

## EFEKTIVITAS PIJAT OKETANI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM

**Fitri Ambarwati\*, Ummi Kulsum, Fania Nurul Khoirunnisa**

Universitas Muhammadiyah Kudus

Jl. Ganesha Raya No. 1 Purwosari Kudus, Jawa Tengah, Indonesia

\*Corresponding author: [fitriambarwatiibrahim@gmail.com](mailto:fitriambarwatiibrahim@gmail.com)

Info Artikel	Abstrak
<p><b>DOI :</b>  <a href="https://doi.org/10.26751/jikk.v17i1.3234">https://doi.org/10.26751/jikk.v17i1.3234</a></p>	<p>Air Susu Ibu (ASI) menjadi nutrisi utama bayi usia kurang 6 bulan. ASI memiliki manfaat sangat besar dalam upaya meningkatkan kualitas hidup anak. Intervensi yang dapat diberikan yaitu melalui pijat oketani. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pijat oketani terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Islam Sultan Halirin Jepara. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>pre-experimental design</i>. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu post partum yang menyusui setelah melahirkan pada bulan Oktober-November 2025 di Rumah Sakit Sultan Hadlirin Jepara sebanyak 25 ibu. Teknik sampling menggunakan teknik <i>total sampling</i>. Sehingga sampel pada penelitian ini sebanyak 25 responden. Instrumen yang dibutuhkan yaitu lembar observasi untuk mengetahui tingkat produksi ASI. Data dianalisa dengan uji Wilcoxon test. Hasil penelitian sebelum diberikan pijat oketani, semua responden produksi ASI kurang dari 400 cc/hari sebanyak 43 (100%) kemudian setelah diberikan pijat oketani sesuai SOP, ada perubahan tingkat produksi ASI menjadi kategori banyak berjumlah 29 (67,4 %) responden. Uji statistik disimpulkan ada efektivitas pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di RSI Sultan Hadlirin Jepara dengan nilai <i>p value</i> 0,000.</p> <p style="text-align: center;"><b>Abstract</b></p> <p><i>Breast milk is the primary source of nutrition for babies under 6 months of age. Breast milk has enormous benefits in improving the quality of life of children. An intervention that can be provided is through oketani massage. This study aims to analyse the effectiveness of oketani massage in increasing breast milk production in postpartum mothers at the Sultan Halirin Islamic Hospital in Jepara. The type of research used in this study is a pre-experimental design. The population in this study consisted of all postpartum mothers who breastfed after giving birth in October-November 2025 at Sultan Hadlirin Hospital in Jepara, totalling 25 mothers. The sampling technique used was total sampling. Thus, the sample in this study consisted of 25 respondents. The instrument required was an observation sheet to determine the level of breast milk production. The data were analysed using the Wilcoxon test. The results of the study before the oketani massage were that all respondents had breast milk production of less than 400 cc/day, amounting to 43 (100%). After receiving the oketani massage according to the SOP, there was a change in the level of breast milk production to the high category, amounting to 29 (67.4%) respondents. The statistical test concluded that Oketani massage is effective in increasing breast milk production in postpartum mothers at RSI Sultan Hadlirin Jepara, with a p-value of 0.000.</i></p>
<p><i>Article history:</i>                      Received 2026-01-06                      Revised 2026-03-11                      2026-05-06                      Accepted 2026-05-12</p>	
<p><b>Kata kunci:</b>                      Pijat oketani, Produksi ASI, Post partum</p> <p><i>Keywords:</i>                      Oketani massage, breast milk production, postpartum</p>	

## I. PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan nasional diarahkan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Dalam kerangka Program Sustainable Development Goals (SDGs), Indonesia menargetkan berbagai capaian kesehatan hingga tahun 2030, salah satunya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan pangan yang aman, bergizi, dan memadai bagi seluruh masyarakat. Selain itu, SDGs juga menekankan upaya penanggulangan seluruh bentuk malnutrisi, termasuk penurunan angka stunting dan wasting pada balita sebagai indikator penting keberhasilan pembangunan kesehatan.

Berdasarkan laporan WHO tahun 2024, cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif secara global mencapai 66,4% pada bayi usia di bawah enam bulan, sedangkan sekitar 68% anak usia satu tahun masih mendapatkan ASI (WHO, 2024). Di Indonesia, capaian ASI eksklusif pada tahun 2023 sebesar 67,96%, mengalami penurunan dibandingkan tahun 2022 yang mencapai 69,7%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa dukungan terhadap keberhasilan menyusui masih perlu ditingkatkan (Kemenkes RI, 2024). Di Provinsi Jawa Tengah, angka cakupan ASI eksklusif tercatat sebesar 65,57%, sementara di Kabupaten Jepara persentasenya mencapai 76,4% pada tahun 2023 (BPS Jateng, 2025). Hasil survei awal yang dilakukan peneliti di RS Islam Sultan Hadlirin Jepara menunjukkan bahwa sekitar 72% ibu memberikan ASI kepada bayinya.

Produksi ASI pada ibu dapat dimulai sejak masa kehamilan dan umumnya meningkat setelah proses persalinan berlangsung. Namun demikian, tidak semua ibu mampu menghasilkan ASI dalam jumlah yang cukup sehingga menimbulkan berbagai permasalahan dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi. Padahal, kandungan zat gizi dan antibodi paling tinggi terdapat pada kolostrum. Kolostrum memiliki peranan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh bayi serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal pada masa awal kehidupan (Nur & Ismiakriatin, 2022).

Menurut Kulsum et al., (2019), ASI memberikan manfaat yang sangat besar terhadap peningkatan kualitas kesehatan anak karena mengandung berbagai komponen imunologis yang berfungsi melindungi tubuh bayi dari infeksi. Kandungan tersebut meliputi imunitas seluler berupa leukosit sekitar 4.000/ml ASI yang sebagian besar terdiri atas makrofag, serta imunitas humoral seperti imunoglobulin A (IgA).

Kegagalan pemberian ASI eksklusif dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan bayi, di antaranya meningkatnya risiko gizi kurang, terjadinya stunting, serta gangguan malnutrisi lainnya (Jouanne et al., 2021). Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu nifas menjadi faktor penting untuk mendukung kelancaran produksi ASI. Asupan nutrisi yang adekuat akan membantu proses pembentukan dan pengeluaran ASI.

Salah satu penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif berasal dari faktor maternal, terutama terkait ketidaklancaran produksi ASI (Khoirunnisa' et al., 2023). Berbagai metode perawatan payudara diketahui dapat membantu meningkatkan produksi ASI, salah satunya melalui pijat laktasi (Anggraini et al., 2022). Apabila bayi tidak memperoleh ASI eksklusif, maka risiko gangguan kesehatan akan meningkat, seperti aspirasi akibat proses menyusui yang tidak optimal, bayi lebih mudah tersedak, serta meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit karena tidak memperoleh perlindungan antibodi alami dari ASI (Danefi, 2021).

Pijat Oketani merupakan salah satu metode perawatan laktasi yang digunakan untuk membantu mengatasi berbagai permasalahan selama menyusui, seperti bendungan ASI, rasa tidak nyaman pada payudara, serta produksi ASI yang kurang optimal. Teknik ini dikembangkan melalui kombinasi delapan gerakan tangan, yang terdiri dari satu teknik pemerahan payudara kanan dan kiri serta tujuh teknik pemisahan jaringan kelenjar susu. Pelaksanaan pijat Oketani bertujuan meningkatkan kelenturan areola dan puting susu sehingga proses

menyusui menjadi lebih nyaman bagi ibu maupun bayi. Selain itu, pijatan ini juga membantu melembutkan jaringan payudara dan merangsang pematangan serta pelebaran kelenjar susu. Kondisi tersebut dapat meningkatkan aktivitas kelenjar mammae sehingga produksi ASI menjadi lebih banyak dan pengeluarannya lebih lancar (Marwati et al., 2023)

Menurut Wiryadi et al., (2024), pijat Oketani mampu memperbaiki sirkulasi darah dan aliran limfatik pada area payudara sehingga dapat membantu mengurangi nyeri dan ketegangan pada payudara ibu menyusui. Pijat ini bekerja langsung pada jaringan payudara. Selain itu, adanya tekanan pada alveoli membantu memperlancar aliran ASI. Penelitian yang dilakukan oleh Fatrin & Putri, (2021) menunjukkan adanya efektivitas pijat Oketani dengan hasil uji statistik p-value sebesar 0,000. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Okla Nisa et al., (2024) di wilayah kerja Puskesmas Arjasa juga membuktikan bahwa pijat oksitosin dan pijat Oketani efektif dalam memperlancar pengeluaran ASI. Berdasarkan hasil uji chi-square diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 atau  $\leq 0,05$ , yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari kedua metode pijat tersebut terhadap kelancaran produksi ASI.

Dari penelitian awal di bulan Agustus 2025 terdapat 25 ibu postpartum. Setelah dilakukan wawancara kepada 7 ibu postpartum didapat 5 ibu yang mengatakan bahwa ASI yang keluar tidak lancar dan 2 ibu mengatakan ASI yang keluar lancar. Dari 5 ibu postpartum yang ASI nya tidak lancar, peneliti mengidentifikasi sebanyak 3 ibu melahirkan di usia muda sehingga merasa cemas dan stress ASI yang keluar hanya sedikit, 2 ibu tidak suka makan sayur dan suka mengonsumsi kopi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Islam Sultan Halirin Jepara.

## II. METODE

Model penelitian ini adalah *pre-experimental design*. Populasi pada

penelitian ini adalah seluruh ibu post-partum yang menyusui setelah melahirkan pada bulan Oktober-November 2025 di Rumah Sakit Sultan Hadlirin Jepara sebanyak 48 ibu. Kriteria sampel yaitu a) Ibu postpartum normal, b) Ibu postpartum yang tidak sedang mengonsumsi obat untuk memperlancar pengeluaran ASI dan tidak mendapatkan intervensi terkait upaya peningkatan ASI dari peneliti yang lain. Sampel diambil dengan teknik *consecutive* sampling dan jumlah sampel dihitung dengan rumus slovin sebanyak 43. Produksi atau volume ASI dengan cara pemerah seluruh ASI yang diproduksi dalam 24 jam menggunakan pompa ASI, kemudian diukur total hasilnya dalam satuan cc (ml). Analisa yang digunakan adalah wilcoxon test. Penelitian ini sudah mendapat iji etik yang dikeluarkan oleh Universitas Muhammadiyah Kudus dengan nomor 460/Z-7/KEPK/UMKU/XI/2025.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

Hasil analisa univariat dan bivariat sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Analisa univariat

Kategori	f	%
<b>Usia</b>		
Usia produktif	37	86
Tidak produktif	6	14
<b>Pendidikan</b>		
SMP/Sederajat	14	32.6
SMA/Sederajat	23	53.5
PT/Sederajat	6	14.0
<b>Pekerjaan</b>		
IRT/Tidak bekerja	24	55.8
Bekerja	19	44.2
<b>Paritas</b>		
Primipara	17	39.5
Multipara	26	60.5
<b>Produksi ASI (pre)</b>		
Banyak	0	0
Sedikit	43	100
<b>Produksi ASI (post)</b>		
Banyak	29	67.4
Sedikit	14	32.6

Tabel 1 diatas menggambarkan bahwa paling banyak responden usia produkti atau usia di bawah 35 tahun sebesar 37 orang (86 %). Responden paling banyak

berpendidikan SMA dengan frekuensi sebanyak 23 orang (53,5 %). Kebanyakan responden sebagai ibu rumah tangga sebanyak 24 (55,8%). Responden paling banyak multipara sebesar 26 (60,5 %) responden dan sisanya primipara sebanyak 17 (39,5%).

Tabel diatas menunjukkan bahwa semua responden produksi ASI kurang dari 400 cc/hari sebanyak 43 (100%) sedangkan setelah diberikan pijat oketani sesuai SOP, ada perubahan tingkat produksi ASI, produksi ASI kategori banyak berjumlah 29 (67,4 %) responden dan responden yang produksi ASI sedikit berjumlah 14 (32,6%) responden.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Felia et al., (2024) menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi pijat Oketani, seluruh responden mengalami produksi ASI dalam kategori sedikit, yaitu sebanyak 30 orang (100%). Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Risnawati et al., (2022) yang menyatakan bahwa produksi ASI pada ibu sebelum dilakukan pijat masih tergolong tidak lancar. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebagian besar ibu postpartum pada awal masa menyusui belum mampu menghasilkan ASI secara optimal sehingga diperlukan tindakan yang dapat membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI.

Pada hari-hari pertama setelah persalinan, produksi ASI umumnya belum maksimal karena tubuh ibu masih beradaptasi terhadap perubahan hormonal pasca melahirkan. Selain itu, kondisi kelelahan akibat proses persalinan, kecemasan ibu terhadap kemampuan menyusui, serta kurang optimalnya hisapan bayi turut memengaruhi

kelancaran pengeluaran ASI. Proses menyusui sebenarnya memiliki peran penting dalam merangsang hipotalamus dan kelenjar hipofisis anterior maupun posterior untuk menghasilkan hormon prolaktin dan oksitosin. Namun, apabila hisapan bayi kurang efektif, frekuensi menyusui jarang, atau kondisi puting susu terlalu kecil, maka produksi kedua hormon tersebut dapat menurun sehingga pengeluaran ASI menjadi terhambat. Sebaliknya, semakin sering bayi menyusui secara efektif, maka stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin akan meningkat (Silviani et al., 2023).

Setelah dilakukan pijat Oketani sesuai prosedur operasional standar (SOP), terjadi perubahan yang cukup signifikan terhadap produksi ASI responden. Sebagian besar ibu mengalami peningkatan produksi ASI dalam kategori banyak, yaitu sebanyak 29 responden (67,4%), sedangkan responden dengan produksi ASI kategori sedikit tersisa 14 orang (32,6%).

Menurut teori yang dikemukakan oleh Afina et al., (2024), pijat Oketani bekerja dengan cara merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin yang diproduksi oleh kelenjar hipofisis posterior. Selain membantu stimulasi hormonal, pijat Oketani juga dapat memperlebar dan mematangkan kelenjar mammae sehingga jumlah alveoli penghasil ASI menjadi lebih banyak. Efek lain dari pijatan ini adalah membuat jaringan payudara menjadi lebih lunak, elastis, dan nyaman, termasuk pada area areola serta puting susu, sehingga proses menyusui menjadi lebih mudah dan efektif bagi ibu maupun bayi.

**Analisa Bivariat**

**Tabel 2.** Hasil Analisa bivariat

Produksi ASI	Pre-test		Post-test		Positive rank	Ties	p value
	N	%	N	%			
Banyak	0	0	29	67,4			
Sedikit	43	100	14	32,6	29	14	0,000
Mean±S.d	361,1±24,9		421,6 ± 42,02				

Hasil uji *Wilcoxon Test* menunjukkan nilai *p value* 0,000 < 0,05, maka artinya ada efektivitas pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di RSI Sultan

Hadlirin Jepara. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh V. Sari & Syahda, (2020), yang mana sebagian besar responden memiliki produksi ASI kurang dari 100 cc,

yaitu sebanyak 20 orang (80%). Setelah intervensi dilakukan, terjadi peningkatan produksi ASI secara signifikan, dimana nilai p-value sebesar 0,000 ( $\leq 0,05$ ).

Penelitian selanjutnya oleh Widiawati et al., (2024), menunjukkan adanya perbedaan produksi ASI setelah pemberian intervensi pijat Oketani pada ibu postpartum dengan nilai p-value sebesar 0,000. Temuan tersebut membuktikan bahwa pijat Oketani memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Curup Selatan. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa pijat Oketani mampu memberikan efek relaksasi sehingga ibu merasa lebih tenang, nyaman, dan rileks saat menyusui bayinya. Kondisi psikologis yang nyaman tersebut membantu memperlancar refleksi pengeluaran ASI. Selain itu, pijatan yang dilakukan juga membuat jaringan payudara menjadi lebih lembut, lentur, serta meningkatkan elastisitas areola dan puting susu sehingga proses menyusui menjadi lebih mudah dan efektif.

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden yang telah mendapatkan intervensi pijat Oketani, sebagian besar ibu menyatakan merasa nyaman pada area payudara selama proses pemijatan dan tidak mengalami rasa nyeri. Selain itu, ibu menyadari adanya peningkatan volume ASI yang keluar setelah terapi diberikan. Kondisi payudara yang lebih lunak dan matang (mature) sangat mendukung kelancaran proses menyusui karena pijat oketani.

Menurut (Wiryadi et al., 2024) pijat Oketani dapat memberikan stimulasi pada otot pectoralis. Teknik ini juga membuat jaringan payudara menjadi lebih lembut dan elastis, termasuk pada area areola dan puting susu, sehingga bayi lebih mudah menghisap ASI. Hisapan bayi yang efektif akan membantu memperlancar refleksi pengeluaran ASI. Selain itu, adanya tekanan pada alveoli selama pemijatan dapat memperlancar aliran susu sehingga ASI lebih mudah keluar dan kebutuhan nutrisi bayi dapat terpenuhi dengan baik (Nur & Ismiakriatin, 2022)

Tidak hanya meningkatkan jumlah produksi ASI, pijat Oketani juga memiliki manfaat dalam memperbaiki kualitas kandungan ASI, terutama pada kadar protein dan karbohidrat yang menjadi lebih tinggi. Pijat ini diketahui dapat menurunkan aktivitas enzim lipoxygenase, yaitu enzim yang mengkatalisis proses oksidasi lemak tak jenuh yang dapat memengaruhi perkembangan tubuh manusia. Dengan menurunnya aktivitas enzim tersebut, kualitas ASI menjadi lebih baik untuk mendukung pertumbuhan bayi. Menurut Kulsum & Ediyono, (2022), pemberian ASI pada bayi cukup bulan memiliki berbagai manfaat penting, baik dari aspek nutrisi, gastrointestinal, imunologis, perkembangan, maupun psikologis. ASI tidak hanya menyediakan energi dan zat gizi yang dibutuhkan bayi, tetapi juga mengandung berbagai komponen bioaktif yang mendukung pertumbuhan optimal, meningkatkan daya tahan tubuh pada masa awal kehidupan, serta membantu mencegah berbagai penyakit pada masa dewasa.

#### IV. KESIMPULAN

Kesimpulan utama adalah sebelum diberikan pijat oketani, semua responden produksi ASI kurang dari 400 cc/hari sebanyak 43 (100%). Setelah diberikan pijat oketani sesuai SOP, ada perubahan tingkat produksi ASI, produksi ASI kategori banyak berjumlah 29 (67,4 %) responden. Hasil uji *Wilcoxon Test* menunjukkan nilai *p value*  $0,000 < 0,05$ , maka artinya ada efektivitas pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu post partum di RSI Sultan Hadlirin Jepara.

#### V. SARAN

Peneliti selanjutnya dapat menambahkan kelompok control sebagai kelompok pembandingan untuk memperoleh hasil yang lebih kuat. Penelitian juga dapat menambahkan variabel lain seperti faktor psikologis, nutrisi, frekuensi menyusui, atau dukungan keluarga untuk melihat pengaruh produksi ASI.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Afina, N., Indriati, I., & Maulina, R. (2024). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Primipara di Klinik Ibu dan Anak Nabila Kota Balikpapan. *Jurnal Inovasi Kesehatan Adatif*, 6(5), 79–84.
- 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>
- BPS Jateng. (2025). *Presentase penduduk berumur 0-23 bulan diberikan ASI*. <https://jateng.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTQ4MyMy/persentase-penduduk-berumur-0-23-bulan-baduta-yang-pernah-diberi-asi-menurut-kabupaten-kota-dan-lama-pemberian-asi.html>
- Danefi, T. (2021). Promosi Kesehatan dalam Peningkatan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif di Desa Singasari Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2020. *Jurnal STIKes Respati*, 2(1), 31–35.
- Fatrin, T., & Putri, V. D. (2021). PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM. *Jurnal Kesehatan Abdurrahman*, 10(2), 42–52. <https://doi.org/10.55045/jkab.v10i2.129>
- Felia, E. A., Yuliana, D., & Lestari, Y. (2024). Pijat Oketani terhadap Kelancaran Produksi ASI Postpartum. *KEPO*, 5(2), 264–271.
- Jouanne, M., Oddoux, S., Noël, A., & Voisin-Chiret, A. S. (2021). Nutrient requirements during pregnancy and lactation. *Nutrients*, 13(2). <https://doi.org/10.3390/nu13020692>
- Kemendes RI. (2024). *Memperlancar produksi ASI*. <https://kemkes.go.id/id/memperlancar-produksi-asi>
- Khoirunnisa', F. N., Azizah, N., & Fauziati, N. (2023). Keberhasilan Menyusui Dan Lama Perawatan Pada Persalinan Dengan Metode Enhanced Recovery After Caesarean Section. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), 315–324. <https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1699>
- Kulsum, U., Astuti, D., & Wigati, A. (2019). Kejadian Pneumonia Pada Balita Dan Riwayat Pemberian Asi Di Upt Puskesmas Jepang Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 10(1), 130. <https://doi.org/10.26751/jikk.v10i1.636>
- Kulsum, U., & Ediyono, S. (2022). Pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif. *Indonesia jurnal kebidanan*, 6(2), 69–75. <https://doi.org/https://doi.org/10.26751/ijb.v6i2.1738>
- Marwati, M., Parellangi, A., & Syukur, N. A. (2023). Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani Dan Pijat Laktasi Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Abadi Samboja Tahun 2023. *SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(4), 623–631. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i4.220>
- Nur, F. L., & Ismiakriatin, P. (2022). Pijat Oketani untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 3(2), 86–95. <https://doi.org/10.22437/jini.v3i2.21368>
- Okla Nisa, M., Prasetyo, H., Atik Maryanti, S., & Palupi, J. (2024). Efektivitas pijat oksitosin dan pijat oketani terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa. *Jenie Palupi INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 1133–1140.
- Risnawati, I., Indanah, I., Khoirunnisa', F. N., Himawan, R., & Rohmah, K. (2022). Efektivitas daun katuk, pijat oksitosin terhadap produksi ASI Ibu menyusui di Wilayah Puskesmas Dempet. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 6(1).

<https://doi.org/https://doi.org/10.26751/ijb.v6i1.1481>

Sari, V., & Syahda, S. (2020). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *Jurnal Doppler*, 4(2), 117–123.  
<https://core.ac.uk/download/pdf/354977898.pdf>

Silviani, E. Y., Fitriani, D., & Fitri, E. (2023). Pengaruh Terapi Pijat Oksitosin terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas M Taha Bengkulu Selatan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 9(1), 53–68.

WHO. (2024). *Pentingnya investasi dukungan yang berkelanjutan*. [https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2025-breastfeeding-in-indonesia-on-the-rise--but-mothers-need-more-support#:~:text=Angka pemberian ASI eksklusif pada,66%2C4%25 pada 2024](https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2025-breastfeeding-in-indonesia-on-the-rise--but-mothers-need-more-support#:~:text=Angka%20pemberian%20ASI%20eksklusif%20pada,66%2C4%25%20pada%202024).

Widiawati, E., Kurniyati, & Indah, W. (2024). Pijat Oketani Meningkatkan Produksi Asi Pada Masa Postpartum. *Journal Of Midwifery*, 12(1), 74–81.  
<https://doi.org/10.37676/jm.v12i1.6195>

Wiryadi, F. C., Noviyani, E. P., & Nancy, A. (2024). Efektivitas Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di PMB U Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 4(3), 1203–1210. <https://doi.org/10.54082/jupin.514>