

*Original Study*

## ***Effect of Lactation Massage and Oxytocin Massage on Milk Production in Postpartum Women: A Quasi-experimental Study***

### ***Pengaruh Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas : Studi Quasi Eksperimental***

**Nency Agustia<sup>1\*</sup>, Rini Camelia<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Diploma III Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Ma'arif Baturaja, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi S-1 Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Ma'arif Baturaja, Indonesia

**\*Corresponding Author:**

**Nency Agustia**

Program Studi Diploma III Kebidanan,  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-  
Ma'arif Baturaja, Indonesia  
Email: nencyagustia96@gmail.com

**Keyword:**

Breast Milk,  
Lactation Massage,  
Oxytocin Massage,  
Postpartum Mothers,

**Kata Kunci:**

ASI,  
Ibu Nifas,  
Pijat Laktasi,  
Pijat Oksitosin,

## **Abstract**

Exclusive breastfeeding coverage in Indonesia remains below the national target. Low breast milk production in postpartum mothers is one contributing factor. Lactation and oxytocin massage are known to stimulate prolactin and oxytocin hormones to enhance milk production. Objective of this study to determine the effect of a combination of lactation massage and oxytocin massage on breast milk production in postpartum mothers more than two hours after delivery. This quasi-experimental study used a post-test only control group design involving 44 postpartum mothers divided into intervention and control groups. The intervention was performed for three consecutive days. Data were collected using a checklist and observation table. The Mann-Whitney test was used to analyze differences in lactation onset and milk flow. Most mothers in the intervention group experienced a faster lactation onset (95.4%) and smooth milk flow (90.9%), compared to the control group with only 22.7% experiencing fast onset and smooth flow. A significant difference was found between the two groups in both lactation onset ( $p = 0.015$ ) and milk flow ( $p = 0.024$ ). The combination of lactation massage and oxytocin massage effectively improves breast milk production in postpartum mothers. This intervention can be adopted as a promotive strategy to support national exclusive breastfeeding targets. Health workers are encouraged to undergo lactation massage training and educate families to implement oxytocin massage at home. Further studies with larger samples are recommended.

## **Abstrak**

Pemberian ASI eksklusif di Indonesia belum mencapai target nasional. Rendahnya produksi ASI pada ibu nifas menjadi salah satu hambatan. Pijat laktasi dan pijat oksitosin diketahui dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin untuk memperlancar produksi ASI. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat laktasi dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas lebih dari dua jam pascapersalinan. Penelitian ini merupakan studi kuasi-eksperimen. Sampel terdiri dari 44 ibu nifas yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol. Intervensi berupa pijat laktasi dan oksitosin dilakukan selama tiga hari. Data dikumpulkan menggunakan daftar tilik dan master tabel observasi. Uji Mann-Whitney digunakan untuk menganalisis perbedaan onset dan kelancaran ASI antar kelompok. Sebagian besar ibu pada kelompok intervensi mengalami onset laktasi cepat (95,4%) dan ASI lancar (90,9%). Pada kelompok kontrol, hanya 22,7% yang mengalami onset cepat dan kelancaran ASI. Terdapat perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam hal onset laktasi ( $p = 0,015$ ) dan kelancaran ASI ( $p = 0,024$ ). Kombinasi pijat laktasi dan pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Intervensi ini dapat diterapkan sebagai upaya promotif untuk mencapai target ASI eksklusif nasional. Tenaga kesehatan disarankan mengikuti pelatihan pijat laktasi dan mengedukasi keluarga ibu nifas untuk menerapkan pijat oksitosin di rumah. Penelitian lanjutan disarankan dengan cakupan populasi yang lebih luas.

© The Author(s) 2025

**Article Info:**

Received : April 24, 2025

Revised : May 31, 2025

Accepted : June 08, 2025

**Lentera Perawat**

e-ISSN : 2830-1846

p-ISSN : 2722-2837



This is an Open Access article  
distributed under the terms of the  
[Creative Commons Attribution-  
NonCommercial 4.0 International  
License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

## **Background**

Pencapaian pemberian ASI Eksklusif di dunia sebanyak 48% pada tahun 2023 mendekati target minimal 50% pada tahun 2025 (WHO,2025). Berdasarkan Hasil Pemantauan Status Gizi di Indonesia tahun 2023, pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia 55%. Sumatera selatan merupakan provinsi urutan ke 6 dimana

pencapaian ASI Eksklusif sebanyak 55,1% (SDKI, 2023). Pada tahun 2022 cakupan pemberian ASI Eksklusif di Sumatera Selatan sebesar 66,3% dengan target nasional 80%, Kabupaten terendah cakupan pemberian ASI Eksklusif OKU Selatan (22,4%), OKU (43,4%) dan ogan Ilir (55%) (Dinkes Sumsel, 2023). Pemberian ASI Eksklusif di Kabupaten OKU di kecamatan Baturaja Barat 48,6% dan di

Baturaja Timur 53,6% masih jauh dari target nasional 80% (Dinkes OKU, 2023).

Pemberian ASI eksklusif dimulai dari Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dengan cara kontak kulit ke kulit antara bayi dengan ibunya minimal satu jam setelah persalinan. IMD bermanfaat untuk mengurangi angka kematian bayi, membantu pernafasan dan detak jantung bayi lebih stabil, bayi mendapatkan zat kekebalan tubuh dan zat penting lainnya, merangsang pengaliran Air Susu Ibu (ASI) dan merangsang hormon oksitosin (Kemenkes, 2024).

Permasalahan pada saat menyusui atau hari-hari pertama pasca melahirkan diantaranya belum keluar kolostrum, syndrome produksi ASI sedikit, payudara bengkak, mastitis, penyumbatan saluran pengeluaran ASI, puting susu datar, puting susu lecet dan ASI berlebih (Lestari et al, 2021) sementara produksi ASI dalam proses menyusui memerlukan rangsangan pada otot payudara hingga kelenjar payudara untuk berkontraksi yang dibutuhkan dalam proses menyusui (Triansa et al, 2021). Rangsangan tersebut dapat berupa pijat laktasi dan pijat oksitosin yang dapat dilakukan untuk menangani permasalahan pada waktu menyusui sehingga mempengaruhi produksi ASI (Aprilianti, 2018).

Pijat oksitosin merupakan pemijatan tulang belakang pada costae (tulang rusuk) ke 5-6 sampai scapula (tulang belikat) akan mempercepat kerja saraf parasimpatis, berpangkal pada medulla oblongata dan daerah sacrum dari medula spinalis akan merangsang hipofise posterior untuk merangsang hormon oksitosin, yang mengstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang melingkari ductus lactiferus kelenjar mammae yang menyebabkan kontraktibilitas mioepitel payudara sehingga meningkatkan volume ASI dari kelenjar mammae (Umbarsari, 2017). Pijat oksitosin merangsang hormon oksitosin keluar ketika bayi menghisap puting susu ibu, dimana hormon oksitosin membuat emosional ibu menjadi stabil, menenangkan, tidak stress, membangkitkan rasa percaya diri sehingga ASI keluar menjadi lancar (Nurkhasanah, 2025). Penelitian yang dilakukan oleh Aprilianti (2018) menunjukkan bahwa pengeluaran ASI pada ibu yang mendapatkan pijat oksitosin cenderung lebih lambat keluar dibandingkan dengan ibu yang mendapatkan pijat laktasi.

Pijat laktasi adalah pemijatan pada daerah leher, punggung dan payudara untuk melancarkan aliran darah sehingga menjaga kelancaran aliran ASI. Pijat laktasi berfungsi untuk menenangkan pikiran, relaksasi tubuh, menormalkan aliran darah, mengatasi pembengkakan payudara, meningkatkan volume ASI, biasanya dilakukan pada ibu yang ingin relaktasi dan mencegah sumbatan pada saluran ASI (Helina dkk, 2020).

Pijat oksitosin dapat dilakukan oleh suami atau orang lain karena mudah untuk diaplikasikan. Pijat laktasi hanya dapat dilakukan oleh orang yang telah mendapatkan pelatihan mengenai pijat laktasi. Kombinasi pijat laktasi dan oksitosin dapat merangsang payudara memproduksi lebih banyak ASI. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat laktasi dan pijat oksitosin terhadap Produksi ASI pada ibu nifas.

## Methods

Penelitian ini merupakan studi kuasi-eksperimen, di mana pengukuran hanya dilakukan setelah intervensi diberikan. Rancangan ini dipilih untuk mengevaluasi pengaruh kombinasi pijat laktasi dan pijat oksitosin terhadap produksi air susu ibu (ASI) pada ibu nifas. Intervensi diberikan hanya kepada kelompok perlakuan, sementara kelompok kontrol tidak menerima intervensi apa pun, namun tetap dipantau untuk variabel yang sama. Penelitian ini dilaksanakan di fasilitas pelayanan kesehatan selama bulan Oktober hingga Desember 2024.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang melahirkan pada periode tersebut. Kriteria inklusi meliputi ibu nifas lebih dari dua jam setelah persalinan, tidak mengalami komplikasi, serta bersedia mengikuti seluruh prosedur penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling, sehingga diperoleh total 44 ibu nifas yang terbagi secara seimbang ke dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Setiap partisipan mendapatkan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta menandatangani lembar persetujuan tertulis (informed consent).

Kelompok intervensi menerima perlakuan berupa kombinasi pijat laktasi dan pijat oksitosin yang diberikan selama tiga hari berturut-turut, mulai dari hari pertama hingga

hari ketiga pascapersalinan. Intervensi dilaksanakan oleh tenaga kesehatan terlatih sesuai protokol pelaksanaan yang telah disusun dan divalidasi. Sementara itu, kelompok kontrol tidak diberikan intervensi pijat, namun tetap dilakukan observasi dan pencatatan terhadap parameter keluaran yang sama, yaitu produksi ASI.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data primer yang diperoleh melalui observasi langsung. Instrumen yang digunakan meliputi daftar tilik untuk memantau pelaksanaan intervensi dan master tabel observasi untuk mencatat onset laktasi dan kelancaran pengeluaran ASI pada kedua kelompok. Seluruh instrumen telah melalui proses validasi isi oleh pakar dan uji coba terbatas untuk menjamin keandalan pengukuran.

Analisis data dilakukan dengan uji Mann-Whitney karena data berskala ordinal dan tidak terdistribusi normal. Analisis ini digunakan

untuk menguji perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol terkait dua variabel utama, yaitu onset laktasi dan kelancaran produksi ASI. Interpretasi hasil analisis dilakukan dengan mempertimbangkan nilai  $p < 0,05$  sebagai batas signifikansi statistik.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan. Seluruh proses penelitian dilakukan dengan tetap mengedepankan prinsip etika penelitian, termasuk kerahasiaan data partisipan dan hak partisipasi sukarela.

## Results

Analisis univariat digunakan untuk memberikan gambaran karakteristik variabel dalam suatu penelitian. Analisis ini menyajikan distribusi frekuensi dan persentase dari sampel yang diteliti. Analisis univariat bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai produksi ASI yaitu onset laktasi dan ekskresi ASI pada kelompok intervensi dan kontrol.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi ibu nifas terhadap produksi ASI pada ibu nifas

Produksi ASI	Intervensi	Kelompok			
		Intervensi	%	Kontrol	%
Onset laktasi	1.Cepat	21	95,4	5	22,7
	2.Lambat	1	4,6	17	77,3
Eksresi ASI	1.Tidak Lancar	2	9,1	17	77,3
	2.Lancar	20	90,9	5	22,7

Tabel 1. Menunjukkan kelompok intervensi dengan onset laktasi sebagian besar dalam kategori cepat sebanyak 21 ibu nifas (95,4%) sedangkan Eksresi ASI sebagian besar dalam kategori lancar sebanyak 20 ibu nifas (90,9%). Pada kelompok kontrol dengan onset laktasi sebagian besar dalam kategori lambat sebanyak 17 ibu nifas (77,3%) dan ekskresi ASI sebagian besar dalam kategori tidak lancar sebanyak 17 ibu nifas (77,3%).

Analisis bivariat dilakukan untuk menentukan apakah ada pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan pijat laktasi dengan produksi ASI. Berdasarkan hasil uji normalitas, data yang diperoleh tidak terdistribusi normal sehingga

menggunakan metode uji statistik Uji Mann-Whitney. Jenis penelitian ini digunakan untuk membandingkan dua kelompok independen. Penggunaan data menggunakan perangkat lunak SPSS. Interpretasi hasil jika  $p\text{-value} < 0,05$  maka  $H_1$  diterima yang berarti ada pengaruh pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap produksi ASI. Sedangkan jika  $p\text{-value} > 0,05$  maka  $H_0$  diterima, yang berarti tidak ada pengaruh pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap produksi ASI.

Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel untuk menunjukkan perbedaan Produksi ASI terhadap ibu nifas sebagai berikut.

**Tabel 2.** Perbedaan Produksi ASI setelah dilakukan intervensi pijat oksitosin dan pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas

Produksi ASI	Kelompok		OR 95%CI	Nilai p
	Intervensi	Kontrol		
<b>Onset laktasi</b>				
Rerata (SD)	1,43 (1,33)	1,88 (3,54)	0,118	0,015
SE	1,061	0,125	(0,018 – 0,4749)	
<b>Kelancaran ASI</b>				
Rerata (SD)	1,74(0,449)	1,25(0,463)	9,100	0,024
SE	0,094	0,164	(0,958 – 86,480)	

Rata-rata onset ASI setelah dilakukan intervensi pada responden kelompok intervensi 1,43 menit setelah dilakukan intervensi dengan SD 1,33 sedangkan responden kelompok kontrol rata-rata 1,88 menit dengan SD 3,54. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,015$  artinya pada nilai alpha 5% terlihat perbedaan yang signifikan rata-rata onset produksi ASI antara ibu dengan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelancaran produksi ASI pada ibu kelompok intervensi rata-rata 1,74 tetes dengan nilai SD 0,449 sedangkan kelancaran produksi ASI pada ibu kelompok kontrol 1,25 tetes setelah dilakukan intervensi dengan nilai SD 0,463. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,024$  artinya nilai alpha 5% terlihat ada perbedaan yang signifikan rata-rata kelancaran produksi ASI setelah diberikan intervensi.

## Discussion

Kombinasi Pijat oksitosin dan pijat laktasi efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas > 2 jam pasca persalinan. Laktasi melibatkan proses produksi dan pengeluaran ASI. Produksi ASI sudah dimulai sejak kehamilan, dan pengeluaran ASI masih dihambat selama masa kehamilan. Segera setelah bayi dan placenta lahir, estrogen dan progesterone turun drastis sehingga kerja prolaktin dan oksitosin akan maksimal sehingga pengeluaran dan pengeluaran ASI akan lancar. Tidak keluarnya ASI tidak semata karena produksi ASI tidak ada atau tidak mencukupi, tetapi sering kali produksi ASI cukup namun pengeluarannya yang dihambat akibat hambatan sekresi oksitosin.

Penelitian Hanubun et al (2023) diperoleh bahwa produksi ASI yang tidak lancar

dikarenakan kurangnya rangsangan terhadap hormon produksi ASI dengan dilakukan pijat laktasi produksi ASI meningkat karena fungsi pijat laktasi adalah menenangkan pikiran ibu, membuat rileks, menormalkan aliran darah, mencegah sumbatan saluran ASI.

Pijatan atau rangsangan tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang modula oblongata kemudian mengirimkan pesan ke hypothalamus di hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susu. Pemijatan di daerah tulang belakang menimbulkan rileksasi, menghilangkan stress dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran ASI (Apreliasari dkk, 2020).

Oksitosin adalah hormon yang dihasilkan oleh kelenjar pituitary dalam otak, hormon oksitosin dapat dirangsang saat bayi menghisap, rangsangan tersebut dikirimkan ke hipotalamus kemudian ke hipofisis anterior sehingga hormon oksitosin dikeluarkan dan mengalir ke dalam darah, kemudian masuk payudara menyebabkan otot-otot di sekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir di saluran ASI (milk ducts). Hormon oksitosin juga memacu kontraksi otot rahim sehingga involusi rahim makin cepat dan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Yani et al (2022) yang menyatakan bahwa pemberian pijat laktasi oksitosin membuat produksi ASI menjadi lancar dan meningkat. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan pengeluaran dipengaruhi oleh hormon oksitosin. hormon oksitosin dapat dikeluarkan dari rangsangan puting susu dan pijatan pada tulang belakang pada ibu sehingga ketika



dilakukan pijatan membuat oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Penelitian ini menegaskan bahwa dilakukannya pijat laktasi akan membuat onset laktasi dan kelancaran ASI meningkat sehingga ibu tidak akan mengalami syndrome ASI kurang. Penelitian lain yang dilakukan Aprilianti (2018) yang membandingkan pijat laktasi dengan pijat oksitosin di kota Palangka Raya menunjukkan bahwa pijat laktasi cenderung onset laktasi cepat 5,57 kali lebih besar dibandingkan dengan ibu yang mendapat pijat oksitosin. Walaupun demikian penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2023) ibu postpartum yang melakukan pijat oksitosin mempunyai peluang 11,667 kali mengalami produksi ASI cukup dibandingkan dengan ibu yang tidak melakukan pijat oksitosin. Hal ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin merupakan pijat yang mampu meningkatkan produksi ASI selain pijat laktasi.

Kombinasi pijat laktasi dan oksitosin merupakan strategi efektif dalam meningkatkan target nasional pencapaian ASI Eksklusif pada ibu-ibu yang memiliki masalah menyusui terutama syndrom ASI kurang yang merasa ASI tidak cukup untuk bayinya. Prinsip produksi ASI seperti “Penawaran dan Permintaan” semakin sering bayi mengisap maka banyak ASI yang dikeluarkan dari payudara (ABA, 2025). ASI yang diminum bayi akan secara otomatis diganti menghasilkan pasokan konstan yang sangat sesuai dengan kebutuhannya. Ibu akan mengetahui kapan payudara terasa penuh dan segera dikeluarkan agar tidak mengganggu produksi ASI. Jika bayi belum ingin menyusui maka ibu harus memerahnya agar tidak terjadi sumbatan pada saluran ASI ibu.

Penelitian ini memberikan wawasan baru bahwa seorang tenaga kesehatan terutama bidan yang sering memeriksa kehamilan, menolong persalinan dan kunjungan nifas harus memiliki kemampuan untuk melakukan manajemen laktasi terutama pijat laktasi dan pijat oksitosin. Data menunjukkan bahwa 56,51% seorang ibu di Indonesia melahirkan ditolong oleh bidan dibandingkan tenaga kesehatan lainnya (BPS, 2024). Bidan mengikuti seminar, workshop dan pelatihan tentang manajemen laktasi sampai dengan konseling

menyusui akan lebih percaya diri menangani permasalahan menyusui. Bidan dapat mengajarkan kepada keluarga cara melakukan pijat oksitosin dan dapat memanggil bidan untuk melakukan pijat laktasi saat ibu mengalami permasalahan menyusui. Memberikan konseling menyusui pada ibu pascapersalinan dan tidak juga menutup kemungkinan pada ibu hamil karena semakin dini seorang calon ibu mengetahui informasi maka akan semakin cepat ibu memahami kemana mereka harus pergi saat terjadi masalah. Konseling sebaya, dukungan melalui telepon seluler, melakukan pijat, pemberian hadiah bagi yang berhasil menyusui, pemberian insentif bagi yang berhasil menyusui dan pendidikan antenatal merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan ASI Eksklusif (Buckland et al, 2020).

Studi ini membuka peluang untuk pengembangan penelitian selanjutnya dengan sampel yang lebih banyak atau berbasis komunitas. Mungkin Peneliti selanjutnya dapat membuat produk terkait alat yang dapat melakukan pijat tanpa bantuan. Bagi tempat penyedia pelayanan kesehatan, hasil penelitian ini menjadi pengingat bahwa pemberian pijat laktasi dan mengajarkan pijat oksitosin pada keluarga akan berdampak ke tercapainya ASI eksklusif yang akan berpengaruh kepada nutrisi terbaik seorang anak. Sedangkan pada penelitian selanjutnya, temuan ini dapat menjadi dasar untuk merancang studi jangka panjang untuk menilai variabel lain yang lebih mendalam, menggabungkan penelitian kuantitatif dan kualitatif agar diperoleh hasil yang lebih lengkap.

Keterbatasan penelitian yang perlu dipertimbangkan diantaranya sampel yang terbatas, waktu yang terbatas sehingga mempengaruhi kedalaman cakupan penelitian, keterbatasan metode penelitian dikarenakan sampel yang terbatas dan tenaga kesehatan yang memiliki kemampuan pijat laktasi terbatas, serta masih terbatasnya penelitian yang berkaitan dengan kombinasi pijat laktasi dan pijat oksitosin sehingga peneliti sulit mendapatkan referensi terkait penelitian ini, membuat hasil studi belum bisa digeneralisasi ke populasi yang lebih luas.

Ada sejumlah saran yang dapat diambil dari temuan ini. Bagi tenaga kesehatan terutama bidan di Tempat Praktik Mandiri Bidan untuk mengupgrade diri terutama dalam manajemen laktasi dan konseling menyusui seperti mengikuti seminar, pelatihan, workshop. Puskesmas dan fasilitas kesehatan lainnya untuk membangun kelas ibu nifas atau kelas ibu hamil lebih aktif dengan memberikan penjelasan mengenai pijat oksitosin dan mengajarkan keluarga untuk mendukung program ASI Eksklusif dengan ikut serta melakukan pemijatan pada ibu. Memberdayakan tenaga kesehatan dan kader posyandu untuk menggerakkan ibu-ibu rutin menyebarkan informasi terkait manajemen laktasi. Untuk Pendidikan dapat menjadi masukkan dalam merancang rencana pembelajaran semester yang memasukkan tentang manajemen laktasi terutama pijat laktasi dan pijat oksitosin. Pemerintah mungkin dapat memfasilitasi pembuatan dan pengembangan website yang berisi asosiasi menyusui di Indonesia dan memfasilitasi jalinan kemitraan dengan para pemangku kepentingan di masyarakat dan sistem kesehatan di Indonesia.

## Conclusion and Recommendation

Kombinasi pijat laktasi dan pijat oksitosin efektif terhadap peningkatan produksi ASI ibu terutama onset laktasi dan Kelancaran ASI pada ibu nifas > 2 jam pascapersalinan. Oleh karena itu tenaga kesehatan yang berada di fasilitas kesehatan yang sering berhadapan dengan ibu nifas dengan masalah menyusui disarankan untuk mengikuti pelatihan tentang pijat laktasi dan pijat oksitosin serta mengajarkan kepada keluarga ibu nifas, memberikan konseling terkait menyusui sehingga ibu dan keluarga paham bagaimana cara meningkatkan produksi ASI dan kemana harus melangkah ketika terdapat masalah dalam menyusui. Di Pendidikan, temuan ini dapat dimasukkan kedalam mata kuliah asuhan kebidanan terutama Nifas dan menyusui dan menemukan produk-produk teknologi tepat guna yang berkaitan dengan menyusui untuk membantu program pemerintah mewujudkan target ASI Eksklusif. Bagi Ibu postpartum dapat Meningkatkan pengetahuan dan kesiapan untuk

memberikan ASI pada bayinya dengan melakukan perawatan payudara atau pijat oksitosin di rumah dengan dibantu oleh suami atau keluarga.

## Acknowledgment

The author would like to express deepest gratitude to all respondents who willingly took the time to participate in this research. Your contributions were invaluable to the success of this study

## Funding Source

None

## Declaration of conflict of interest

The authors declare no competing interests.

## Declaration on the Use of AI

No AI tools were used in the preparation of this manuscript.

## References

- ABA. 2025. How Breast Make Milk. <https://www.breastfeeding.asn.au/resources/how-breasts-make-milk>. Australian Brestfeeding Association.
- Agustina, F., Darussalam, H., & Julia, I. (2024). Application of Breast Care to Prevent Breast Milk Dams in Postpartum Mothers. *Lentera Perawat*, 5(2), 209-217.
- Anggeriani, R., Sari, S. D., & Lamdayani, R. (2024). The Effect of Endorphin Massage on Reducing Back Pain in Third Trimester Pregnant Women. *Lentera Perawat*, 5(2), 196-200.
- Apreliasari H, Risnawati. 2020. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 5(1), 48-52, <https://ejournal.ar-rum.ac.id/index.php/JIKA/article/view/103/115>.
- Aprilianti, C. (2018). Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin terhadap Onset Laktasi di Kota Palangka Raya. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 6(1), 31-37, <https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/jidan/article/view/629>.
- BPS. 2024. Distribusi Persentase Wanita Berumur 15-49 Tahun yang Pernah Kawin dan Melahirkan Hidup dalam Dua Tahun Terakhir Menurut Provinsi dan Penolong Persalinan, 2023. Diakses pada tanggal 25 Mei 2024, <https://www.bps.go.id/>
- Buckland C, Debra H, Gregory SK, Paul F, Amit A. 2020. Interventions to Promote exclusive breastfeeding among Young mothers : a systematic review and

- meta analysis. *Internasional Breastfeeding Journal*, 15(102), 1-14, <https://internationalbreastfeedingjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13006-020-00340-6>
- Dinkes OKU. 2023. *Profil Kesehatan Kabupaten Ogan Komering Ulu Tahun 2023 (Data Tahun 2022)*. Baturaja : Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Komering Ulu.
- Dinkes Sumsel. 2023. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2022*. Palembang : Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan.
- Kemenkes. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari P, Fatimah, Lia DA. 2021. *Pijat Oksitosin Laktasi Lancar, Bayi Tumbuh Sehat*. Yogyakarta : Penerbit Elmatera.
- Notoadmodjo. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta .
- Nurkhasanah, S. (2025). *Buku Ajar Terapi Komplementer dalam Praktik Kebidanan*. Sleman: Deepublish Digital.
- Oktarida, Y. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Bendungan ASI Pada Ibu Nifas Di Praktik Bidan Mandiri. *Lentera Perawat*, 2(1), 17-24.
- Rosa, E. F., Aisyah, A., Oktavia, D., & Rustiati, N. (2025). Combination of Breast Care and Acupressure Interventions to Increase Milk Production and Breast Care in Breastfeeding Mothers. *Lentera Perawat*, 6(1), 82-91.
- Saputra, A. U., Ariyani, Y., Wahyuni, S., Arsi, R., & Nguyen, T. (2024). The Effect of Health Education on Breast Self-Examination (SADARI) on Knowledge, Attitudes, and Actions of Adolescent Girls. *Lentera Perawat*, 5(2), 218-225.
- SDKI. 2023. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka*. Jakarta :Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Soleha, M., Zelharsandy, V. T., Sepiwiryanti, W., & Lestari, I. (2024). Effectiveness of Katuk Leaf (*Sauropus Androgynus*) Consumption on the Smoothness of Milk Production in Primpara Breastfeeding Mothers. *Lentera Perawat*, 5(2), 304-308.
- Sugiyono. (2020). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Triansa A, Stang, Indar et al. 2021. The Effect of Oxytocin massage and breast care on the increased production of breast milk of breastfeeding mothers in the working area of the public health center of Lawanga of Poso District. *Gaceta Sanitaria*, 35(2), 168-170, <https://www.sciencedirect.com/science>
- Umbarsari, D. (2017). Efektifitas Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI di RSIA Annisa Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 11-17, [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=.+Efektifitas+Pijat+Oksitosin+terhadap+Pengeluaran+ASI+di+RSIA+Annisa+Tahun+2017&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=.+Efektifitas+Pijat+Oksitosin+terhadap+Pengeluaran+ASI+di+RSIA+Annisa+Tahun+2017&btnG=)
- WHO. *Global Nutrition Targets 2025 Breastfeeding Policy Brief*. Geneva : World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.7>.
- Yani DP; Sri Banun TI; Arifah R. 2022. Efektifitas Terapi Pijat Laktasi Oksitosin dan Akupressur Titik Zhongfu terhadap Produksi ASI pada ibu Postpartum. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. Vol. 13. No.1. <https://ilkeskh.org/index.php/ilkes/article/view/235/145>