,008 < \alpha = 0,05$, hal ini berarti ada pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Nining Pelawati Tahun 2019. Dan penelitian dari (Tuasikal & Indrayani, 2022) dengan hasil penelitian bahwa rata-rata produksi ASI menunjukkan adanya perubahan kenaikan produksi ASI dari Pre Test (sebelum dilakukan pijat laktasi) dengan mean pre test 4.10 (skala kurang) dan post test sebesar 6.10 (baik). Hasil analisis menunjukkan nilai p value = 0,000.

Menurut peneliti, pada ibu yang dilakukan intervensi dengan pijat laktasi ibu merasa lebih nyaman dan rileks sehingga hal itulah yang menyebabkan peningkatan hormon oksitosin yang berfungsi untuk memperlancar pengeluaran kolostrum. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum.

D. Penutup

Simpulan

1. Rata - rata pengeluaran kolostrum pada ibu post partum sebelum diberikan pada kelompok intervensi adalah 2,25 dan sesudah intervensi adalah 15,88
2. Rata - rata pengeluaran kolostrum pada ibu post partum sebelum kelompok kontrol adalah 1,94 dan sesudah kelompok kontrol adalah 6,88
3. Ada pengaruh pijat laktasi terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bandul Tahun 2025 (p -value = 0,000).

Saran

1. Bagi IKTA Al Insyirah Pekanbaru: Perlu adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kepada mahasiswa IKTA Al Insyirah Pekanbaru yang dipersiapkan untuk terjun ke masyarakat terutama pelayanan terhadap ibu bersalin. Mahasiswa dipersiapkan untuk menjadi konselor laktasi sehingga dapat membantu ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya.
2. Bagi Puskesmas Bandul: Dapat memberikan penyuluhan dengan memberikan pelatihan kepada ibu post partum agar dapat membantu memperlancarkan pengeluaran ASI dan menerapkan di rumah.
3. Bagi Ibu Post Partum: Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pemberian informasi dan motivasi pada ibu Post partum tentang pijat laktasi terhadap pengeluaran kolostrum.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya: Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan penelitian yang serupa, ataupun mengembangkan penelitian serupa dengan menambah variable baru dengan menggunakan metodologi penelitian yang berbeda.

Daftar Pustaka

- Adawiah, A. Z. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin oleh Suami Terhadap Produksi ASI Ibu Primipara Postpartum Normal di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang)*.
- Ainun Mardhiah. (2020). *Efektifitas Breast Dan Lactaction Massage Terhadap Medan I . Pendahuluan Pemberian Asi Segera Setelah Melahirkan Memberikan Banyak Manfaat Bagi Ibu Dan Anak . Jika Asi Tidak Keluar Setelah Melahirkan Menjadi Salah Satu Penyebab Bagi Ibu Untuk Tidak Mewuju. September, 1196–1205.*
- Ambarwati, E,R,Diah, W. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas*. (Nuha Medika (Ed.).Nuha Medika.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Rineka Cipta (Ed.); Iv). Rineka Cipta.
- Astutik. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui (Trans Infomedia (Ed.)). Trans Infomedia.*
- Dewi, S (2022). *Pengaruh Lactation Massage Kombinasi Jasmine Oil Terhadap Volume Kolostrum Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Kabupaten Rejang Lebong.*
- Dewi, R., Kurniawati, P., & Asma, P. N. (2022). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pemberian Kolostrum Pada Ibu Nifas Bersalin Normal Di Bpm Zuraidah Kabupaten Aceh Besar. 4, 5091–5097.*
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Riau*. 44.
- Fadilah, T. F., & Setiawati, D. (2021). *Aspek Immunologi Air Susu Ibu Dan Covid- 19 Immunological Aspects Of Mother ' S Milk And Covid-19. 6, 44–67.*
- Fitriami, E., & Afwinasyah, R. (2021). *Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Kolostrum Pada Bayi Baru Lahir Oleh Ibu Post Partum Op Sectio Caesarea Di Rs Pmc Kota Pekanbaru. 2, 7–16.*
- Kemendes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Indonesia
- Kemendes RI. (2019). *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Ri.
- Kusbandiyah, J., & Puspawati, Y. A. (2020). *Pengaruh Postnatal Massage Terhadap Proses Involusi Dan Laktasi Masa Nifas Di Malang. Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal Of Ners And Midwifery), 7(1), 065–072. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i1.art.p065-072>*
- Lestari, G. A. M. A., Aswitami, N. G. A. P., & Karuniadi, I. G. A. M. (2022). *Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan. Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan, 16(1), 53-61.*
- Maritalia. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui (P. Pelajar (Ed.)). Pustaka Pelajar.*
- Maritalia. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui (Pustaka Pelajar (Ed.)). Pustaka Pelajar.*
- Notoadmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan (Rineka Cipta (Ed.)). Rineka Cipta.*
- Nugroho, T. (2015). *Asuhan Keperawatan Maternitas, Anak, Bedah, Penyakit Dalam (Nuha Medika (Ed.)). Nuha Medika.*
- Saputri, I.N., Ginting, D.Y., Zendato, I.C. (2019). *Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu postpartum. Jurnal Kebidanan*
- Suhita, (2018). *Pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 6(1), 1–7.*
- Kestra (Jkk), 2(1), 68- 73.Sari, S. I. P., Harahap, J. R., & Helina, S. (2021). *Pelatihan Pijat Laktasi Untuk Kader Kesehatan.*
- Pineem, dkk (2019). *Efektifitas Kecepatan Pengeluaran Kolostrum Dengan Pijat Oksitosin Dan Perawatan Totok Payudara Pada Ibu Postpartum Di Rumah Sakit Mitra Sejati Medan*
- Romauli Suarniti. 2019. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan 1: Konsep Dasar Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Rosita, A (2022). *Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Di Klinik PAMC Garut*
- Saryono dan Anggraeni, Mekar Dwi. 2018. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Sugiono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D (Bandung:Alfabeta (Ed.)*. Bandung:Alfabeta.
- Sukarmi. (2017). *Patologi Kehamilan, Persalinan, Nifas Dan Neonatus Resiko Tinggi (Nuha Medika (Ed.)*. Nuha Medika.
- Walyani. (2017). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui (Pustakabarupress (Ed.))*. Pustakabarupress.
- Walyani, E. & P. (2017b). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Barupess.
- Watiningsih, A. P., Sugiartini, D. K., & Dewi, P. D. P. K. (2020). *Studi Kebijakan Dan Implementasi Pp No 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif Oleh Tenaga Kesehatan Dan Pemegang*. 3(2), 411–419.
- Wulandari, D. A., Mayangsari, D., & . S. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Dan Pijat Endorphin Terhadap Kelancaran Produksi Asi*. *Jurnal Kebidanan*, 11(02), 128. <https://doi.org/10.35872/Jurkeb.V11i02.349>
- Wulandari, F., F, A., & U, D. (2016). *Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau*. *Jurnal Kesehatan*, V(2), 173–178.