



Pijat Oketani Lebih Efektif Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu *Post-Partum* Dibandingkan dengan Teknik Marmet

Oketani Massage Is More Effective in Increasing Breast Milk Production Compared with Marmet Technique

Anita Dwi Astari*, Machmudah

Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang

Corresponding author: anitadwiastari6@gmail.com*, machmudah@unimus.ac.id

Riwayat Artikel: Dikirim; Diterima; Diterbitkan

Abstrak

Latar Belakang: Air Susu Ibu adalah cairan yang keluar dari payudara ibu setelah melahirkan yang merupakan makanan alamiah yang berperan penting bagi kehidupan pertama anak. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI salah satunya adalah *breast care*. Pijat Oketani dan teknik Marmet merupakan *breast care* dan teknik memijat payudara ibu untuk meningkatkan produksi ASI ibu. Tujuan Penelitian: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan efektivitas pijat Oketani dan teknik Marmet terhadap produksi ASI ibu *post-partum* normal di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Metode Penelitian: Jenis penelitian *Quasy-experiment* dengan rancangan *Pre-Test and Post Test Non-Equivalent Control Group Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu *post-partum* normal di RS Roemani Muhammadiyah Semarang. Sampel penelitian sebanyak 32 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data dengan menggunakan uji *Independent Sample T-Test*. Hasil Penelitian: Penelitian menunjukkan bahwa ada beda frekuensi menyusui, frekuensi BAK, dan frekuensi BAB pada responden setelah diberikan pijat Oketani dan teknik marmet dengan masing-masing nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$). Selisih nilai *pre-test* dan *post-test* pijat Oketani lebih efektif mempengaruhi frekuensi menyusui dan frekuensi BAB dibandingkan dengan teknik Marmet dengan nilai delta frekuensi menyusui 13,5 > 13,1, nilai delta frekuensi BAB 5,75 > 3,00, sedangkan teknik Marmet lebih efektif mempengaruhi frekuensi BAK dibandingkan pijat Oketani dengan nilai delta frekuensi BAK 9,25 < 11,12. Simpulan: Kesimpulannya ada perbedaan efektivitas pijat Oketani dan teknik Marmet terhadap Produksi ASI. Saran: Pijat Oketani dan teknik Marmet dapat diterapkan pasien untuk mempercepat produksi ASI.

Kata kunci: Pijat Oketani, teknik Marmet, ASI

Abstract

Background: Breast milk is a liquid which produced by woman's breast after gave birth is a natural food that functions an important role in the child's first life. One of the factors that influence milk production is breast care. Oketani Massage and Marmet techniques are breast care and woman breast massage techniques for increasing woman breast milk production. Research Target: The purpose of this study is determining the differences effectiveness of Oketani massage and Marmet technique on woman breast milk production of normal post-partum in Roemani Muhammadiyah Hospital Semarang. Research Method: The type of this research is Quasy-experiment with Pre-Test and Post-Test Non-Equivalent Control Group Design. The population in this study are normal post-partum women at Roemani Muhammadiyah Hospital Semarang. Total research sample are 32 respondents applied purposive sampling technique. Data analysis applied the Independent Sample T-Test. Result of research: Research showed that there are differences on suckle frequency, urination frequency, and defecation frequency in respondents after given Oketani massage and Marmet techniques with each p-value of 0,000 ($p < 0,05$). Range on the value of pre-test and post-test Oketani massage is more effective in influencing the suckle frequency and defecation frequency than Marmet technique with suckle frequency 13.5 > 13.1, delta defecation frequency 5.75 > 3, 00, while the Marmet technique is more effective in influencing the urination frequency than Oketani massage with urination frequency 9.25 < 11.12. Conclude: Conclusion, there are differences effectiveness of Oketani massage and Marmet technique on woman breast milk production. Suggestion: Oketani Massage and Marmet techniques can be applied on patients to expedite woman breast milk production.



Keywords: *Oketani massage, Marmet technique, BMP*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang keluar dari payudara ibu setelah melahirkan yang merupakan makanan alamiah yang berperan penting bagi kehidupan pertama karena mengandung nutrisi-nutrisi yang bagus untuk pertumbuhan dan perkembangan anak (Iman Jauhari, 2018; Prawirohardjo, 2014).

Cakupan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif bayi di seluruh dunia sebesar 41%, sedangkan target WHO untuk ASI eksklusif di dunia sebesar 70% (Global Breastfeeding Collective, Unicef, & Who, 2018). Cakupan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif di Indonesia sebesar 37,3%, angka tertinggi di Provinsi Bangka Belitung 56,7%, angka terendah di Provinsi NTB 20,3%, sedangkan di Provinsi Jawa Tengah sebesar 32,7%. Data tersebut masih dibawah target nasional ASI eksklusif yaitu sebesar 80% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Pemberian ASI sangat bermanfaat untuk bayi dan ibu. Manfaat untuk bayi diantaranya meningkatkan berat badan bayi setelah lahir, sebagai antibodi, mencegah karies dentis, membuat bayi merasa nyaman, meningkatkan kecerdasan bayi. Manfaat untuk ibu yaitu mencegah kehamilan selama 6 bulan pertama, mencegah kanker payudara dan kanker ovarium, melancarkan produksi Air Susu Ibu (ASI), dan menurunkan berat badan ibu setelah melahirkan (Ambarwati & Wulandari, 2010).

Manfaat Air Susu Ibu (ASI) yang besar tidak diimbangi dengan pemberian ASI yang meningkat sehingga bayi kurang mendapatkan ASI. Faktor penyebab bayi kurang mendapatkan ASI diantaranya makanan, hormon, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, anatomi dan fisiologi payudara, faktor istirahat ibu, faktor isapan anak, faktor obat-obatan, dan perawatan payudara (Ambarwati & Wulandari, 2010). Perawatan payudara akan merangsang *hypofise* dalam pengeluaran hormon progesteron, estrogen dan oksitosin lebih banyak. Hormon oksitosin membuat kontraksi pada sel-sel sekitar alveoli sehingga air susu mengalir ke puting (Machmudah, 2017). Macam-macam perawatan payudara salah satunya adalah pijat laktasi. Pijat laktasi diantaranya ada pijat Oksitosin, pijat Arugaan, pijat Marmet, dan pijat Oketani.

Pijat Oketani adalah salah satu pijat payudara yang telah dikembangkan di Negara Jepang oleh Sotomi Oketani. Sotomi Oketani mengatakan dengan kegiatan menyusui akan membuat ikatan ibu dan anak lebih meningkat, baik untuk kondisi fisik maupun mental ibu dan anak secara alami. Pijat Oketani juga digunakan sebagai manajemen untuk masalah menyusui, masalah payudara seperti tidak cukup susu, produksi susu rendah, menyusui parsial dan pembengkakan payudara. Pijat Oketani menstimulasi perkembangan fisik dan mental bayi yang meningkatkan mood dan pola tidur bayi dengan meningkatkan kualitas susu yang dikeluarkan. Pijat Oketani dapat melunakkan seluruh payudara meningkatkan kelenturan aerola menjadi elastis dan berwarna merah muda, duktus lactiferous dan *nipple* (puting) juga menjadi lebih elastis dan bulat. Seluruh payudara menjadi lebih lentur sehingga menghasilkan Air Susu Ibu (ASI) yang berkualitas (Kabir S, Tasnim, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh (Machmudah & Khayati, 2014) dengan judul "Produksi ASI Ibu Post Sesaria dengan Pijat Oketani dan Oksitosin" dapat disimpulkan bahwa pijat Oksitosin dan Oketani dapat meningkatkan produksi ASI dengan parameter frekuensi bayi menyusu, frekuensi BAK, dan frekuensi BAB.

Selain pijat Oketani produksi Air Susu Ibu (ASI) juga dapat diperlancar dengan teknik marmet. Teknik Marmet merupakan pengembangan metode pijat dan menstimulasi reflek pengeluaran ASI. Teknik pijat ini efektif dan tidak memberikan efek samping. Teknik Marmet yaitu teknik pengeluaran ASI secara manual yang membuat refleks pengeluaran susu atau *Milk Ejection Reflex* (Hormann, 2006). Penelitian yang dilakukan (Ningrum, 2017) yang



berjudul “Pengaruh Pemberian Teknik Marmet terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum di BPM Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri” didapatkan hasil ada pengaruh pemberian teknik marmet terhadap produksi ASI ibu post partum di BPM Wilayah kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. Penelitian lain dilakukan (Widiastuti, 2015) dengan judul “*Effect of Marmet Technique with Breast Massage of Three Days Post-Partum to Breasfeeding Smoothness and Gain Baby Weight*” daidapatkan hasil bahwa teknik marmet dan massase payudara yang diberikan pada masing-masing kelompok sama-sama berpengaruh pada kelancaran ASI, tidak mempunyai perbedaan antara teknik marmet dan massase payudara dalam meningkatkan berat badan bayi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RS. Roemani Muhammadiyah Semarang yang dilakukan melalui wawancara dengan 10 pasien ibu *post-partum* didapatkan bahwa sebesar 9 pasien pasien (90%) cenderung produksi ASI kurang baik dengan rata-rata frekuensi menyusu sebanyak lima kali, rata-rata frekuensi BAK sebanyak 3 kali, dan rata-rata frekuensi BAB sebanyak dua kali. Angka tersebut menunjukkan produksi ASI ibu belum baik dimana dikatakan produksi ASI baik dan bayi cukup ASI yaitu jika frekuensi menyusu minimal sepuluh kali, frekuensi BAK enam kali dan BAB minimal tiga kali sehari.

METODE

Penelitian ini adalah termasuk penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen semu (quasi eksperiment). Model yang digunakan pada penelitian quasi eksperiment ini adalah *pre-test and post-test non-equivalent control group*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu post-partum di ruang Maternitas Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 140 ibu post-partum. Cara pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *purposive sampling* sehingga jumlah sampel menjadi 32 responden. Penelitian dilakukan di ruang Ayyub 1 rumah sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Alat pengumpul data dengan lembar observasi. Proses penelitian berlangsung dari tanggal 19 Juni-07 Agustus 2019. Data dianalisis secara univariat dan bivariat (uji *One Sample T-Test Match Independent Sample T-Test*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1

Komparasi Pengaruh Pijat Oketani dan Teknik Marmet terhadap Parameter Produksi ASI (Frekuensi Menyusu) Ibu Post-Partum Normal di RS Roemani Muhammadiyah Semarang Bulan Agustus 2019 (n=32)

Variabel	Frekuensi Menyusu Pijat Oketani				n	Frekuensi Menyusu Teknik Marmet				P	
	Min	Max	Mean	SD		Min	Max	Mean	SD		n
FMen1	3	13	7,81	3,060	16	4	14	7,50	2,530	16	0,000
FMen2	3	20	10,44	4,442	16	6	18	9,81	2,903	16	0,000
FMen3	4	18	12,48	3,964	16	6	21	12,44	4,211	16	0,000
FMen4	7	25	14,50	4,872	16	8	25	13,88	4,544	16	0,000
FMen5	6	28	15,81	5,528	16	10	25	15,75	4,524	16	0,000
FMen6	7	30	18,38	7,274	16	8	25	16,44	5,072	16	0,000
FMen7	10	35	21,31	8,072	16	10	28	20,06	5,348	16	0,000

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan frekuensi menyusui pada bayi. Pada kelompok



pijat Oketani sebelum dilakukan intervensi frekuensi menyusui sebanyak 3 kali dalam sehari, sedangkan setelah dilakukan intervensi pada hari ke-7 sebanyak 35 kali sehari. Pada kelompok teknik Marmet sebelum dilakukan intervensi frekuensi menyusui bayi sebanyak 4 kali sehari, sedangkan setelah dilakukan intervensi frekuensi menyusui hari ke-7 meningkat menjadi 28 kali sehari. Hasil analisis menggunakan uji *T-Test* didapatkan hasil *p-value*= 0,000 ($p<0,05$) yang diartikan ada perbedaan jumlah menyusui bayi setelah diberikan pijat Oketani dan teknik Marmet. Menyusui adalah proses pemberian air susu ibu kepada bayi dari payudara ibu. Dengan menyusui maka akan timbul perangsangan puting susu dan terbentuklah hormon prolaktin oleh hipofise anterior. Hormon prolaktin yang dikeluarkan dan jumlah air susu yang diproduksi berkaitan dengan stimulus isapan, frekuensi, intensitas, dan lama bayi menghisap. Rangsangan yang timbul saat bayi menyusui akan merangsang hipofise posterior mengeluarkan hormon oksitosin. Hormon oksitosin akan memacu otot-otot polos disekitar alveoli dan duktus untuk berkontraksi sehingga memeras air susu dari alveoli, duktulus, dan sinus turun ke puting (Ambarwati & Wulandari, 2010). Penelitian ini sesuai dengan penelitian (Machmudah & Khayati, 2014) yang berjudul “Pijat Oketani dan Oksitosin terhadap Parameter Produksi ASI pada Ibu Post Seksio Sesaria di Rumah Sakit Wilayah Kota Semarang” dimana ada peningkatan frekuensi menyusui bayi dengan rata-rata 7 kali sehari, dengan nilai $p=0,004$ ($p<0,05$).

Tabel 2

Komparasi Pengaruh Pijat Oketani dan Teknik Marmet terhadap Parameter Produksi ASI (Frekuensi Buang Air Kecil) Ibu Post Partum Normal di RS Roemani Muhammadiyah Semarang Bulan Agustus 2019 (n=32)

Variabel	Frekuensi BAK Pijat Oketani					Frekuensi BAK Teknik Marmet					P
	Min	Max	Mean	SD	n	Min	Max	Mean	SD	n	
FBAK1	1	9	4,19	2,228	16	0	5	2,69	1,580	16	0,000
FBAK2	1	11	5,56	2,394	16	1	10	4,63	2,604	16	0,000
Variabel	Frekuensi BAK Pijat Oketani					Frekuensi BAK Teknik Marmet					P
Min	Max	Mean	SD	n	Min	Max	Mean	SD	n		
FBAK3	3	11	6,56	2,032	16	2	12	6,00	2,338	16	0,000
FBAK4	4	13	7,88	2,306	16	3	12	8,00	2,366	16	0,000
FBAK5	5	14	9,75	2,352	16	4	14	9,81	2,588	16	0,000
FBAK6	5	16	11,56	2,874	16	5	15	11,81	2,738	16	0,000
FBAK7	7	17	13,44	2,707	16	8	18	13,81	2,639	16	0,000

Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan frekuensi BAK bayi setelah dilakukan intervensi. Pada kelompok pijat Oketani sebelum dilakukan intervensi frekuensi BAK bayi sebanyak 1 kali sehari, sedangkan setelah dilakukan intervensi frekuensi BAK hari ke-7 sebanyak 17 kali sehari. Pada kelompok teknik Marmet frekuensi BAK bayi sebelum dilakukan intervensi sebanyak 0 kali sehari, sedangkan setelah dilakukan intervensi hari ke-7 sebanyak 18 kali sehari. Hasil analisis menggunakan uji *T-Test* didapatkan hasil *p-value*= 0,000 ($p<0,05$) yang diartikan terdapat perbedaan frekuensi BAK setelah dilakukan pijat Oketani dan teknik Marmet. Berdasarkan teori tanda bayi cukup ASI salah satu indikatornya dilihat dari frekuensi BAK bayi. Bayi akan buang air kecil dalam satu hari paling sedikit sebanyak 6 kali dengan warna air seninya tidak pucat atau kuning jernih (Ambarwati & Wulandari, 2010). Penelitian ini sesuai dengan penelitian (Ningrum, Titisari, Kundarti, &



Setyarini, 2018) yang berjudul “Pengaruh Pemberian Teknik Marmet terhadap Produksi Ibu Post Partum di BPM Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri” didapatkan hasil ada pengaruh teknik marmet terhadap produksi ASI dengan nilai $p=0,0074$ ($p < 0,05$) dengan nilai rata-rata BAK sebanyak 6-8 kali sehari.

Tabel 3

Komparasi Pengaruh Pijat Oketani dan Pijat Marmet terhadap Parameter Produksi ASI (Frekuensi Buang Air Besar) Ibu Post Partum Normal di RS Roemani Muhammadiyah Semarang Bulan Agustus 2019 (n=32)

Variabel	Frekuensi BAB Pijat Oketani					Frekuensi BAB Teknik Marmet					P
	Min	Max	Mean	SD	n	Min	Max	Mean	SD	n	
FBAB1	0	4	1,63	1,258	16	0	7	2,81	2,040	16	0,000
FBAB2	1	5	2,56	1,209	16	1	8	3,94	2,112	16	0,000
FBAB3	1	7	3,50	1,461	16	0	8	3,69	2,243	16	0,000
FBAB4	2	10	5,06	2,351	16	1	9	3,50	2,033	16	0,000
FBAB5	2	14	5,63	3,030	16	1	10	4,13	2,391	16	0,000
FBAB6	3	15	7,00	3,098	16	2	10	5,13	2,446	16	0,000
FBAB7	4	15	7,38	2,849	16	3	11	5,81	2,316	16	0,000

Penelitian ini menjelaskan adanya peningkatan frekuensi BAB setelah dilakukan pijat. Pada kelompok pijat Oketani frekuensi BAB sebelum dilakukan pijat Oketani sebanyak 0 kali sehari, sedangkan setelah dilakukan intervensi hari ke-7 sebanyak 15 kali sehari. Pada kelompok teknik Marmet frekuensi BAB sebelum dilakukan intervensi sebanyak 0 kali sehari, sedangkan setelah dilakukan intervensi hari ke-7 sebanyak 11 kali sehari. Hasil analisis menggunakan uji *T-Test* didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) yang diartikan terdapat perbedaan frekuensi BAB setelah dilakukan pijat Oketani dan teknik Marmet. Bayi yang cukup ASI normalnya akan buang air besar lebih sering. Normalnya bayi akan buang air besar 2-3 kali sehari dengan warna kekuningan berbiji (Ambarwati & Wulandari, 2010). Hal ini sesuai dengan penelitian (Machmudah & Khayati, 2014) yang berjudul “Produksi ASI Ibu Post *Seksio Sesarea* Dengan Pijat oketani Dan Oksitosin” didapatkan hasil ada perbedaan frekuensi BAB setelah dilakukan intervensi dengan nilai $p=0,005$ ($p < 0,05$).

Tabel 4

Perbedaan Efektivitas Pijat Oketani dan Teknik Marmet terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum Normal di RS Roemani Muhammadiyah Semarang

Indikator	Pijat Oketani		Teknik Marmet		Sig.(2-tailed)
	Mean	SD	Mean	SD	
Frekuensi Menyusu Sebelum Intervensi	7,81	3,060	7,50	2,530	0,755
Frekuensi Menyusu Sesudah Intervensi	21,31	8,072	20,06	5,348	0,609
Frekuensi BAK Sebelum Intervensi	4,19	2,228	2,69	1,580	0,036
Frekuensi BAK Sesudah Intervensi	13,44	2,707	13,81	2,639	0,694
Frekuensi BAB Sebelum Intervensi	1,63	1,258	2,81	2,040	0,057
Frekuensi BAB Sesudah Intervensi	7,38	2,849	5,81	2,316	0,099



Tabel 4 menjelaskan nilai mean frekuensi menyusui sebelum dilakukan pijat Oketani 7,81, nilai mean frekuensi menyusui sebelum dilakukan teknik Marmet 7,50, sedangkan nilai mean frekuensi menyusui sesudah pijat Oketani 21,31, nilai mean frekuensi menyusui sesudah teknik Marmet 20,06. Nilai mean frekuensi BAK sebelum pijat Oketani 4,19, nilai mean frekuensi BAK sebelum teknik Marmet 2,69, sedangkan nilai mean frekuensi BAK sesudah dilakukan pijat Oketani 13,44, nilai mean frekuensi BAK setelah dilakukan teknik Marmet 13,8. Nilai mean frekuensi BAB sebelum pijat Oketani 1,63, nilai mean frekuensi BAB sebelum teknik Marmet 2,81, sedangkan nilai mean frekuensi BAB sesudah dilakukan pijat Oketani 7,38, nilai mean frekuensi BAB setelah dilakukan teknik Marmet 5,81. Selisih nilai *pre-test* dan *post-test* pijat Oketani lebih efektif mempengaruhi frekuensi menyusui dan frekuensi BAB dibandingkan dengan teknik Marmet dengan nilai delta frekuensi menyusui $13,5 > 13,1$, nilai delta frekuensi BAB $5,75 > 3,00$, sedangkan teknik Marmet lebih efektif mempengaruhi frekuensi BAK dibandingkan pijat Oketani dengan nilai delta frekuensi BAK $9,25 < 11,12$.

Pijat Oketani adalah salah satu pijat payudara yang telah dikembangkan di Negara Jepang oleh Sotomi Oketani. Sotomi Oketani menjelaskan bahwa dengan menyusui akan meningkatkan ikatan ibu dan anak, baik untuk kondisi fisik maupun mental ibu dan anak secara alami. Pijat oketani juga digunakan sebagai manajemen untuk masalah menyusui, masalah payudara seperti tidak cukup susu, produksi susu rendah, menyusui parsial dan pembengkakan payudara. Pijat Oketani menstimulasi perkembangan fisik dan mental bayi yang meningkatkan mood dan pola tidur bayi dengan meningkatkan kualitas susu yang dikeluarkan. Pijat Oketani dapat melunakkan seluruh payudara meningkatkan kelenturan aerola menjadi elastis dan berwarna merah muda, duktus laktiferous dan puting juga menjadi lebih elastis dan bulat. Seluruh payudara menjadi lebih lentur sehingga menghasilkan ASI yang berkualitas (Kabir S, Tasnim, 2009).

Teknik Marmet merupakan teknik pengeluaran ASI yang efektif dan tidak memberikan efek samping. Teknik marmet yaitu teknik pengeluaran ASI atau *Milk Ejection Reflex* dengan mengosongkan bagian *sinus laktiferus*, sehingga akan merangsang pengeluaran hormon prolaktin untuk terus memproduksi ASI (Soraya, 2005 & Horman, 2006). Teknik Marmet adalah teknik memerah dan memijat dengan cara manual yaitu menggunakan tangan. Teknik Marmet lebih efektif untuk memeras ASI dibandingkan dengan menggunakan pompa. Teknik Marmet juga lebih praktis dan efisien untuk memeras ASI karena dengan menggunakan tangan dapat mengatur tekanan saat memerah dan memijat sesuai kenyamanan ibu (Roesli & Yohmi, 2009).

KESIMPULAN

Ada beda frekuensi menyusui, frekuensi BAK, frekuensi BAB pada hari ke tujuh setelah diberikan intervensi pijat Oketani dan intervensi teknik Marmet dengan *p-value* masing-masing $p=0,000$ ($p<0,05$). Selisih nilai *pre-test* dan *post-test* pijat Oketani lebih efektif mempengaruhi frekuensi menyusui dan frekuensi BAB dibandingkan dengan teknik Marmet dengan nilai delta frekuensi menyusui $13,5 > 13,1$, nilai delta frekuensi BAB $5,75 > 3,00$, sedangkan teknik Marmet lebih efektif mempengaruhi frekuensi BAK dibandingkan pijat Oketani dengan nilai delta frekuensi BAK $9,25 < 11,12$.

DAFTAR PUSTAKA

Ambarwati, E. R., & Wulandari, D. (2010). Asuhan Kebidanan Nifas. (A. Setiawan, Ed.) (1st ed.). Jogjakarta: Nuha Medika.



- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Fikawati, S., Syafiq, A., & Karima, K. (2015). *Gizi Ibu dan Bayi (Edisi 1)*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Global Breastfeeding Collective, UNICEF, & WHO. (2018). *Global Breastfeeding Scorecard 2018: Enabling women to breastfeed through better policies and programmes*, (3). Retrieved from <http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-scorecard-2018.pdf?ua=1>.
- Kabir S, Tasnim, S. (2009). Oketani Lactation Mangement: A New Method to Augment Breast Milk. *Journal of Bangladesh College of Physicians and Surgeons*, 27(1), 155–159.
- Kementrian kesehatan RI. (2018). Hasil utama riskesmas 2018, 61. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v9i4.737> Desember 2013.
- Machmudah. (2017). Sukses menyusui dengan pijat oketani. *Prosiding Seminar Nasional Publikasi Hasil-Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, (September).
- Machmudah, & Khayati, N. (2014). Produksi ASI Ibu Post Seksio Sesarea dengan Pijat Oketani dan Oksitosin. *Jurnal Ners Vol. 9 No. 1 April 2014*: 104–110, 9, 104–110.
- Ningrum, A. D., Titisari, I., Kundarti, F. I., & Setyarini, A. I. (2018). Pengaruh Pemberian Teknik Marmet Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Bpm Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 46. <https://doi.org/10.32831/jik.v5i2.134>.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. (A. B. Saifudin, Ed.) (4th ed.). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rany.J. (2011). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Status Pekerjaan Ibu dan Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini Dengan Pemberian ASI Eksklusif. Retrieved from <https://eprints.uns.ac.id/5255/>.
- Reeder, S. J., Martin, L. L., & Griffin, D. K. (2012). *Keperawatan Maternitas (Kesehatan Wanita, Bayi, & Keluarga)*. Jakarta: EGC.
- Widiastuti, A., Arifah, S., & Rachmawati, W. R. (2016). Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu dan Kenaikan Berat Badan Bayi. *Kesmas: National Public Health Journal*, 9(4), 315. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v9i4.737>.