JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)
http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm
Vol. 8, No. 2, April 2024, Hal. 1937-1946
e-ISSN 2614-5758 | p-ISSN 2598-8158
Crossref :https://doi.org/10.31764/jmm.v8i2.21808

OPTIMALISASI TERAPI NON FARMAKOLOGI SEBAGAI UPAYA DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DAN DETEKSI DINI KOMPLIKASI PADA IBU NIFAS

Nanda Wahyudi[1], Sri Sujawaty[2], Nurnaningsih Ali Abdul[3], Nancy Olii[4], Yusni Podungge[5], Endah Yulianingsih[6], Nurfaizah Alza[7*]
[1,2,3,4,5,6,7] Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia
nandawahyudiapril@gmail.com[1], febridwiyanti0293@gmail.com[2], adekoabdul@gmail.com[3], oliinancy7@gmail.com[4], nunifay@yahoo.co.id[5], endahyulianingsih@poltekkesgorontalo.ac.id[6], nurfaizah.alza@poltekkesgorontalo.ac.id[7]

ABSTRAK

Abstrak: Air Susu Ibu (ASI) merupakan asupan penting bagi bayi terlebih di bulan pertama kehidupan. Rendahnya cakupan pemberian ASI disebabkan oleh beberapa hambatan yang dapat menjadi kegagalan tercapainya pemberian ASI. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo Kabupaten Gorontalo pada tahun 2020, cakupan pemberian ASI berada diurutan pertama terendah yaitu sebesar 11,30%, sebelumnya tahun 2019 sebesar 45,4%. Tujuan dilaksanakannya pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan *hard skill* atau keterampilan ibu nifas terkait cara melakukan perawatan payudara, pijat oksitosin, dan cara deteksi dini komplikasi pada ibu. Metode yang digunakan adalah melalui penyuluhan dan demonstrasi. Mitra sasaran pada kegiatan ini adalah ibu nifas di Desa Tenggela berjumlah 15 orang. Pengukuran keberhasilan dari pemberian materi dan praktik pijat oksitosin melalui kuesioner *pretest* dan *posttest* serta observasi secara langsung. Hasil dari kegiatan ini adalah adanya perubahan rata-rata pengetahuan ibu nifas dengan antara sebelum dan setelah diberikan materi sebesar 13.74 dengan nilai *p* 0.000 dan peningkatan keterampilan 100%.

Kata Kunci: ASI; Perawatan Payudara; Pijat Oksitosin.

Abstract: *Breast milk (ASI) is an important intake for babies, especially in the first month of life. The low level of breastfeeding is caused by several obstacles that can hinder breastfeeding. Based on data from the Gorontalo Provincial Health Service, Gorontalo Regency, in 2020, the implementation of breastfeeding was in the first lowest position, namely 11.30%; previously, in 2019, it was 45.4%. This community service aims to improve the hard skills or skills of postpartum mothers regarding how to carry out breast care, oxytocin massage, and how to detect early complications in mothers. The method used is counseling and exposure. The target partners for this activity are 15 postpartum mothers in Tenggela Village. Measurement of implementation of oxytocin massage material and practice through pretest and posttest questionnaires and direct observation. The result of this activity was a change in the average knowledge of postpartum mothers between before and after being given the material of 13.74 with a p-value of 0.000 and an increase in skills of 100%.*

Keywords: *Breast Milk; Breast Care; Oxytocin Massage.*

Article History:
Received: 30-01-2024
Revised : 18-02-2024
Accepted: 26-02-2024
Online : 01-04-2024

This is an open access article under the CC–BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) adalah asupan penting bagi bayi terlebih di bulan pertama kehidupan. ASI merupakan susu yang sangat ideal dengan komposisi yang dapat memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi sebab ASI makanan bayi yang paling tepat baik secara kualitas maupun kuantitas. ASI menjadi asupan tunggal yang cukup memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi normal pada usia empat hingga enam bulan pertama (Ningsih et al., n.d.; Zhafirah & Palupi, 2019). Menurut *World Health Organization*, ASI eksklusif adalah pemberian ASI saja tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. Namun bukan berarti setelah pemberian ASI eksklusif, pemberian ASI dihentikan akan tetapi tetap diberikan kepada bayi sampai bayi berusia 2 tahun (Alfaridh et al., 2021). Pemberian ASI eksklusif bermanfaat bagi pertumbuhan, perkembangan, imunologis, dan psikologis serta dari segi ekonomi. Meskipun manfaat pemberian ASI eksklusif sangat besar bagi ibu dan bayi, namun capaian pemberian ASI eksklusif pada bayi masih rendah (Oktaviyana et al., 2022; Sanefuji et al., 2021).

World Health Organization (WHO) menyatakan cakupan menyusui eksklusif di seluruh dunia sebesar 44%, sedangkan target WHO untuk ASI eksklusif di dunia sebesar 70% (WHO, 2021). Secara keseluruhan, cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif pada bayi berusia nol sampai dengan enam bulan di Indonesia sudah melampaui Target Rencana Strategis (Renstra) yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), yaitu 68,74% dari 47% yang ditargetkan (Nila Kusumawati Elison, 2019). Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia 2019 secara nasional, cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebesar 68,74%. Angka ini telah mencapai target Rencana Strategi tahun 2019 yaitu 50%. Akan tetapi, beberapa provinsi masih belum mencapai target, salah satunya Provinsi Gorontalo yang hanya mencapai 43,35% dan berada di urutan ketiga terendah. Bahkan di Kabupaten Gorontalo pada tahun 2020, berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, mengalami penurunan dan berada diurutan pertama terendah yaitu sebesar 11,30%, sebelumnya tahun 2019 sebesar 45,35% (Adityaningrum et al., 2021). Rendahnya cakupan pemberian ASI disebabkan oleh beberapa hambatan yang dapat menjadi kegagalan tercapainya pemberian ASI. Kegagalan pemberian ASI eksklusif inilah yang kerap menjadi masalah bagi para ibu menyusui. Permasalahan ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu keyakinan ibu akan kemampuannya dalam memberikan ASI eksklusif (*Breastfeeding Self Efficacy*) (Suja et al., 2023).

Ibu merasa tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi menjadi faktor utama ibu tidak memberikan ASI eksklusif atau menghentikan pemberian ASI sebelum waktunya, sehingga menjadi salah satu penentu berhasil atau gagal dari pemberian ASI eksklusif (Oktaviyana et al., 2022). Perasaan ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya akan menyebabkan penurunan hormon oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan dan akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula (Indrasari, 2019). Kegagalan dalam pemberian ASI ekslusif disebabkan karena adanya ketakutan pada ibu akan kurangnya produksi ASI, puting rata, payudara bengkak, abses payudara, puting lecet atau pecah yang mengakibatkan ibu stress sehingga kadar hormon kostisol meningkat menjadikan penurunan kadar hormon oksitosin, maka terjadilah keterlambatan oneset laktasi yang berpengaruh pada produksi dan pengeluaran ASI (Faiza et al., 2023).

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, pijat oksitosin merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan produksi ASI. Perawatan payudara (*breast care*) merupakan solusi yang baik untuk membantu melancarkan produksi ASI salah satunya adalah dengan melakukan pijat oksitosin (Anggraini et al., 2022). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI dengan melakukan pemijatan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin (Kartini et al., 2020). Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks *letdown*. Selain untuk merangsang refleks *letdown*, manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Indrasari, 2019).

Pentingnya pijat oksitosin dan perawatan payudara, maka perlu dilakukan pengabdian kepada masyarakat dengan sasaran ibu nifas untuk meningkatkan *hard skill* atau keterampilan ibu nifas terkait cara perawatan payudara dan cara pijat oksitosin agar produksi ASI meningkat pemberian ASI eksklusif tercapai serta cara mendeteksi dini komplikasi ibu nifas agar terhindar masalah/komplikasi.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan di Desa Tenggela yang berfokus pada pemberian edukasi dan praktik cara perawatan payudara, pijat oksitosin, serta cara deteksi dini komplikasi kepada ibu nifas sebanyak 15 orang. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan serangkaian kegiatan dari Praktik Kebidanan Komunitas Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Gorontalo terkait "Optimalisasi Terapi Non Farmakologi sebagai Upaya dalam Meningkatkan Produksi ASI dan Deteksi Dini Komplikasi pada Ibu Nifas" di Desa Tenggela. Mitra yang terlibat dalam

kegiatan ini adalah pihak pemerintah Desa Tenggela, puskemas Tilango, bidan desa dan kader kesehatan desa Tenggela. Metode pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahapan ini merupakan langkah awal berupa koordinasi dengan kader, bidan desa dan kepala desa Tenggela, termasuk jumlah sasaran. Semua ini akan terlaksana melalui pendekatan yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat dengan memanfaatkan kesempatan dalam membina dan memfasilitasi kegiatan pengabdian masyarakat.

2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Kantor Desa Tenggela. Kegiatan diawali dengan pengisian kuesioner *pretest* kemudian dilanjutkan dengan pembagian *booklet* perawatan payudara dan pijat oksitosin. *Booklet* tersebut diberikan sebagai bahan belajar bagi ibu nifas. Selanjutnya dilakukan penyuluhan dengan menggunakan media *powerpoint* terkait manfaat pijat oksitosin, perawatan payudara, serta cara deteksi dini komplikasi pada ibu nifas untuk meningkatkan pengetahuan ibu terkait materi tersebut. Selanjutnya, dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan kadar hemoglobin yang kemudian dilanjutkan dengan demostrasi pijat oksitosin pada ibu. Setelah diajarkan, dibentuk kelompok yang terdiri dari dua orang untuk secara bergantian mempraktikkan pijat oksitosin pada pasangan masing-masing. Bagi ibu yang berdasarkan hasil observasi, masih kurang tepat dalam melakukan pijat oksitosin, maka akan dilakukan pendampingan secara khusus oleh tim pelaksana.

3. Tahap Evaluasi Dan Monitoring

Evaluasi pengetahuan ibu diukur melalui kuesioner *pretest* dan *posttest* sedangkan keterampilan dinilai berdasarkan observasi langsung oleh tim pelaksana. Hasil analisis data dibuatkan laporan dan selanjutnya sampaikan kepada pihak Puskesmas Tilango dan pemangku kepentingan untuk dapat ditindaklanjuti. Hasil monitoring ini ditindaklanjuti oleh kepala desa Tenggela bersama kepala Puskesmas untuk perencanaan program rutin monitoring kesehatan dan upaya ibu nifas dalam meningkatkan produksi ASI, khususnya pijat oksitosin dengan melakukan kunjungan langsung ke rumah ibu-ibu nifas yang dibantu oleh kader.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini merupakan langkah awal berupa koordinasi dengan kepala desa, bidan desa, dan kader di wilayah desa Tenggela terkait pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Data yang diperoleh dari hasil koordinasi yaitu jumlah ibu nifas sebagai sasaran yaitu 15 orang ibu yang bersedia dan dapat hadir mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat

serta pelaksanaannya yaitu pada tanggal 18 Oktober 2023 di Kantor Desa Tenggela

2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan sesuai perencanaan, yaitu di Kantor Desa Tenggela dengan melakukan upaya peningkatan produksi ASI dan deteksi dini komplikasi pada ibu nifas. Kegiatan diawali dengan pembagian kuesioner untuk penilaian pengetahuan awal ibu nifas sebelum diberikan materi. Selanjutnya dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah untuk mengetahui kondisi ibu. Berdasarkan hasil pemeriksaan diperoleh hasil tekanan darah oleh semua ibu nifas normal, seperti terlihat pada Gambar 1.

Gambar 1. Pemeriksaan tekanan darah

Selain itu, dilakukan pula pemeriksaan kadar hemoglobin ibu untuk mendeteksi risiko anemia pada ibu nifas. Dari hasil pemeriksaan yang dilakukan, didapatkan hasil hemoglobin ibu nifas dalam batas normal yaitu mulai dari 12 gr/dl sampai 14 gr/dl, seperti terlihat pada Gambar 2.

Gambar 2. Pemeriksaan kadar hemoglobin

Kegiatan berikutnya adalah pembagian *booklet* kepada ibu nifas sebagai bahan bacaan baik sebelum pemberian materi yang kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi terkait manfaat pijat oksitosin, perawatan payudara, dan deteksi dini komplikasi ibu nifas dengan menggunakan media

power point serta demonstrasi pada praktik melakukan cara pijat oksitosin dan perawatan payudara. Untuk menilai terkait perbedaan pengetahuan ibu nifas sebelum diberikan dan setelah diberikan materi, maka dilakukan kembali pembagian kuesinoer *posttest,* seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Pengetahuan Ibu Nifas Sebelum dan Setelah Pemberian Materi

Kelompok	Perubahan Pengetahuan	Uji berpasangan		*p*
	Mean ± SD	Δ mean	95% *CI*	
Pretest	15,13 ± 4,07	13,74	12,014-15,453	0,000
Postest	28,87 ± 1,69			

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa terjadi perubahan rata-rata pengetahuan antara *pretest* dan *posttest* sebesar 13, 74 yang menandakan secara signifikan terjadi peningkatan pengetahuan ibu nifas sebelum dan setelah diberikan materi dengan *p value* 0,000. Adanya peningkatan pengetahuan ibu nifas dapat dipengaruhi dari metode yang digunakan, yakni penyampaian materi terkait manfaat pijat oksitosin, perawatan payudara, serta cara deteksi dini komplikasi menggunakan *power point*, *booklet*, dan adanya sesi diskusi atau tanya jawab.

Pengaruh media pembelajaran, seperti media *power point* terhadap peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan (Habibi & Rusdi, 2018) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh slide *power point* terhadap peningkatan pengetahuan tentang gerakan shodaqoh sampah muhammadiyah pada siswa kelas V SD Muhammadiyah 4 Samarinda Kalimantan Timur. Media *power point* adalah salah satu program aplikasi atau *software* yang dirancang khusus untuk mampu menampilkan program multimedia dengan menarik, mudah dalam pembuatan, mudah dalam penggunaan, dan relatif murah (Wati, 2016).

Melalui animasi dan desain yang menarik, dilengkapi gambar, serta penyampaian yang lebih interaktif, maka media *power point* dapat meningkatkan perhatian, meminimalisir kejenuhan, dan memudahkan peserta atau pendengar mengingat materi yang disampaikan (Switri Endang, 2022). Selain itu, adanya kesempatan bertanya atau diskusi terkait hal-hal yang belum dimengerti oleh ibu nifas juga berperan terhadap hasil dari kegiatan ini sebagaimana hasil penelitian Asrina et al. (2019) yang menyatakan bahwa diskusi dapat meningkatkan pengetahua dan sikap santriwati yang dijadikan sebagai sampel penelitain terkait kebersihan diri.

Adapun untuk keterampilan ibu nifas dalam melakukan pijat oksitosin, berdasarkan hasil observasi dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan keterampilan pada seluruh ibu nifas (100%). Hal ini tampak dari kemampuan ibu nifas untuk mempraktikkan pijat oksitosin sesuai dengan prosedur. Metode demonstrasi dan pendampingan yang dilakukan merupakan bagian yang berperan dalam peningkatan keterampilan ibu nifas tersebut. Hal ini sesuai dengan hasil kegiatan pengabdian Masyarakat

Aryani & Alyensi (2019) yang hasilnya terdapat peningkatan keterampilan bidan dalam melakukan pijat oksitosin yang diajarkan melalui demonstrasi.

Tujuan dilakukannya pijat oksitosin dan perawatan payudara yaitu untuk membantu peningkatan produksi ASI pada ibu nifas (Saputri et al., 2019). Pijat oksitosin adalah pemijatan tulang belakang costae lima hingga enam sampai scapula dengan gerakan memutar yang dilakukan pada ibu setelah melahirkan untuk membantu kerja hormon oksitosin menyampaikan sinyal ke hipotalamus. Manfaat pijat oksitosin sendiri adalah untuk merangsang kerja oksitosin dalam mengalirkan ASI keluar sehingga produksi ASI menjadi lebih banyak. Adapun manfaat lainnya yaitu mempercepat penyembuhan luka bekas implantasi plasenta, mencegah terjadinya perdarahan post partum, dapat mempercepat terjadinya infolusi uterus, meningkatkan produksi ASI dan meningkatkan rasa nyaman pada ibu menyusui (Siregar et al., 2020).

Perawatan payudara merupakan teknik pemijatan untuk merangsang sekresi hormon oksitosin dalam menghasilkan ASI sedini mungkin yang memiliki peranan penting dalam menghadapi masalah ketika menyusui (Widiastini et al., 2020). Adapun perawatan payudara pada ibu nifas meliputi kebersihan payudara sebelum dan sesudah menyusui, perawatan putting susu agar tidak lecet, putting menjadi lemas dan tidak keras atau kering sehingga bayi dapat merasa nyaman ketika diberikan ASI. Manfaat perawatan payudara adalah untuk meningkatkan produksi ASI, menghindari adanya bendungan ASI dan kebersihan payudara lebih terjaga (Katuuk, 2018).

Pemberian materi tentang deteksi dini komplikasi pada ibu nifas juga dilakukan dengan tujuan untuk memonitor dan mendukung kesehatan dan mendeteksi komplikasi pada ibu. Pemeriksaan dan pengawasan terhadap ibu nifas sangat perlu dilakukan secara teratur. Hal ini bertujuan untuk menyiapkan seoptimal mungkin fisik dan mental ibu selama masa nifas sehingga didapatkan ibu dan anak yang sehat (Ida & Afriani, 2021). Deteksi dini komplikasi adalah upaya yang bertujuan untuk mengidentifikasi gejala atau tanda-tanda adanya masalah kesehatan sejak dini, sehingga tindakan intervensi atau perawatan dapat dilakukan secara cepat dan efektif. Deteksi dini komplikasi pada ibu nifas sangat penting untuk memastikan kesehatannya dan mencegah komplikasi yang lebih serius (Yuhemy Zurizah, 2020).

3. Monitoring Dan Evaluasi

Tahap akhir pelaksanaan kegiatan diakhiri dengan pembagian kuesioner kembali untuk menilai pengetahuan ibu nifas setelah pemberian materi. Hasilnya adalah terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan ibu nifas sebesar 13,74 sebagaimana yang terlampir pada Tabel 1 dan keterampilan sebesar 100% yang dinilai dari observasi langsung. Meskipun dalam proses demonstrasi, masih ada ibu nifas yang belum maksimal cara melakukannya,

namun setelah mendapatkan pendampingan dari anggota tim pelaksana, ibu tersebut sudah bisa melakukannya secara sistemasis atau sesuai prosedur. Pijat oksitosin dan perawatan payudara tersebut bersedia dilakukan ibu nifas secara rutin dan teratur di rumahnya masing-masing. Untuk memastikan komitmen tersebut, akan dimonitoring oleh bidan di Puskesmas dibantu oleh kader dengan kunjungan langsung ke rumah masing-masing ibu nifas sekaligus memonitoring kesehatan ibu nifas tersebut.

4. Kendala Pelaksanaan

Suatu kegiatan tentunya tidak pernah terlepas dari hambatan atau kendala yang dihadapi sebelum terlaksana dengan sukses. Hambatan serta kendala yang dihadapi tidak dijadikan sebagai suatu permasalahan untuk merealisasikan kegiatan ini karena sangat disadari bahwa kendala serta hambatan yang dihadapi menjadi suatu tolak ukur dalam bertanggung jawab atas kegiatan terpadu yang telah dibuat. Adapun faktor penghambat atau kendala dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah ada beberapa ibu nifas yang tidak berkesempatan hadir dikarenakan kegiatan pengabmas terpadu bersamaan dengan kegiatan posyandu.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas terkait pentingnya pemberian ASI, perawatan payudara, pijat oksitosin, dan deteksi dini komplikasi ibu nifas guna mengoptimalisasikan pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan kesehatan ibu. Hasil dari kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan ibu nifas antara *pretest* dan *posttest* dengan perubahan rata-rata sebesar 13, 74 dengan *p value* 0,000 serta adanya peningkatan keterampilan ibu nifas dalam melakukan pijat oksitosin sebesar 100%. Diharapkan ibu nifas dapat menerapkan terapi pijat oksitosin serta bisa melibatkan anggota keluarganya agar produksi ASInya meningkat dan pemberian ASI eksklusif tercapai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada semua pemerintah Desa Tenggela, Puskesmas Tilango, kader desa Tenggela, para ibu nifas yang telah menjadi peserta pada kegiatan ini serta seluruh pihak yang telah berkontribusi terutama kepada mahasiswa Semester IV Program Studi Diploma Tiga Kebidanan Poltekkes Kemenkes Gorontalo Tahun Ajaran 2022/2023 yang telah membantu penyelenggaraan kegiatan pengabdian sehingga terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

Adityaningrum, A., Jusuf, H., & Nusi, P. P. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian ASI Ekslusif Pada Bayi Di Puskesmas Talaga Jaya. *Madu : Jurnal Kesehatan*, *10*(1), 9. https://doi.org/10.31314/mjk.10.1.9-16.2021

Alfaridh, A. Y., Azizah, A. N., Ramadhaningtyas, A., Maghfiroh, D. F., Amaria, H., Mubarokah, K., Arifatuddina, M., Shafira, N., Widyasanti, N., Kumala, S. S., Program, A. N., Ilmu, S., Maskarakat, K., & Masyarakat, K. (2021). Peningkatan Kesadaran dan Pengetahuan tentang ASI Eksklusif pada Remaja dan Ibu dengan Penyuluhan serta Pembentukan Kader Melalui Komunitas "CITALIA." *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Pengmaskesmas)*, *1*(2), 119–127.

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

Aryani, Y., & Alyensi, F. (2019). Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Upaya Memperbanyak Produksi Asi Melalui Pelatihan Bagi Para Bidan. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *3*(2), 361–367. https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.3680

Asrina, A., Ernawati, & Suharni. (2019). Pengaruh Metode Diskusi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Kebersihan Diri (Studi Pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Abrar). *Prosiding Seminar Nasional*, *2*, 26–27.

Faiza, Z., Rachmawati, D., & Mujito, M. (2023). the Effect of Oxytocines Massage on Breast Milk Production in Postpartum Mothers. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, *11*(01), 128–138. https://doi.org/10.47794/jkhws.v11i01.495

Habibi, M., & Rusdi, R. (2018). Pengaruh Media Slide Presentasi Dalam Menunjang Peningkatan Pengetahuan Tentang Gerakan Shodaqoh Sampah Muhammadiyah Pada Siswa Kelas V Sd Muhammadiyah 4 Samarinda Kalimantan Timur. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Lingkungan Dan Pembangunan*, *19*(02), 50–64. https://doi.org/10.21009/plpb.192.05

Ida, A. S., & Afriani, A. (2021). Pengaruh Edukasi Kelas Ibu Hamil Terhadap Kemampuan Dalam Deteksi Dini Komplikasi Kehamilan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, *2*(2), 345–350.

Indrasari, N. (2019). Meningkatkan Kelancaran ASI dengan Metode Pijat Oksitoksin pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, *15*(1), 48. https://doi.org/10.26630/jkep.v15i1.1325

Kartini, K., Ajeng, A., & Suaningsih, F. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Balaraja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, *3*(1), 18–30.

Katuuk, M. (2018). *Hubungan pengetahuan perawatan payudara dengan kelancaran produksi asi pada ibu post partum di ruangan dahlia rsd liun kendaghe tahuna kabupaten kepulauan sangihe*. *6*.

Nila Kusumawati Elison. (2019). Rendahnya Caupan ASI Eksklusif di Kabupaten Kampar Riau. *Jurnal Ilmiah Penelitian Kualitatif*, *5*(2), 11–21.

Ningsih, F., Lestari, R. M., Tinggi, S., Kesehatan, I., Palangka, K., & Tengan, P. K. (n.d.). *Efektifitas kombinasi pijat oksitosin dan hypno breastfeeding terhadap optimalisasi produksi asi pada ibu nifas 1*. *5*(1), 174–187.

Oktaviyana, C., Pratama, U., Igbal, M., Fitriya, I. R., Adha, M. N., & Nelly, Z. N. (2022). Determinan Kegagalan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Puskesmas Banda Raya Kota Banda Aceh. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *10*(3), 438–449. https://doi.org/10.33366/jc.v10i3.3839

Sanefuji, M., Senju, A., Shimono, M., Ogawa, M., Sonoda, Y., Torio, M., Ichimiya, Y., Suga, R., Sakai, Y., Honjo, S., Kusuhara, K., & Ohga, S. (2021). Breast feeding and infant development in a cohort with sibling pair analysis: The Japan Environment and Children's Study. *BMJ Open*, *11*(8), 1–11.

https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-043202

Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato, I. C. (2019). Pada Ibu Postpartum experimental with the One Group Pre and Post Test Design . The population in. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, *2*(1), 68–73.

Siregar, G. G., Purba, T. J., Anatasya, S., & Gulo, R. A. P. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, *2*(2), 53–58. https://doi.org/10.36656/jpk2r.v2i2.245

Suja, M. D. D., Roslina, Sudarmi, & Lely Sulistianingrum. (2023). Breastfeeding Self-Efficacy dan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Kota Bandar Lampung. *PREVENTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *14*, 473–482.

Switri Endang. (2022). *Teknologi dan Media Pendidikan dalam Pembelajaran*. Qiara Merdeka.

Wati, E. R. (2016). Buku Media Pembelajaran. In *Kata Pena*. Kata Pena.

Widiastini, P. M. F., Sugiartini, D. K., & Lutfiana, I. (2020). Efektivitas Perawatan Payudara Pada Ibu Nifas Dalam Melancarkan Produksi ASI: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Midwinerslion*, *5*(2), 408–417.

Yuhemy Zurizah. (2020). 1035325 Deteksi Dini Komplikasi Pada Masa Nifas dan Penatalaksanaannya Sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Ibu. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Medical Science Ilmu Kesehatan Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang*, *10*(2), 71–75. https://doi.org/10.35325/kebidanan.v10i2.243

Zhafirah, nahdah shofi, & Palupi, L. M. (2019). Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, *10*(2), 85–91.