

# Pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet terhadap produksi ASI ibu postpartum primipara

*Effect of combination of oxytocin massage and marmet technique on breast milk production in primipara postpartum mothers*

SAGO: Gizi dan Kesehatan  
2024, Vol. 5(3) 687-692  
© The Author(s) 2024



DOI: <http://dx.doi.org/10.30867/sago.v5i3.1616>  
<https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/gikes>



Poltekkes Kemenkes Aceh

Tika Lubis<sup>1\*</sup>, Linda Rofiasari<sup>2</sup>

## Abstract

**Background:** One of the causes of death is infection. Breast milk is the main food for newborn babies because it contains protective nutrients that can prevent infectious diseases in babies. One effort to improve the quality of breast milk is to stimulate the release of the hormone prolactin through oxytocin massage.

**Objective:** To analyze the effect of a combination of oxytocin massage and the marmet technique on breast milk production in primiparous mothers.

**Method:** This research design is quasi-experimental, using a one-group pre- and post-design research method and a sampling technique using consecutive sampling. The research was conducted in Bandung Regency on primiparous breastfeeding mothers. Univariate analysis to see the frequency and normality of the data (Shapiro Wilk test) and bivariate analysis for this study used a paired sample t test for 1 group with the Wilcoxon test to see the significance between before and after the intervention.

**Results:** The results showed that the average breast milk production before the intervention was given was 24,22 ml, while after the intervention was given, it increased to 95,47 ml. So there was an increase in breast milk production of 71,25 ml after being given a combination of oxytocin massage and the marmet technique three times. The T-test results obtained a p-value of  $0,000 < \alpha (0,05)$ , so it can be concluded that there is a significant difference in breast milk production before and after the intervention.

**Conclusion:** There is a significant difference in breast milk production before and after the combination of oxytocin massage and the marmet technique. So, it is hoped that the smooth release of a mother's breast milk can increase the success of exclusive breastfeeding.

## Keywords

Oxytocin massage, marmet technique, breast milk expression

## Abstrak

**Latar Belakang:** Salah satu penyebab dari kematian tersebut adalah infeksi. ASI adalah makanan utama untuk bayi baru lahir, karena mengandung zat gizi pelindung yang dapat mencegah penyakit infeksi pada bayi. Salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas ASI adalah dengan melakukan stimulus pengeluaran hormon prolaktin melalui pijat oksitosin.

**Tujuan:** Menganalisis pengaruh kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet terhadap produksi ASI pada ibu primipara.

**Metode:** Desain penelitian ini quasi experimental menggunakan dengan metode penelitian one group pre dan post design dan teknik sampel menggunakan *consecutive sampling*. Penelitian dilakukan di Kabupaten Bandung pada ibu menyusui primipara. Analisis univariat untuk melihat frekuensi dan normalitas data (uji Shapiro Wilk) dan bivariat

<sup>1</sup> Program Studi S1 dan Profesi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana, Bandung, Indonesia.  
E-mail: [tika.lubis@bku.ac.id](mailto:tika.lubis@bku.ac.id)

<sup>2</sup> Program Studi S1 dan Profesi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana, Bandung, Indonesia.  
E-mail: [tika.lubis@bku.ac.id](mailto:tika.lubis@bku.ac.id)

## Penulis Koresponding:

**Tika Lubis** : Program Studi S1 dan Profesi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana, Bandung, Indonesia.  
E-mail: [tika.lubis@bku.ac.id](mailto:tika.lubis@bku.ac.id)

penelitian ini menggunakan Uji paired t test sampel berpasangan 1 kelompok dengan uji Wilcoxon untuk melihat signifikansi antara sebelum dan sesudah intervensi.

**Hasil:** Didapatkan hasil bahwa rerata produksi ASI sebelum diberikan intervensi adalah sebanyak 24,22 ml sedangkan setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 95,47ml. Sehingga terdapat kenaikan produksi ASI sebesar 71,25 ml setelah 3 kali diberikan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet. Hasil Uji-T diperoleh nilai p-value sebesar  $0,000 < \alpha (0,05)$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan secara signifikan pada produksi ASI sebelum dengan sesudah diberikan intervensi.

**Kesimpulan:** Terdapat perbedaan yang signifikan pada produksi ASI dari sebelum dan sesudah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet. Sehingga dengan lancarnya pengeluaran ASI ibu diharapkan dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI Eksklusif.

#### Kata Kunci

Pijat oksitosin, teknik marmet, pengeluaran ASI

## Pendahuluan

**P**roses menyusui adalah suatu upaya intervensi terbaik untuk kelangsungan hidup dan tumbuh kembang anak. Menyusui yang optimal dapat mencegah terjadinya lebih dari 823 ribu kematian anak dan 20 ribu kematian ibu pada setiap tahun (Kemenkes RI, 2021). Menurut data yang dilaporkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2022, menunjukkan bahwa jumlah angka kematian anak usia balita pada tahun 2021 sebanyak 27.566 kematian, hal menurun dibandingkan tahun 2020, yaitu sebanyak 28.158 kematian. Dari seluruh kematian tersebut sebesar 73,1% terjadi pada periode neonatal (20.154 kematian). Dari seluruh kematian pada periode neonatal tersebut dilaporkan bahwa sebagian besar (79,1%) terjadi pada usia 0-6 hari dan usia 7-28 hari sebesar 20,9% (Kemenkes RI, 2022).

Penyebab kematian bayi usia 0-28 hari pada tahun 2021 diantaranya yaitu BBLR, asfiksia, tetanus neonatorum, infeksi, kelainan kongenital, COVID-19, dan lainnya. ASI adalah makanan terbaik dan yang utama untuk dapat diberikan kepada bayi baru lahir, karena mengandung zat gizi pelindung kekebalan tubuh yang dapat mencegah terjadinya penyakit infeksi pada bayi. Pemberian ASI adalah suatu upaya untuk menurunkan angka kejadian kesakitan dan kematian pada bayi, serta kasus kejadian gizi buruk pada balita (PD IBI Jabar, 2021). Pemberian ASI sejak dari lahir sampai usia enam bulan (ASI eksklusif) dapat mempercepat penurunan kejadian stunting yaitu kondisi gagal tumbuh yang mengakibatkan tingga badan yang pendek atau sangat pendek akibat dari kekurangan gizi kronis. Pengaruh ASI Eksklusif terhadap kejadian stunting yaitu sebanyak 16,7 kali (Bustami & Ampera, 2020).

Penelitian lain mengatakan jika anak yang tidak diberikan ASI Eksklusif akan berpeluang mengalami stunting sebanyak 61 kali jika dibandingkan dengan yang diberikan ASI Eksklusif (SJMJ et al., 2020). Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas produksi ASI adalah dengan melakukan stimulus pengeluaran hormon prolaktin melalui pijat oksitosin. Stimulus dilakukan dengan melakukan pemijatan pada sepanjang bagian tulang belakang (*vertebra*) sampai dengan tulang *costa* kelima-keenam ibu yang akan merangsang hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan yang dikeluarkan oleh hipofisis anterior dan hipofisis posterior untuk mengeluarkan hormon oksitosin, sehingga membuat ASI dapat keluar dari putting susu karena sel otot polos di sekitar kelenjar pada payudara menyusut dan mengerut. Sehingga pengeluaran ASI dari payudara mengalami peningkatan setelah dilakukan stimulus tersebut (R. Wulandari et al., 2022).

Pemberian ASI secara dini oleh ibu postpartum primigravida pada jam-jam pertama kelahiran seringkali mengalami terkendala akibat belum adanya pengeluaran ASI dari payudara. Sehingga bidan perlu melakukan alternatif agar pengeluaran ASI lancar dengan cara memberikan stimulus untuk merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan memerah atau memompa payudara selama 10-20 menit sampai ASI keluar sehingga bayi dapat segera disusui tanpa menunda pemberian ASI Eksklusif. Cara pemerahan ASI tersebut dapat dilakukan dengan teknik marmet. Teknik marmet merupakan perpaduan pemijatan payudara pada bagian sel-sel pembuat ASI dan saluran ASI untuk meningkatkan hormon oksitosin sehingga aliran ASI berjalan lancar pada saat pemerahan ASI dilakukan (Roesli, 2000). Sehingga diharapkan kombinasi pijat oksitosin dan teknik

marmet ini dapat meningkatkan produksi pengeluaran ASI khususnya pada ibu primipara yang sebelumnya belum berpengalaman menyusui.

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk dapat meningkatkan pemberian ASI Eksklusif oleh ibu primipara dan menurunkan kejadian stunting sejak awal kelahiran di Kabupaten Bandung. Sebelumnya belum ada penelitian yang memberikan intervensi dengan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet ditempat penelitian tersebut. Sehingga diharapkan penelitian ini nanti bisa menjadi referensi bagi bidan atau tenaga kesehatan untuk memberikan pijat oksitosin dan teknik marmet khususnya kepada ibu primipara agar dapat meningkatkan pemberian ASI Eksklusif serta mencegah kejadian stunting sejak dini.

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experimental design* dengan metode penelitian *one group pre dan post design*. Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Bandung pada ibu postpartum primipara yang menyusui pada bulan Juni sampai September 2023. Populasi penelitian ini sebanyak 32 orang ibu postpartum primipara yang menyusui sejak hari pertama hingga ketujuh postpartum.

Teknik pengambilan sampelnya menggunakan *consecutive sampling* dengan permutasi random blok, jumlah sampelnya sebanyak 32 orang dengan kriteria inklusi yaitu ibu postpartum primipara, bersedia menjadi responden yang sebelumnya telah menandatangani lembar *informed consent* responden penelitian, tidak menderita penyakit sistemik, tidak ada kelainan pada payudara dan psikologis dalam kondisi baik. Kriteria eksklusinya yaitu ibu postpartum primipara yang tidak menyusui dan mengkonsumsi vitamin atau suplemen pelancar ASI. Adapun variabel terkontrol yaitu usia, pendidikan dan pekerjaan. Dan variabel terikat yaitu pengeluaran ASI.

Pengumpulan data penelitian dimulai dari hari ke-1 hingga ke-7 dengan melakukan penilaian pengeluaran ASI sebelum dan sesudah pemberian intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet. Analisis bivariat penelitian ini melakukan uji normalitas data dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* karena jumlah sampelnya kurang dari

50 orang. Setelah dilakukan uji normalitas, maka dilanjutkan dengan analisa data menggunakan Uji t 1 kelompok berpasangan (*paired t test*). Karena data tidak berdistribusi normal maka analisis data yang digunakan adalah *paired-t test* dengan uji *Wilcoxon* untuk menilai taraf signifikansi pemberian kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet (Kusumastuti et al., 2020).

## Hasil

Hasil penelitian diperoleh data variabel terkontrol yang meliputi usia, pendidikan dan pekerjaan ibu dan variabel terikat berupa jumlah pengeluaran produksi ASI. Berdasarkan tabel 1. di bawah ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu postpartum primipara berusia antara 20-25 sebanyak 27 orang (84.4%). Sebagian besar dari ibu tersebut memiliki pendidikan SMA yaitu sebanyak 26 orang (81.3%). Dan sebagian pekerjaan mereka adalah IRT yaitu sebanyak 25 orang (78.1%). Pada tabel 2 di bawah ini akan diperlihatkan hasil uji normalitas data, yaitu:

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Postpartum Primipara

	Karakteristik	f	%
Usia	< 20 tahun	5	5,6
	20 – 35 tahun	27	4,4
Pendidikan	SMP	4	12,5
	SMA	26	81,3
	PT	2	6,3
Pekerjaan	IRT	25	78,1
	Buruh Pabrik	5	15,6
	Pedagang	2	6,3

Selanjutnya pada tabel 2. hasil pengujian normalitas data dengan uji *Shapiro Wilk* (sampel < 50), dengan nilai signifikansi < 0,05 yaitu pada variabel usia, pendidikan, pekerjaan, pengeluaran produksi ASI sebelum dan setelah intervensi dinyatakan tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut, maka uji *paired t test* dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk melihat signifikansi perbedaan antara produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet.

**Tabel 2.** Hasil pengujian normalitas data dengan uji *Shapiro Wilk*

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Usia	,508	32	0,000	,438	32	0,000
Pendidikan	,432	32	0,000	,597	32	0,000
Pekerjaan	,467	32	0,000	,540	32	0,000
Produksi ASI sebelum intervensi	,297	32	0,000	,800	32	0,000
Produksi ASI setelah intervensi	,135	32	0,148	,930	32	0,039

**Tabel 3.** Perbedaan rerata produksi asi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

Produksi ASI dengan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet	<i>f</i>	<i>Mean</i>	<i>Standar Deviasi (SD)</i>	<i>Standar Error Mean</i>	<i>P-Value</i>
Sebelum intervensi	32	24,22	6,105	1,079	0,000
Setelah intervensi	32	95,47	15,881	2,807	

Berdasarkan tabel 3. diperoleh hasil bahwa rerata produksi ASI sebelum diberikan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet adalah 24,22 ml sedangkan setelah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet meningkat menjadi 95,47ml. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat kenaikan produksi ASI sebesar 71,25 ml setelah diberikan intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet. Hasil Uji-T dengan menggunakan uji *Wilcoxon* (data tidak berdistribusi normal) diperoleh nilai p-value sebesar  $0,000 < \alpha$  (0,05), sehingga dapat diambil kesimpulan jika ada perbedaan rata-rata secara signifikan pada produksi ASI sebelum dengan sesudah diberikan intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilaporkan bahwa terdapat perbedaan jumlah produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rerata secara statistik signifikan antara jumlah produksi ASI dari sebelum dan sesudah intervensi. Artinya bahwa pemberian kombinasi pijat oksitosin sangat efektif untuk dapat meningkatkan jumlah produksi ASI terutama pada ibu postpartum primipara yang biasanya mengalami keluhan pengeluaran ASI yang sedikit karena belum pernah menyusui sebelumnya.

Berdasarkan teori bahwa memberikan pijat pada bagian tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam ibu akan

memberikan rangsang pada *hipofise anterior* untuk memproduksi hormon prolaktin dan *hipofise posterior* untuk memproduksi hormon oksitosin, sehingga ASI secara otomatis dapat menjadi lebih lancar (SELASI, 2016). Sementara teknik marmet merupakan perpaduan antara pemijatan pada bagian sel-sel payudara-sel sel yang membuat ASI dan saluran ASI untuk dapat meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin sehingga aliran ASI menjadi pada saat memerah ASI. (Utami Roesli, 2009). Sehingga kombinasi dari kedua tindakan ini dapat meningkatkan lebih banyak produksi ASI khususnya ibu primipara.

Hal di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurdanti (2015) yang menemukan hasil bahwa terdapat hubungan pemberian pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI. Penyebabnya kerana pijat oksitosin adalah suatu tindakan yang dapat dilakukan pada ibu menyusui yaitu berupa pemijatan pada bagian punggung ibu untuk meningkatkan pengeluaran hormon oksitosin (Kurdanti et al., 2015). Pijat oksitosin dapat memberikan rasa nyaman kepada ibu sehingga juga dapat akan memberikan kenyamanan pada bayi saat diberikan ASI. Dengan adanya rasa nyaman tersebut maka akan secara fisiologis meningkatkan produksi hormon oksitosin karena sinyal yang dikirimkan ke otak sehingga hormon oksitosin dikeluarkan dan mengalir ke dalam darah, kemudian masuk ke dalam payudara ibu dan menyebabkan otot-otot pada sekitar alveoli berkontraksi dan membuat ASI mengalir di saluran ASI. Hormon oksitosin juga dapat memperlebar salurannya sehingga ASI dapat mengalir lebih mudah (Isnaini, 2018). Selain membuat ASI menjadi

lancar, pijat oksitosin juga dapat memberikan kenyamanan pada ibu postpartum, mengurangi bengkak (engorgement) pada payudara, mengurangi sumbatan pada saluran ASI, merangsang pelepasan hormon oksitosin dari hipofisis posterior, juga untuk mempertahankan produksi ASI pada payudara ketika ibu dan bayi sakit. Memberikan kenyamanan pada ibu selama pemijatan merupakan syarat untuk keberhasilan pijat oksitosin (F. T. Wulandari et al., 2016). Ibu postpartum primipara yang telah diberikan pijat oksitosin juga dapat merasakan kondisi lebih rileks, nyaman dan mengurangi rasa lelah yang dialaminya di minggu pertama kelahiran bayi (Maita, 2016).

Petugas kesehatan terutama bidan baik di praktik Bidan Mandiri ataupun di Rumah Sakit hendaknya dapat memberikan intervensi pijat oksitosin dan teknik marmet sebagai salah satu upaya untuk mencegah terjadinya keluhan pengeluaran ASI yang sedikit pada ibu postpartum, sehingga produksi ASI dapat berjalan lancar (Hanum et al., 2015). Bidan juga dapat memberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman ibu maupun keluarga tentang bagaimana cara melakukan pijat oksitosin dan teknik marmet serta memberikan bimbingan kepada keluarga untuk dapat melakukan pijat oksitosin sendiri kepada ibu. Sehingga produksi ASI ibu dapat tetap meningkat meskipun ibu sedang berada di rumah tanpa harus datang ke tempat pelayanan bidan, karena keluarga sudah dapat melakukan sendiri pijat oksitosin kepada ibu postpartum tersebut (Asih, 2018).

Efektifitas dari pemberian intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet akan memberikan manfaat yang signifikan untuk mengatasi masalah menyusui yang muncul pada minggu pertama setelah kelahiran seperti mencegah terjadinya sumbatan pada puting susu, pengeluaran ASI tidak yang lancar, ASI yang belum keluar sehingga menyebabkan ibu memutuskan untuk memberikan susu formula kepada bayinya dapat atasi sehingga diharapkan dapat meningkatkan angka cakupan pemberian ASI pada satu jam pertama kelahiran bahkan dapat memenuhi pemberian ASI Eksklusif (Puspita et al., 2019). Selain memperlancar ASI dan mengatasi masalah menyusui pada ibu postpartum teknik pijat marmet juga dapat memberikan dampak kepada bayi diantaranya yaitu bayi merasa tenang pada saat menyusui, tidak rewel dan

tidurnya menjadi nyenyak setelah menyusui (Widiastuti et al., 2015).

Pijat Oksitosin juga dapat menjadikan ibu postpartum primipara merasa lebih rileks dan nyaman pada saat menyusui serta ,menghilangkan stress. Sehingga dapat serta dapat mengurangi keluhan-keluhan menyusui yang sering dialami pada masa postpartum (Pertami et al., 2020). Sementara teknik marmet juga sangat dianjurkan pada ibu primipara yang mengalami masalah dalam kelancaran ASI dapat mengurangi takut terhadap pemenuhan kebutuhan ASI pada bayi saat 6 bulan pertama (Pujiati et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut diatas maka peneliti berasumsi bahwa pemberian kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet dapat dijadikan sebagai solusi terbaik untuk dapat mengatasi masalah atau keluhan menyusui dan pengeluaran ASI sedikit yang sering terjadi pada minggu pertama postpartum khususnya ibu primipara sehingga pengeluaran ASI dapat menjadi lancar dan bayi juga bisa mendapatkan ASI Eksklusif secara dini sejak awal kelahiran.

Penelitian ini mempunyai keterbatasan karena yaitu jumlah sampel masih sangat sedikit, sebaiknya untuk peneliti selanjutnya dapat lebih memperluas wilayah penelitian sehingga data yang di dapatkan bisa lebih banyak dan juga bisa dapat menambah intervensi lain yang diberikan sehingga bisa dilihat lebih jelas perbedaan antara intervensi tersebut terhadap pengeluaran ASI.

## Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari penelitian ini yaitu bahwa terdapat perbedaan produksi ASI ibu antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Intervensi kombinasi intervensi kombinasi pijat oksitosin dan teknik marmet tidak hanya dapat merangsang pengeluaran hormon oksitosin untuk memproduksi ASI tetapi juga dapat membuat ibu menjadi merasa lebih rileks dan nyaman pada saat menyusui serta mencegah terjadi sumbatan ASI pada puting susu ibu.

## Deklarasi Konflik Kepentingan

Tidak ada masalah atau konflik baik diantara penulis maupun pihak lain yang terlibat dalam penelitian ataupun manuskrip hasil penelitian ini.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami kepada pihak LPPM Universitas Bhakti Kencana yang telah memberikan dukungan maupun biaya untuk pelaksanaan penelitian. Kepada semua Bidan Praktik Mandiri yang telah bersedia memfasilitasi antara peneliti dan responden selama kegiatan penelitian berlangsung. Dan yang terakhir kami ucapkan terima kasih kepada tim peneliti dan semua pihak yang telah ikut berkontribusi dalam memberikan bantuan pada proses pelaksanaan penelitian ini.

## Daftar Rujukan

- Asih, Y. (2018). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu nifas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 209–214.
- Bustami, B., & Ampera, M. (2020). The identification of modeling causes of stunting children aged 2–5 years in Aceh province, Indonesia (Data analysis of nutritional status monitoring 2015). *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(E), 657–663.
- Hanum, S. M. F., Purwanti, Y., & Khumairoh, I. R. (2015). Efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi asi. *Jurnal Kebidanan Midwifera*, 1(1), 1–7.
- Isnaini, N. (2018). Hubungan pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran asi di Wilayah Kerja Puskesmas Raja Basa Indah Bandar Lampung tahun 2015. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 1(2).
- Kemendes RI. (2021). *Rencana aksi kegiatan gizi kesehatan ibu dan anak*. Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak. [https://e-renggar.kemdes.go.id/file\\_performance/1-465909-02-4tahunan-983.pdf](https://e-renggar.kemdes.go.id/file_performance/1-465909-02-4tahunan-983.pdf)
- Kemendes RI. (2022). Profil kesehatan indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemendes.Go.Id*.
- Kurdanti, W., Suryani, I., Syamsiatun, N. H., Siwi, L. P., Adityanti, M. M., Mustikaningsih, D., & Sholihah, K. I. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 11(4), 179–190.
- Kusumastuti, A., Khoiron, A. M., & Achmadi, T. A. (2020). *Metode penelitian kuantitatif*. Deepublish.
- Maita, L. (2016). Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI. *Jurnal Penelitian Kesehatan" Suara Forikes"(Journal of Health Research" Forikes Voice"*), 7(3), 173–175.
- PD IBI Jabar. (2021). *Modul tatalaksana dan konseling menyusui bagi bidan*. PD IBI Jawa Barat.
- Pertami, S. B., Budiono, B., & Rahmawati, I. (2020). Optimizing the endorphin and oxytocin massage to increase breast milk production among postpartum mother in Indonesia. *Nurseline Journal*, 5(1), 214–219.
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Ramadinta, R. A. (2021). Teknik marmet terhadap kelancaran asi pada ibu post partum. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 11(2), 78–85.
- Puspita, L., Umar, M. Y., & Wardani, P. K. (2019). Pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran asi pada ibu post partum. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(1), 87–92.
- Roesli, U. (2000). *Mengenal ASI eksklusif*. Niaga Swadaya.
- SELASI. (2016). *Buku panduan peserta pelatihan konseling menyusui modul 40 jam WHO/UNICEF*. Sentra Laktasi Indonesia.
- SJMJ, S. A. S., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2020). Hubungan pemberian ASI eksklusif dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 448–455.
- Utami Roesli. (2009). *Panduan praktis menyusui*. pustaka bunda.
- Widiastuti, A., Arifah, S., & Rachmawati, W. R. (2015). Pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran air susu ibu dan kenaikan berat badan bayi. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 9(4), 315–319.
- Wulandari, F. T., Aminin, F., & Dewi, U. (2016). Pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu post partum di Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi Kepulauan Riau. *Jurnal Kesehatan*, 5(2).
- Wulandari, R., Nainggolan, R., Harahap, R. Y., & Harahap, I. F. (2022). The effectiveness of oxytoxin massage towards increasing breast milk production in Aek Haruaya Village, Portibi District. *International Journal of Public Health Excellence (IJPHE)*, 1(2), 174–178.