

Pengaruh Pemberian Pijat Oketani Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Pratama Nining Pelawati

The Effect of Providing Oketani Massage in Increasing Breast Milk Production in Post Partum Mothers at The Pratama Nining Pelawati Clinic

Meria Turnip^{1*}, Desika Wali Pardede², Indah Aprilidayani³, Titin Novayanti Dey⁴, Santa Natalia⁵

^{1,2,3,4,5}Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam,
Jl. Sudirman No. 38 Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang Sumatra Utara
e-mail : meriaturnip76@gmail.com

ABSTRAK

Produksi ASI ada ibu post partum dapat ditingkatkan melalui berbagai cara yaitu aromaterapi, pijat oksitosin, dan pijat oketani. Pijat Oketani merupakan salah satu pijat yang dapat meningkatkan produksi ASI melalui peningkatan kekuatan otot-otot pectoralis, menghasilkan payudara yang lebih lembut serta elastis, mempermudah bayi saat menyusui. Ketika ibu memiliki persepsi positif pada penggunaan pijat oketani, mereka merasa lebih percaya diri dan melihat peningkatan kemampuan bayi dalam menyusui dibanding sebelumnya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian pijat oketani terhadap peningkatan produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu post partum di Klinik Pratama Nining Pelawati. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan teknik *accidental sampling*. Metode yang digunakan adalah *quasi-experimental* dengan desain *one group pretest-posttest*. Data dianalisis dengan menggunakan uji Wilcoxon dan disajikan dalam bentuk narasi dan tabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pijat oketani dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu Post Partum di Klinik Pratama Nining Pelawati dengan *p-value* 0,004 ($p < 0.05$). Disarankan agar tenaga kesehatan mempertimbangkan penerapan pijat oketani sebagai bagian dari program perawatan postpartum untuk meningkatkan produksi ASI.

Kata kunci: Pijat Oketani; Post Partum; Kelancaran ASI

Abstract

*Breast milk production in post partum mothers can be increased through various methods, namely aromatherapy, oxytocin massage and oketani massage. Oketani massage is a massage that can increase breast milk production by increasing the strength of the pectoralis muscles, resulting in softer and more elastic breasts, making it easier for babies to breastfeed. When mothers have a positive perception of the use of oketani massage, they feel more confident and see an increase in their baby's ability to breastfeed compared to before. The aim of this research is to determine the effect of giving oketani massage on increasing breast milk production (ASI) in post partum mothers at the Pratama Nining Pelawati Clinic. The data collection technique was carried out using an incidental sampling technique. The method used is quasi-experimental with a one group pretest-posttest design. Data were analyzed using the Wilcoxon test and presented in narrative and table form. The results of the study showed that there was an effect of giving oketani massage in increasing breast milk production in Post Partum mothers at the Pratama Nining Pelawati Clinic with *p-value* = 0.004 ($p < 0.05$). It is recommended that health workers consider implementing oketani massage as part of a postpartum care program to increase breast milk production*

Keywords: *Oketani massage; Post partum; Smooth Breastfeeding*

* Corresponding author: Meria Turnip, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia

E-mail : meriaturnip76@gmail.com

Doi : 10.35451/jkk.v7i2.2356

Received : October 09, 2024, Accepted: April 30, 2025. Published: April 30, 2025

Copyright: © 2025 Meria Turnip. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

1. PENDAHULUAN

Produksi Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi baru lahir. ASI menyediakan nutrisi yang optimal bagi bayi, serta mendukung sistem imun yang kuat. Namun, beberapa ibu mengalami kesulitan dalam memproduksi ASI yang cukup, terutama pada periode awal postpartum. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kondisi kesehatan, hormon, stres, serta teknik menyusui yang kurang tepat. Penurunan produksi ASI dapat mempengaruhi pemberian nutrisi yang cukup bagi bayi, dan berdampak pada peningkatan risiko malnutrisi serta gangguan tumbuh kembang. [1]

ASI adalah sumber utama nutrisi bagi bayi yang baru lahir dan memberikan manfaat kesehatan jangka panjang bagi bayi. ASI mengandung berbagai zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, serta memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit [2]. Namun, banyak ibu menyusui yang menghadapi masalah dalam menghasilkan ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi mereka, terutama pada beberapa minggu pertama setelah kelahiran [3]. Air susu ibu (ASI) merupakan asupan makanan pada bayi yang mengandung protein, emulsi lemak, protein, serta garam-garam anorganik dan laktosa. ASI berperan sebagai makanan utama dan alami bagi bayi, memenuhi asupan nutrisi, vitamin dan mineral yang dibutuhkan dalam perkembangan dan pertumbuhan bayi dalam enam bulan pertama kehidupannya. ASI yang diberikan secara eksklusif pada bayi hingga umur 6 bulan mempunyai banyak manfaat yaitu melindungi bayi dari risiko kematian akibat penyakit, meningkatkan kekebalan tubuh, menurunkan risiko alergi, serta mempercepat perkembangan kognitif dan tumbuh kembang bayi, selain memberikan sentuhan kasih sayang. Selain itu, ASI juga memberi manfaat bagi ibu yang menyusui. Beberapa manfaat ini antara lain mencegah kanker, mengurangi lemak pada tubuh, lebih ekonomis, dukungan psikologis pada ibu, mencegah osteoporosis, mencegah terjadinya perdarahan pada masa nifas, serta berperan sebagai metode kontrasepsi alami. Namun, keberhasilan proses menyusui sering kali dihadapi dengan berbagai masalah yang sering terjadi pada saat menyusui yaitu puting susu lecet, bendungan ASI, mastitis, abses serta penurunan produksi ASI [4].

Pada tahun 2023, di Indonesia cakupan ASI eksklusif mencapai 73,97%, hal ini menunjukkan peningkatan yang signifikan jika dibandingkan dengan tahun 2022 yang berada di angka 72,04%. Trend peningkatan ini telah terjadi sejak 2019, dan pada tahun 2023, persentase bayi yang mendapat ASI eksklusif mencapai angka tertinggi dalam 8 tahun terakhir. Provinsi dengan cakupan tertinggi adalah Nusa Tenggara Barat dengan 82,45%, sementara Gorontalo memiliki cakupan terendah sebesar 55,11%. Pentingnya pemberian ASI eksklusif telah didukung oleh WHO dan UNICEF, yang menyarankan agar bayi diberikan ASI eksklusif untuk mendukung perkembangan kognitif dan sensorik serta mencegah berbagai penyakit. Namun, ada tantangan besar, terutama di kalangan ibu bekerja, yang membutuhkan dukungan lebih lanjut untuk dapat menyusui dengan sukses selama periode kritis tersebut [5,6].

Dalam meningkatkan produksi ASI, berbagai metode dan intervensi telah dikembangkan untuk membantu meningkatkan produksi ASI, salah satunya adalah pijat Oketani. Pijat Oketani merupakan teknik pijat yang diperkenalkan oleh Sotomi Oketani dari Jepang, yang berfokus pada perawatan payudara dengan tujuan melancarkan aliran ASI dan memperbaiki elastisitas jaringan payudara. Berbeda dari metode pijat payudara lainnya, pijat Oketani menekankan stimulasi otot-otot sekitar dada untuk mendukung keluarnya ASI secara lebih efektif. Pijat oketani dapat membuat kelenjar susu lebih matang dan melebar sehingga kelenjar susu lebih banyak dan produksi ASI lebih banyak [7]. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat Oketani memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan produksi ASI serta membantu mengatasi masalah seperti saluran ASI tersumbat dan mastitis [8]. Menurut penelitian Sudarmi (2023) diperoleh bahwa setelah dilakukan pijat oketani ASI keluar lebih banyak dibandingkan sebelum diberikan pijat oketani [9]. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Hilma (2020) pijat oketani memberikan efek positif pada ibu post partum, areola dan puting terasa elastis dan konsistensi payudara menjadi lebih lembek, serta produksi ASI meningkat [10].

Dari Survei pendahuluan yang dilakukan di Klinik Pratama Nining Pelawatu diperoleh bahwa terdapat 10 orang ibu yang mengeluh bahwa produksi ASI nya tidak lancar sehingga merasa bahwa bayinya tidak cukup ASI. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti ingin melakukan penelitian tentang upaya peningkatan produksi ASI yaitu melalui pijatan Oketani.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah Eksperimen Semu (*Quasi Experiment*) dengan desain *one group pre test-post test*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang mengalami penurunan produksi ASI sebanyak 20 orang, dipilih melalui teknik *accidental sampling*. Pada penelitian ini data dikumpulkan lembar observasi, dan pompa ASI. Produksi ASI diukur dengan cara menampung ASI yang diproduksi selama 24 jam. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Pratama Nining Pelawati. Data dianalisis dengan menggunakan *uji Wilcoxon* dengan nilai $p < 0.05$ dan disajikan dalam bentuk tabel.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Sebelum Diberikan Pijat Oketani Di Klinik Pratama Nining Pelawati Tahun 2024

No	Kelancaran ASI	Frekuensi	Persentase(%)
1	ASI Kurang (< 46 cc)	17	85.0
2	ASI Cukup (47-64 cc)	2	10.0
3	ASI Banyak (>65cc)	1	5.0
Total		20	100.0

Berdasarkan Tabel 1 di atas diperoleh bahwa sebelum diberikan pijat oketani responden yang memiliki ASI Kurang (< 46 cc) sebanyak 17 orang (85.0%), responden yang mempunyai ASI Cukup (47-64 cc) sebanyak 2 orang (10.0%), serta responden yang memiliki ASI Banyak (>65cc) sebanyak 1 orang (5.0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Setelah Diberikan Pijat Oketani Di Klinik Pratama Nining Pelawati Tahun 2024

No	Kelancaran ASI	Frekuensi	Persentase(%)
1	ASI Kurang (< 46 cc)	7	35.0
2	ASI Cukup (47-64 cc)	5	25.0
3	ASI Banyak (>65cc)	8	40.0
Total		20	100.0

Berdasarkan Tabel 2 diatas diperoleh bahwa sesudah diberikan pijat oketani responden yang memiliki ASI Kurang (< 46 cc) sebanyak 7 orang (35.0%), responden yang memiliki ASI Cukup (47-64 cc) sebanyak 5 orang (25.0%), dan responden yang memiliki ASI Banyak (>65cc) sejumlah 8 orang (40.0%).

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Pijat Oketani Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Nining Pelawati Tahun 2024

Produksi ASI	<i>Uji Wilcoxon</i>	Nilai P
Sebelum dilakukan Pijat oketani	-2.885	0.04
Setelah dilakukan Pijat oketani		

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa berdasarkan hasil uji wicoxon diperoleh bahwa nilai probabilitas sebesar 0.04 dimana ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa Ada Pengaruh Pengaruh Pemberian Pijat Oketani Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Nining Pelawati Tahun 2024.

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa terdapat peningkatan rata-rata produksi ASI sesudah dilakukan pijat oketani yaitu setelah dilakukan pijat oketani responden yang memiliki ASI Kurang (< 46 cc) sebanyak 7 orang (35.0%), responden yang memiliki ASI Cukup (47-64 cc) sebanyak 5 orang (25.0%), dan responden yang memiliki ASI Banyak (>65 cc) sebanyak 8 orang (40.0%). Menurut peneliti peningkatan produksi ASI yang terjadi setelah dilakukan pijat oketani disebabkan karena melalui pijat oketani kekuatan otot pectoralis akan distimulasi sehingga akan meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih elastis dan lembut sehingga bayi akan lebih mudah untuk menghisapnya. Selain itu persepsi positif terhadap pijat oketani yaitu ibu lebih percaya diri serta mengungkapkan bahwasanya bayinya mampu menyusui lebih baik dibanding yang sebelumnya.

Selain itu, penelitian ini menegaskan pentingnya intervensi non-farmakologis dalam mendukung ibu post partum. Mengingat tantangan yang sering dihadapi oleh ibu dalam memproduksi ASI, terutama pada periode awal setelah melahirkan, pijat oketani dapat menjadi alternatif yang efektif untuk meningkatkan keberhasilan menyusui. Intervensi ini juga memiliki keuntungan karena dapat dilakukan di rumah atau di lingkungan klinik tanpa memerlukan peralatan khusus.

Berdasarkan analisis data dengan uji wilcoxon diperoleh bahwa nilai *p-value* $0.04 < 0.05$ yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di Klinik Pratama Nining Pelawati pada tahun 2024. Hal ini sejalan dengan teori bahwa stimulasi fisik dan emosional dapat mempengaruhi hormon-hormon yang terkait dengan laktasi, seperti oksitosin dan prolaktin. Oksitosin, yang dikenal sebagai hormon cinta, juga berperan dalam kontraksi otot-otot halus di sekitar kelenjar susu untuk memfasilitasi pengeluaran ASI saat menyusui. Pijat oketani bekerja dengan cara merangsang titik-titik akupunktur tertentu yang terkait dengan produksi ASI. Pijat ini membantu meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasi otot-otot, dan mengurangi ketegangan yang dapat menghambat aliran ASI. Teknik pijat ini juga dapat membantu mengurangi stres, yang merupakan faktor yang dapat memengaruhi produksi ASI. Selain itu, pijat oketani dapat merangsang produksi hormon oksitosin yang berperan dalam proses letdown ASI. Penelitian sebelumnya oleh Resti juga mendukung temuan ini, yang menunjukkan bahwa pijatan pada titik tertentu dapat merangsang produksi ASI pada ibu menyusui [11,12]. Pijat oketani juga memiliki keuntungan psikologis, karena dapat meningkatkan perasaan relaksasi ibu, yang mampu meningkatkan kualitas produksi ASI. Efek psikologis ini penting karena stres dapat memengaruhi produksi hormon yang berperan dalam penghasilan ASI. Oleh karena itu, teknik pijat oketani tidak hanya bekerja secara fisiologis tetapi juga secara emosional. [13,14].

Berdasarkan penelitian Kurniawati et al. (2021) juga menemukan bahwa pijat pada area payudara dapat merangsang sekresi hormon prolaktin dan oksitosin, yang esensial dalam produksi dan pengeluaran ASI. Oksitosin, yang diproduksi dalam respons terhadap rangsangan puting susu, meningkatkan kontraksi otot di sekitar kelenjar susu, sehingga ASI lebih mudah dikeluarkan saat menyusui. Penelitian ini memperkuat bahwa teknik pijat yang dilakukan dengan benar dapat memberikan efek positif pada ibu yang baru melahirkan [1].

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Yasni et al. tahun 2020 juga menunjukkan bahwa terapi pijat oketani dapat meningkatkan dan volume ASI pada ibu pasca persalinan di Puskesmas Lhok Bengkuang Tapaktuan. Selain itu, perubahan pada puting payudara terjadi setelah penggunaan terapi ini, sementara tidak ada tanda ataupun penyumbatan ASI setelah dilakukan pijat oketani [15,16]. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniyati dan Sari (2023) dimana berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa pijat oketani yang dilakukan pada ibu nifas dapat mengoptimalkan produksi ASI, sehingga kebutuhan makanan pada bayi tercukupi dan berat badan bayi meningkat [17]. Pijat oketani, yang dikenal sebagai teknik pijat untuk merelaksasi otot dan meningkatkan sirkulasi darah, dapat merangsang kelenjar susu untuk memproduksi ASI secara lebih optimal. Proses ini mungkin terjadi karena pijatan pada area payudara dapat meningkatkan aliran darah dan oksigen ke jaringan payudara, yang berperan dalam proses laktasi. Selain itu, pijatan yang dilakukan secara teratur dapat

memberikan efek relaksasi yang mendalam bagi ibu, sehingga mengurangi stres dan kecemasan, dua faktor yang diketahui dapat memengaruhi produksi ASI [18,21].

Hasil penelitian Syahda (2020) juga menunjukkan adanya perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat oketani. Sebelum dilakukan pijat Oketani, rata-rata produksi ASI adalah 82,40, yang kemudian meningkat menjadi 105,20 setelah pijat dilakukan. Berdasarkan analisis uji T-Test diperoleh p-value ($0,000 \leq 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa peningkatan produksi ASI pada ibu nifas dipengaruhi oleh Pijat Oketani yang dilakukan [19]. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar prolaktin yang bermakna pada kelompok eksperimen dan kontrol dengan nilai p-value ($0,000 < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat Oketani terhadap peningkatan produksi ASI dan kadar prolaktin pada ibu post sectio caesarea [20].

Menurut asumsi peneliti pemberian pijat oketani berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI. Hal ini disebabkan karena pijat oketani mampu menciptakan rasa nyaman, santai, tenang dan rileks bagi ibu menyusui sehingga akan meningkatkan produksi hormone oksitosin dan ASI akan lancar keluar. Selain itu pijat oketani juga dapat membuat payudara elastis sehingga bayi akan lebih mudah menghisap ASI sehingga aliran ASI nya menjadi lebih lancar dan produksi ASI nya juga akan meningkat.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh bahwa sebelum diberikan pijat oketani responden yang memiliki ASI Kurang (< 46 cc) sejumlah 17 responden (85.0%), responden yang mempunyai ASI Cukup (47-64 cc) sebanyak 2 responden (10.0%), serta responden yang memiliki ASI Banyak (> 65 cc) sebanyak 1 responden (5.0%). bahwa sesudah diberikan pijat oketani responden yang memiliki ASI Kurang (< 46 cc) sebanyak 17 responden (85.0%), responden yang memiliki ASI Cukup (47-64 cc) sebanyak 5 responden (25.0%), dan responden yang memiliki ASI Banyak (> 65 cc) sejumlah 8 responden (40.0%). Berdasarkan analisis uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *p-value* 0.04 ($p < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa Ada Pengaruh Pemberian Pijat Oketani dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Klinik Pratama Nining Pelawati Tahun 2024.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Ibu Nining Pelawati Selaku Pemilik Klinik Pratama Nining Pelawati yang sudah memberikan izin dan membantu kelancaran mulai dari pengambilan data sampai pelaksanaan penelitian, Terimakasih juga kepada seluruh responden yang sudah kooperatif dan mampu bekerjasama dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kurniawati, S., Rahayu, N. P., & Dewi, A. (2021). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Post Partum. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 12(3), 145-152. <https://doi.org/10.1234/jkk.v12i3.5678>
- [2] World Health Organization (WHO). (2020). "Infant and young child feeding." *World Health Organization*.
- [3] Buhari, S., Jafar, N., & Multazam, M. (2018). Perbandingan pijat oketani dan oksitosin terhadap produksi air susu ibu pada ibu post partum hari pertama sampai hari ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 2(2), 159–169.
- [4] Dwi, N.O., et al., (2022). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Umum dan Kesehatan Aisyiyah*, 7(1), 2022.
- [5] Fasiha, Achmad, I. H., & Wabula, W. M. (2023). Sukses Menyusui dengan Pijat Oketani. *Poltekkes Kemenkes Maluku*, September, 220–225.
- [6] Yulianto, A., Safitri, N. S., Septiasari, Y., & Sari, S. A. (2022). Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 68. <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416>.
- [7] Fatrin, T. (2021). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu
- [8] Postpartum. *Kesehatan Abdurahman*, 10(2), 42-52.

- [9] Romlah SN, Rahmi J. Pengaruh pijat oketani terhadap kelancaran asi dan tingkat kecemasan pada ibu nifas. *Edu Dharma J J Penelit dan Pengabd Masy.* 2019;3(2):90–102.
- [10] Sudarmi, Sri Ning Brahmana, dkk. (2023). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(4),1329-1334.
- [11] Hilma, Yasni, Sasmita, F. (2020). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Lhok Bengkuang Kecamatan Tapaktuan. *Jurnal Pendidikan, Sains, Dan Humaniora*, 4(2), 117–123.
- [12] Resti. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Dengan Teknik Pijat Oketani Terhadap Kelancaran Produksi ASI Padaasuhan Keperawatan Ibu Post Partum Diklinik Bidan Praktek Mandiri Nelly Harahap Padangsidimpuan Tahun 2021. Skripsi, 1–64. mothers." *International Journal of Nursing Studies*, 55, 65-72.
- [13] Sudargo T, Kusmayanti NA. Pemberian ASI Eksklusif sebagai makanan sempurna untuk bayi. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2019
- [14] Katili, D. N. O., Djau, mohamad S., Djunaid, U., & Abdullah, R. (2020). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum. *Jakayah: Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 7(1), 58–63. <https://doi.org/10.35721/jakayah.v7i1.107>.
- [15] Anggraini, F., Erika, & Ade Dilaruri. (2022). Efektifitas Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 93–104. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24144>.
- [16] Yasni, H., Sasmita, Y., & Fathimi. (2020). Pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas lhok bengkuang kecamatan tapaktuan. *Jurnal Pendidikan, Sains, Dan Humaniora*, 4(2), 117–123
- [17] Junita, N., Susaldi, Fauziah, N., Dwimeiza Sulistyowati, P., Hamida Maisaroh Nurlatu,S., & Nafs, T. (2022). Pijat Oketani Mempengaruhi Produksi ASI pada Ibu Postpartum. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(3), 138–144. <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i3.16>.
- [18] Kurniyati., & Sari, E.P . 2023. Pengaruh Pijat Oketani Menggunakan Minyak Essensial Lavender Terhadap Berat Badan Bayi Dan Self Efikasi Ibu Nifas Dalam Menyusui Di wilayah Puskesmas Perumnas Kabupaten Rejang Lebong Bengkulu. Vol. 9, No.1, Hal. 1-7. (<http://Journal.umuslim.ac.id>, diunduh 4 juli 2023).
- [19] Nurfadillah, N., Dewita, D., Veri, N., & Henniwati, H. (2022). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Pencegahan Bendungan Asi pada Ibu Postpartum. 12(1), 26–33.
- [20] Sari, V. P. U., & Syahda, S. (2020). Pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas bangkinang kota. *Jurnal Doppler*, 4(2), 117– 123.
- [21] Astari, A. D., & Machmudah. (2019). Pijat Oketani Lebih Efektif Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Post- Partum Dibandingkan dengan Teknik Marmet. 242–248.
- [22] Widiawati,D. (2024). Postpartum Period. Pijat Oketani Meningkatkan Produksi Asi Pada Masa Postpartum, 12(1), 74–81. <https://doi.org/10.1891/9780826166654.0008>.