

## Efektivitas Pendidikan Kesehatan Gizi Ibu Nifas dan pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Post Partum

Siswati<sup>1</sup>, Martinha Pinto<sup>2</sup>, Vistra Veftisia<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Universitas Ngudi Waluyo

Korespondensi Email: siswatiip@gmail.com

---

### Article Info

#### Article History

Submitted, 2022-12-16

Accepted, 2022-12-22

Published, 2022-12-28

---

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan, Gizi Ibu Nifas, Pijat Oksitosin

Keywords: Health Education, Nutrition for Postpartum Mothers, Oxytocin Massage

---

### Abstract

The postpartum period is considered a safe period because the baby has already been born. However, health problems are still common, including substandard breastfeeding, engorgement, mastitis, breast abscesses and sore nipples. From the data we get the problem that often arises is the substandard milk production. This is closely related to the lack of fulfillment of nutrition in postpartum mothers and the lack of knowledge about how to overcome this. Prevention can be done by providing health education to post partum mothers about the nutrition of postpartum mothers and complementary therapy in the form of oxytocin massage which can be done by health workers and it is better if it is done by the husband. The obstacle that is often faced is that there is still a tradition of abstinence from eating, namely postpartum mothers are not allowed to consume foods that are high in protein because according to the assumption of society if mothers eat foods high in protein it can cause the milk of postpartum mothers to become fishy and trigger vomiting in their babies. The husband's role is very important here in carrying out his role in making decisions and knowledge for postpartum mothers about this is also very important to facilitate milk production. In relation to this problem, the community service program provides a solution to increase post partum mothers' knowledge about postpartum mother nutrition and oxytocin massage. This activity was carried out to 16 post partum mothers who we visited one by one at their homes and began with an assessment of the knowledge of post partum mothers with a pre test related to postpartum mother nutrition and oxytocin massage then providing health education/counseling about postpartum mother nutrition and oxytocin massage. After that, a post test was carried out and the result was an increase in mother's knowledge after being given health education.

### Abstrak

Masa nifas dianggap sebagai masa yang aman karena bayi sudah lahir. Namun, masih sering ditemui masalah kesehatan diantaranya ASI kurang lancar, engorgement, mastitis, abses payudara dan juga putting lecet. Dari data

yang kami dapatkan permasalahan yang sering timbul yakni produksi ASI yang kurang lancar. Hal ini berkaitan erat dengan kurangnya pemenuhan gizi pada ibu nifas dan kurangnya pengetahuan tentang cara mengatasi hal tersebut. Pencegahan dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu post partum tentang gizi ibu nifas dan terapi komplementer berupa pijat oksitosin yang bisa dilakukan tenaga kesehatan dan lebih baiknya bila dilakukan oleh suami. Kendala yang sering dihadapi adalah masih adanya tradisi pantang makan yaitu ibu nifas tidak diperbolehkan mengkonsumsi makanan yang tinggi protein karena menurut asumsi masyarakat bila ibu makan- makanan tinggi protein bisa menyebabkan ASI ibu nifas menjadi amis dan memicu muntah pada bayinya. Peran suami sangat penting disini dalam menjalankan perannya dalam mengambil keputusan dan pengetahuan bagi ibu nifas tentang hal tersebut juga sangat penting guna memperlancar produksi ASI. Berkaitan dengan masalah tersebut, program pengabdian masyarakat memberikan solusi untuk meningkatkan pengetahuan ibu post partum tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin. Kegiatan ini dilakukan pada 16 ibu post partum yang kita datangi satu per satu dirumahnya dan diawali dengan penilaian pengetahuan ibu post partum dengan pre test yang berkaitan dengan gizi ibu nifas dan pijat oksitosin kemudian memberikan pendidikan kesehatan/ penyuluhan tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin. Setelah itu dilakukan post test dan didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan pendidikan kesehatan.

---

### **Pendahuluan**

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi yang baru lahir dan merupakan satu – satunya makanan sehat yang diperlukan bayi pada bulan-bulan pertama kehidupannya. Namun demikian tidak semua ibu dapat memberikan ASI Eksklusif pada bayinya. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan atau menggantikan dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Kemenkes RI, 2018).

Bayi yang mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif memiliki kemungkinan 14 kali lebih kecil untuk meninggal dibandingkan dengan bayi yang tidak disusui. Pemberian ASI yang optimal sangat penting sehingga dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak dibawah usia 5 tahun setiap tahunnya. Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2019 sekitar 41% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif, sedangkan WHO menargetkan setidaknya 50% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2025 (WHO, 2019).

Kementerian Kesehatan menargetkan peningkatan target pemberian ASI Eksklusif hingga 80%. Namun pemberian ASI Eksklusif di Indonesia pada kenyataannya masih rendah hanya 74,5% (Balitbangkes, 2019). Data Profil Kesehatan Indonesia, cakupan bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif tahun 2018 sebesar 68,74 % (Kemenkes, 2019).

Keberhasilan pemberian ASI Eksklusif ini sangat dipengaruhi oleh kelancaran produksi ASI sejak awal masa menyusui. Produksi ASI yang belum lancar pada awal masa menyusui ini merupakan salah satu masalah yang berperan penting dalam mempengaruhi

ibu-ibu menyusui untuk memberikan susu formula pada bayi sejak dini. Hasil Riskesdas tahun 2018 yang mengungkap bahwa alasan utama bayi tidak pernah disusui karena ASI tidak keluar ataupun tidak lancar pada awal masa menyusui (65,7%), bayi usia 0-5 bulan (33,3%) telah diberikan makanan prelakteal dengan jenis makanan terbanyak (84,5%) yaitu susu formula.

Penyebab belum tercapainya pemberian ASI eksklusif di Indonesia dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah tidak lancar produksi ASI pada hari – hari pertama setelah melahirkan yang disebabkan kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI sehingga dibutuhkan upaya tindakan alternatif atau penatalaksanaan berupa pijat oksitosin, karena pijat oksitosin sangat efektif membantu merangsang pengeluaran ASI (Pilaria dan Sopiatur, 2017). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Azizah dan Yulinda (2017) yang mengatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara pijatan oksitosin terhadap produksi ASI.

Manfaat pijat oksitosin adalah memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin, mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Delima, 2016). Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancar produksi ASI. Pemijatan pada sepanjang tulang (*vertebrae*) sampai tulang costae kelima – keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Rahayu, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Magdalena (2019), rata – rata frekuensi menyusui bayi sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 16 responden (100%) <8 – 12 kali sehari dan rata – rata frekuensi buang air kecil bayi sebelum dilakukan pijat oksitosin adalah 16 responden (100%) <6 – 8 kali sehari dan rata – rata frekuensi menyusui bayi setelah dilakukan pijat oksitosin adalah terdapat 9 responden (56,2%) yang frekuensi menyusui bayinya  $\geq 8 - 12$  kali sehari dan 7 responden (43,8%) yang frekuensi menyusui bayinya <8 – 12 kali sehari sedangkan rata – rata frekuensi buang air kecil bayi setelah dilakukan pijat oksitosin adalah terdapat 9 responden (56,2%) yang frekuensi buang air kecil bayinya  $\geq 6 - 8$  kali sehari dan 7 responden (43,8%) yang frekuensi buang air kecil bayinya <6 – 8 kali sehari. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu menyusui.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Delima (2020), menurut asumsi peneliti bahwa pijat oksitosin yang dilakukan pada ibu postpartum dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memicu pengeluaran hormon oksitosin. Ketika dilakukan pijatan oksitosin maka oksitosin akan memicu sel – sel myoepitel yang mengelilingi alveoli dan duktus untuk berkontaksi mengeluarkan ASI menuju Sinus dan puting susu sehingga terjadi pengeluaran ASI dan produksi ASI meningkat. Hasil penelitiannya terlihat adanya peningkatan rata – rata sebelum dan sesudah pijat oksitosin.

Sedangkan penelitian yang dilakukan Darmasari Sagita (2019), berasumsi bahwa melakukan pijat oksitosin dapat membantu ibu nifas mengeluarkan lebih banyak produksi ASI dibandingkan dengan ibu nifas yang tidak melakukan pijat oksitosin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah produksi ASI yang dihasilkan ibu nifas dengan pijat oksitosin adalah 1.113cc, sedangkan jumlah produksi ASI yang dihasilkan ibu nifas tanpa pijat oksitosin adalah 0,547cc. Pijat oksitosin sangat bermanfaat dalam merangsang pelepasan hormon oksitosin yang dimulai saat bayi menghisap pada puting susu dan areola, rangsangan ditransmisikan ke sistem saraf pusat hipotalamus, kemudian dilanjutkan ke hipofisis posterior untuk melepaskan hormon oksitosin, selanjutnya hormon ini akan masuk ke dalam darah dan menyebabkan kontraksi sel myoepitel yang mengelilingi alveoli mammae dan duktus laktiferus sehingga keluar ASI.

Fenomena yang menjadi masalah bagi ibu post partum yakni kurangnya pengetahuan tentang gizi ibu menyusui dan pijat oksitosin, baik di Tlogomulyo Temanggung dan di Dom Aleixo Dili. Hal ini menjadi dasar dalam melaksanakan pengabdian masyarakat yang berupa pendidikan kesehatan pada ibu post partum.

### **Permasalahan Mitra**

Permasalahan ASI kurang lancar pada ibu post partum sangat sering ditemukan, hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang gizi pada ibu nifas dan terapi komplementer mengenai hal tersebut. Kebanyakan para ibu post partum menganggap hal tersebut normal dan mereka biasanya mengantisipasi dengan minum jamu atau pelancar ASI. Hal ini dilakukan secara turun-temurun sehingga kadang ibu post partum yang ASI nya belum keluar memilih memberikan susu formula pada bayinya.

Permasalahan mitra yang kini sedang dihadapi yakni kurangnya pengetahuan tentang gizi ibu menyusui dan pijat oksitosin. Sehingga dengan adanya program pengabdian masyarakat yang berbasis komplementer ini diharapkan ibu post partum bisa melakukan upaya pencegahan terhadap kurang lancarnya ASI dengan memberikan terapi pijat oksitosin.

Peran bidan sangat penting dalam hal ini yaitu memberikan pendidikan kesehatan pada ibu post partum sehingga tidak ditemukan lagi masalah tentang ASI kurang lancar pada ibu nifas.

### **Metode Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di Tlogomulyo Temanggung dan Dom Aleixo Dili dengan metode pelaksanaan pemberian pendidikan kesehatan gizi ibu nifas dan pijat oksitosin pada ibu post partum dengan metode diskusi dan demonstrasi pijat oksitosin langsung kepada ibu post partum. Kegiatan tersebut dilakukan tanggal 22 dan 23 November 2022 di Tlogomulyo Temanggung dan Dom Aleixo Dili. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner.

### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pendidikan kesehatan yang kami berikan kepada para ibu post partum yang menyusui dilakukan pada tanggal 22-23 November 2022, yang diikuti oleh 16 peserta yang tersebar di wilayah Kecamatan Tlogomulyo Temanggung Jawa Tengah dan Kecamatan Dom Aleixo Provinsi Dili. Sebelum menyampaikan beberapa materi, kami melakukan perkenalan terlebih dahulu, menyampaikan maksud dan tujuan diadakannya kegiatan ini. Materi disampaikan dengan tujuan agar dapat menambah pengetahuan ibu post partum sehingga diharapkan dapat meminimalisir terjadinya ASI kurang lancar.

Penyampaian materi dilakukan dengan diskusi bersama ibu post partum dimana metode ini melibatkan peserta aktif dalam proses pembelajaran untuk berdiskusi dan menyampaikan pengetahuan awal mereka, dimana siswa dihadapkan kepada suatu permasalahan berupa pernyataan atau pertanyaan untuk dibahas dan dipecahkan bersama sehingga siswa dapat meningkatkan pola pikirnya. Sesuai dengan teori Trianto (2014), diskusi digunakan oleh para guru setidaknya 3 (tiga) tujuan pembelajaran yang penting, yaitu: pertama, meningkatkan cara berpikir siswa dengan jalan membantu siswa membangkitkan pemahaman isi pelajaran. Kedua, menumbuhkan keterlibatan dan partisipasi siswa. Ketiga, membantu siswa mempelajari keterampilan komunikasi dan proses berpikir. Pada dasarnya model pembelajaran diskusi memiliki arti yaitu perundingan bertukar pikiran dan pembahasan suatu masalah.

Proses penyampaian materi menggunakan alat bantu media yang bertujuan untuk mempermudah peserta memahami pesan yang disampaikan. Materi dalam penyuluhan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti dan dipahami oleh ibu-ibu post partum. Materi penyuluhan menggunakan Bahasa yang disesuaikan dengan sasaran penyuluhan sehingga pesan yang disampaikan mudah dimengerti dan dipahami oleh peserta. Alat bantu dalam penyuluhan memiliki peranan penting dalam hal tersampainya materi, dalam hal ini penelitian menggunakan alat bantu lihat sehingga membantu menstimulasi indera penglihatan untuk menyampaikan pesan ke otak. Selain itu, penggunaan gambar yang menarik sehingga penyuluhan tidak bersifat monoton. Hal ini sesuai dengan teori

Notoatmodjo (2018), bahwa alat bantu lihat (visual) berguna dalam membantu menstimulasi indera mata pada waktu terjadinya pendidikan kesehatan. Alat ini ada 2 bentuk yaitu alat yang diproyeksikan misalnya slide, film, dan alat yang tidak diproyeksikan misalnya 2 dimensi, 3 dimensi, gambar peta, bagan, bola dunia, phantom, dan lain-lain. Media yang digunakan dalam penyampaian materi ini adalah leaflet dengan gambar yang menarik.

Kegiatan penyuluhan kesehatan atau pendidikan kesehatan kepada ibu post partum

Tabel 1 Pengetahuan ibu post partum tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan

	Mean	Median	Minimal	Maksimal
Pre	43,23	45,83	33,33	75
Post	89,06	91,66	75	100

Hasil pre test ibu post partum didapatkan nilai terendah 33,33 dan tertingginya adalah 75. Sementara nilai rata-rata nya adalah 43,23. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin. Hal tersebut disebabkan kurangnya informasi tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin dari bidan desa atau Pukesmas setempat dan media masa. Sedangkan yang lainnya belum pernah mendapatkan informasi tersebut.

Menurut Fitirani (2015), ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu informasi baik dari segi pendidikan formal maupun non formal yang dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (immediate impact) sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru yang disampaikan melalui televise, radio, surat kabar, penyuluhan dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

Hasil post test ibu post partum didapatkan nilai terendah 75 dan tertingginya adalah 100. Sementara nilai rata-rata nya adalah 89,06. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nora Rahmanindar, dkk (2018) yang berjudul Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pijat Oksitosin di Pesurungan Lor Kota Tegal, terhadap 30 ibu nifas didapatkan hasil sebelum dilakukan penyuluhan ibu nifas dengan pengetahuan baik 5 orang (16,67%) dan pengetahuan kurang 25 orang (83,33%). Sesudah dilakukan penyuluhan, ibu nifas berpengetahuan baik menjadi 22 orang (73,33%) dan berpengetahuan kurang 8 orang (26,67%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jawaban Ibu Post Partum Sebelum diberikan Penyuluhan Kesehatan

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (%)	Jawaban Salah (%)	Total (%)
1	Jenis persalinan	75	25	100
2	Tradisi pantang makan	94	6	100
3	Menu makanan bervariasi	100	0	100
4	Porsi makan bertambah	87	13	100
5	Faktor-faktor yang mempengaruhi ASI	19	81	100
6	Konsumsi susu ibu nifas	6	94	100
7	Konsumsi makanan tinggi protein	81	19	100
8	Gizi ibu nifas	13	87	100
9	Suplemen pelancar ASI	56	44	100
10	Pengertian pijat oksitosin	6	94	100
11	Manfaat pijat oksitosin	6	94	100
12	Suami adalah orang terbaik dalam pijat oksitosin	6	94	100

Hasil pengisian kuesioner pre test menunjukkan masih kurangnya pengetahuan ibu post partum tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin terutama pada soal no 5” Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI” sebanyak(81%), soal no. 6 “ Ibu post partum mengkonsumsi susu nifas “sebanyak (94%) , soal No.8 “ Pengetahuan ibu post partum tentang gizi ibu nifas” jawaban yang salah mencapai 87% dan pada soal no. 10,11, 12 sejumlah 15 ibu post partum menjawab salah/ belum mengetahui tentang pijat oksitosin..

Faktor- faktor yang mempengaruhi produksi ASI menurut Banudi (2012), Soetjningsih, 2013), (Wagner *et al*, 2015), (Kuguoglu et al, 2012) meliputi status gizi, stress, persalinan sesar dan anastesi epidural. Setelah mengetahui hal- hal yang mempengaruhi produksi ASI, maka ibu post partum dapat meminimalisir factor- factor yang mengurangi produksi ASI.

Menurut Saifuddin (2012) dan Rahma (2014) gizi yang dibutuhkan ibu nifas adalah tablet Fe 40 tablet, vitamin A 200.000 IU, karbohidrat, protein, kalsium, lemak, vitamin, mineral, sayuran, dan zinc. Pengetahuan ibu post partum tentang penambahan gizi/ nutrisi pada masa nifas diharapkan dapat meningkatkan produksi ASI

Ibu post partum juga harus mengetahui tentang pijat oksitosin guna meningkatkan produksi ASI tanpa minum obat pelancar ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi yang tepat untuk mempercepat danmemperlancar ASI. Pijat oksitosin ini dilakukan di tulang belakang ( vertebra) sampai costakelima –keenam (Asih, 2017 ). Pijat ini bisa dilakukan tenaga kesehatan dan lebih bagusnya dilakukan suami karena disamping menghasilkan hormon oksitosin juga menghasilkan hormon endorphin atau hormon kebahagiaan pada ibu ( Rahayu, 2018).

Table 3 Distribusi Frekuensi Jawaban Ibu Post Partum Setelah diberikan Penyuluhan Kesehatan

No	Pertanyaan	Jawaban Benar (%)	Jawaban Salah (%)	Total (%)
1	Jenis persalinan	75	25	100
2	Tradisi pantang makan	100	0	100
3	Menu makanan bervariasi	100	0	100
4	Porsi makan bertambah	94	6	100
5	Faktor-faktor yang mempengaruhi ASI	100	0	100
6	Konsumsi susu ibu nifas	50	50	100
7	Konsumsi makanan tinggi protein	100	0	100
8	Gizi ibu nifas	100	0	100
9	Suplemen pelancar ASI	63	37	100
10	Pengertian pijat oksitosin	94	6	100
11	Manfaat pijat oksitosin	100	0	100
12	Suami adalah orang terbaik dalam pijat oksitosin	100	0	100

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin terdapat peningkatan pengetahuan pada responden yang dapat dilihat dari pengisian kuesioner pada soal nomor 2 “ Tentang tradisi pantang makan” ,5(100%),7(100%),8(100%), 10( 94%), 11(100%), 12(100%). Dari keenam pertanyaan tersebut semua respnden menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada responden terkait gizi ibu nifas dan pijat oksitosin.

Pengetahuan ibu post partum tentang pijat oksitosin yang tertuang dalam soal nomor 10,11,12 sangat diperlukan guna dijadikan sebagai alternative komplementer dalam meningkatkan produksi ASI. Meningkatkan hormone oksitosin yang dapat membantu memperlancar produksi ASI Bila pijat oksitosin dilakukan oleh suami, maka akan meningkatkan perasaan bahagiaibu dan meningkatkan kasih sayang suami istri dan dapat

mempercepat proses involusi uteri mencegah perdarahan post partum, dan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu menyusui (Rahayu, 2018).

Kegiatan evaluasi dilakukan langsung setelah pelaksanaan post test dengan memberitahu ibu hasil dari post test bahwa terjadi peningkatan pengerahuan ibu tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan percaya diri ibu dan memotivasi ibu untuk tetap memperhatikan gizi yang dikonsumsi dan meminta suami untuk melakukan pijat oksitosin kepada ibu sehingga produksi ASI lancar dan ibu juga bahagia.

Dalam hal ini didiskusikan hal yang dapat dengan mudah ibu post partum peroleh berupa penyuluhan kesehatan dan pijat oksitosin yang dikoordinasikan dengan bidan desa setempat sehingga masalah ASI kurang lancar dapat dicegah.

### **Kesimpulan**

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu post partum tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin. Kegiatan diawali dengan pemberian penyuluhan kesehatan kepada ibu post partum di wilayah Tlogomulyo Temanggung yang berjumlah 8 ibu post partum dan di Dom Aleixo Dili berjumlah 8 ibu post partum dengan metode diskusi dan menggunakan media leaflet. Dari kegiatan tersebut terjadi peningkatan pengetahuan ibu post partum setelah diberikan penyuluhan kesehatan. Kegiatan selanjutnya adalah evaluasi kegiatan bersama ibu post partum dan berkoordinasi dengan bidan desa setempat kaitannya dengan penyuluhan kesehatan tentang gizi ibu nifas dan pijat oksitosin dan merumuskan tindak lanjut.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Bu Luvi Dian Afriyani, S.SiT., M.Kes selaku ketua program studi S1 Kebidanan yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada kami. Bu Cahyaningrum, S.Si. T., M.Keb dan Bu Widayati S.Si. T., M.Keb selaku Koordinator Pengabdian Masyarakat yang sudah memberikann pengarahan kami untuk dapat menyelesaikan laporan akhir ini. Bu Vistra Veftisia, S.Si.T., M.PH yang sudah membimbing, mendukung kami dan memberikan arahan kepada kami dalam penyusunan laporan akhir ini serta mitra yang bersedia bekerja sama dalam berlangsungnya kegiatan

### **Daftar Pustaka**

- Asih, Y. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 209-214. <https://doi.org/10.35451/jkk.v2il.249>
- Banudi, L. (2012). *Gizi Kesehatan Reproduksi Buku Saku Bidan*. Jakarta: EGC.
- Delima, Mera., dkk. (2016). Pengaruh Pijatan Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui di Puskesmas Plus Mandiangin. *Jurnal Ipteks Terapan, Research Of Applied Science And Education* V9.i4 (282 – 293).
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. [http://www.kemkesri.go.id/profil\\_kesehatan\\_indonesia\\_2019.pdf](http://www.kemkesri.go.id/profil_kesehatan_indonesia_2019.pdf). diakses tanggal 14 Juli 2020.
- Kuguoglu, S., Hatice, Y., Meltem, K.T., Birse, C.D. (2012). *Breastfeeding After a Cesarean Delivery*. Diunduh tanggal 3 Agustus 2016 dari [www.intechopen.com](http://www.intechopen.com).
- Magdalena dkk. (2019). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidomulyo Rawat Jalan Pekanbaru. *JIUBJ*, 20(2), Juli 2020, 344

**Prosiding**  
**Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan**  
Universitas Ngudi Waluyo

- Nadiah, Lailatif . (2015). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Tanda Kecukupan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan*. (di akses pada 16 Juli 2020) dari [www.digilib.uns.ac.id](http://www.digilib.uns.ac.id).
- Nora Rahmanindar, dkk (2018).*Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pijat Oksitosin di Pesurungan Lor Kota Tegal*
- Notoatmodjo, S.(2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Pilaria, Ema., & Sopiaturun. (2017). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Perejuk Kota Mataram Tahun 2017. *Jurnal Kedokteran Yasri* 26 (1) : 027 – 033 (2018).
- Rahayu, Anik.(2016). *Panduan Pratikum Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Deepublish.
- Rahayu D dan Yunarsih, (2018)” Penerapan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Post Partum.” *Journal Of Nurse Community. Volume09*.
- Soetjningsih. (2013). *ASI Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Supariasa (2012) *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC
- Wagner, C.L.(2015). *Human Milk and Lactation*. Diakses tanggal 20 Juli 2016 dari [www.Emedicine. Mescape.com](http://www.Emedicine. Mescape.com).
- World Health Organization (WHO). (2019). *The World Health Organization's Infant Feeding Recommendation*.