

**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT MELALUI PROGRAM
EDUKASI PERSIAPAN MENG-ASI-HI PADA IBU HAMIL
DI DESA TRI DHARMA WIRAJAYA
TULANG BAWANG**

Astriana¹, Susilawati^{2*}, Descha Anita Natalia³

Universitas Malahayati Program Studi Profesi Kebidanan

*Korespondensi email:susilawati@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan Masih banyak ibu yang memberikan makanan tambahan pengganti ASI yaitu Susu formula kepada bayi yang berumur kurang dari empat bulan. Berdasarkan data diketahui bahwa sebanyak 30,7% bayi < 6 bulan tidak diberikan ASI eksklusif, dimana tertinggi di Kabupaten Pringsewu sebesar 46,3% dan terendah di Tulang bawng sebesar 18,3% sedangkan Kabupaten Lampung Timur sebesar 26,5%. Tujuan : untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai persiapan mneg- ASI-Hi

Metode: penyuluhan dengan ceramah, diskusi dan demosntrasi. Peserta sebanyak 4 ibu hamil. Media yang di berikan adalah leaflet.

Hasil Kegiatan di lakukan di salah satu rumah warga dengan 4 ibu hamil. Pelaksanaan di lakukan selama kurang lebih 90 menit. Pelaksanaan kegiatan di lakukan dengan langkah - langkah yang sudah di susun pada SAP sebelumnya. Pelaksanaan di lakukan secara hikmat, rangkaian persiapan sudah di sediakan seperti media leaflet untuk di bagikan kepaa ibu hamil.

Kesimpulan : Hasil intervensi penyuluhan mengenai program Meng-ASI-Hi pada ibu hamil di dapatkan hasil yang baik dimana ibu hamil dapat menjawab pertanyaan yang di berikan mengenai ASI, menyusui, pijat oxitosin, dan perawatan payudara. Selain itu ibu hamil terlihat senang dan berjanji dan berniat akan memberikan Asi secara eklusif.

Kata Kunci :ASI, persiapan, ibu hamil

ABSTRACT

Introduction There are still many mothers who provide complementary foods to replace breast milk Susu formula for babies who are less than four months old. Based on the data, it is known that 30.7% of infants < 6 months were not exclusively breastfed, where the highest was in Pringsewu Regency at 46.3% and the lowest was in Tulang Bawng at 18.3% while East Lampung Regency was 26.5%.

Purpose: to increase knowledge of pregnant women about preparation for breastfeeding-Hi.

Methods: counseling with lectures, discussions and demonstrations. Participants were 4 pregnant women. The media provided is a leaflet.

Result The activity was carried out in a resident's house with 4 pregnant women. Implementation is carried out for approximately 90 minutes. The implementation of activities is carried out with the steps that have been compiled in the previous SAP. The implementation is done wisely, a series of

preparations have been provided such as media leaflets to be distributed to pregnant women.

Conclusion: The results of the intervention regarding the Meng-ASI-Hi program in pregnant women obtained good results where pregnant women were able to answer questions given about breastfeeding, breastfeeding, oxytocin massage, and breast care. In addition, pregnant women are happy and promise to provide exclusive breastfeeding.

Keywords: ASI, preparation, pregnant women

1. PENDAHULUAN

Kenyataannya, praktek pemberian MP-ASI dini sebelum usia enam bulan masih banyak dilakukan di Negara berkembang seperti Indonesia. Hal ini akan berdampak terhadap kejadian infeksi yang tinggi seperti diare, infeksi saluran napas, alergi hingga gangguan pertumbuhan dan perkembangan bayi dan anak yang apabila tidak diatasi secara dini akan berlanjut hingga dewasa (Mufida, 2015).

Masih banyak ibu yang memberikan makanan tambahan pengganti ASI Susu formula kepada bayi yang berumur kurang dari empat bulan. Pemberian Susu formula terlalu dini mempunyai resiko kontaminasi yang sangat tinggi, yaitu terjadinya gastroenteritis yang sangat berbahaya bagi bayi dan dapat mengurangi produksi ASI lantaran bayi jarang menyusui (Afriyani, 2016).

Sementara itu, data yang dikeluarkan oleh Dinkes Provinsi Lampung bahwa pemberian Susu formula , pada tahun 2016 sebesar 69,95%, tahun 2017 menurun menjadi sebesar 40,6% dan tahun 2018 sebesar 20,0%. Kota Bandar Lampung bayi yang telah mendapatkan makanan pendamping ASI Susu formula secara dini mengalami peningkatan dimana pada tahun 2017 sebesar 35,8% dan di tahun 2018 menjadi sebesar 59,0% (Profil Lampung, 2019). Tahun 2019 pencapaian ASI eksklusif kembali naik menjadi sebesar 69,3% artinya terjadi penurunan pemberian MP ASI menjadi sebesar 30,7% (Dinkes Provinsi Lampung, 2020) Berdasarkan data diketahui bahwa sebanyak 30,7% bayi < 6 bulan tidak diberikan ASI eksklusif, dimana tertinggi di Kabupaten Pringsewu sebesar 46,3% dan terendah di Tulang bawngag sebesar 18,3% sedangkan Kabupaten Lampung Timur sebesar 26,5%.

Kuliah Kerja Lapangan Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (KKL-PPM) merupakan Metode pelaksanaan secara terpadu dan saling mendukung ini juga diterjemahkan ke dalam metode pelaksanaan mata kuliah Kuliah Kerja Lapangan Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat. Mata kuliah ini ditujukan untuk menjadi result kompetensi ahli kesehatan masyarakat, maka secara nyata pembelajaran tersebut dilaksanakan di lapangan setelah mahasiswa menyelesaikan sebagian besar beban studi, yang artinya hampir semua hal konsep dan teori tentang kesehatan masyarakat telah diperolehnya dalam masa studi tersebut, sehingga mahasiswa menjadi patut dan layak melaksanakan praktek di lapangan secara profesional.

Pengabdian kepada masyarakat merupakan pelaksanaan pengamalan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni budaya langsung pada masyarakat secara kelembagaan melalui metodologi ilmiah sebagai penyebaran Tri Dharma

Perguruan Tinggi serta tanggung jawab yang luhur dalam usaha mengembangkan kemampuan masyarakat, sehingga dapat mempercepat laju pertumbuhan tercapainya tujuan pembangunan nasional.

Dalam upaya meningkatkan pemberian ASI Eksklusif pada bayi maka di lakukan pengabdian kepada masyarakat khususnya ibu hamil mengenai persiapan Meng- Asi - Hi .

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Terdapat 15 ibu yang memiliki bayi usia 3 - 6 bulan diketahui sebanyak 4 (26,7%) ibu mengatakan hanya memberikan ASI eksklusif saja dan belum pernah memberikan makanan tambahan. Sebanyak 11 (73,3%) ibu sudah memberikan MP-ASI seperti susu formula, biskuit di remukkan atau di haluskan menggunakan susu formula, bubur yang dihaluskan, buah pisang yang di lumatkan. Dari data tersebut terlihat masih didapatkan praktek pemberian MP-ASI secara dini. Menurut salah seorang petugas kesehatan, pemberian susu formula sebagian besar diberikan pada umur 4 bulan. Alasan pemberiannya juga bermacam-macam seperti ibu bekerja, ketelatenan ibu memberikan ASI, ASI tidak keluar dan lain- lain. beberapa faktor terkait pemberian MP-ASI dini yaitu dari 15 ibu yang diwawancarai sebagian besar tidak mengetahui tentang waktu yang tepat dalam pemberian susu formula. Bagaimana Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Program Edukasi Persiapan Meng-Asi-Hi Pada Ibu Hamil Di Desa Tri Dharma Wirajaya Tulang Bawang

3. KAJIAN PUSTAKA

A. Menyusui

1. Definisi Menyusui

Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. Bayi menggunakan refleks menghisap untuk mendapatkan dan menelan susu. Menyusui merupakan suatu upaya sederhana dan alamiah seorang ibu kepada bayinya dalam proses pemberian makanan yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat serta berpengaruh terhadap biologis dan kejiwaan ibu dan anak (Marliandiani, 2014).

2. Manfaat dan Kerugian Menyusui

Manfaat Menyusui dengan Benar, adalah sebagai berikut :

- a. Puting tidak lecet
 - b. Bayi merasa puas dan nyaman karna perlekatan menyusu pada bayi kuat.
 - c. Bayi menjadi tenang
 - d. Bayi tidak gumoh atau muntah
 - e. Nutrisi pada bayi tercukupi
- Kerugian Menyusui Tidak Benar, adalah :
- 1) Puting menjadi lecet
 - 2) ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI
 - 3) Bayi enggan menyusu
 - 4) Perut bayi kembung

3. Teknik menyusui yang benar :
Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perletakan dan posisi ibu dan bayi yang benar, dengan tujuan untuk merangsang produksi susu dan memperkuat reflek menghisap bayi.

Langkah-langkah perlekatan/ menyusui yang benar menurut Marliandiani (2015) adalah sebagai berikut:

1. Cuci tangan sebelum menyusui.
2. Ibu duduk atau berbaring dengan santai (bila duduk lebih baik menggunakan kursi yang rendah agar kaki ibu tidak menggantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi).
3. Mempersilahkan dan membantu ibu membuka pakaian bagian atas.
4. Sebelum menyusui bersihkan puting sampai aerola dengan kapas dibasahi air hangat (DTT) lalu ASI dikeluarkan sedikit, kemudian dioleskan pada puting dan sekitar aerola payudara (cara ini mempunyai manfaat sebagai desinfektan dan menjaga kelembapan puting susu).
5. Jelaskan pada ibu bagaimana teknik memegang bayinya:
 - a. Kepala dan badan bayi berada pada satu garis.
 - b. Perut bayi menempel pada perut ibu dengan meletakkan satu tangan bayi dibelakang badan ibu dan yang satu di depan.
 - c. Muka bayi menghadap payudara, sedangkan hidungnya ke arah puting susu.
 - d. Ibu harus memegang bayinya berdekatan dengan ibu.
 - e. Untuk Bayi Baru Lahir (BBL) , ibu harus menopang badan bayi bagian belakang, disamping kepala dan bahu.

B. Perawatan Payudara

Menurut Ronald H.S (2011) perawatan payudara merupakan salah satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai persiapan untuk menyusui nantinya. Hal ini disebabkan oleh karena payudara merupakan organ esensial penghasil ASI, yaitu makanan pokok bayi baru lahir sehingga perawatannya harus dilakukan sedini mungkin.

Perawatan payudara adalah usaha untuk memperlancar aliran ASI, dan mencegah masalah-masalah yang mungkin muncul pada saat menyusui seperti puting nyeri atau lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat. Perawatan payudara tidak hanya dilakukan sebelum melahirkan tetapi juga dilakukan setelah melahirkan.

Menurut Ronald H.S (2011) bahwa salah satu upaya agar produksi ASI pada saat menyusui lancar, ibu menyusui dianjurkan untuk merawat payudara dengan teknik yang benar. Teknik perawatan payudara ibu hamil terdiri atas dua tahap, yaitu pemeriksaan payudara dan persiapan puting susu.

Didalam memberikan ASI pada bayi terkadang harus memperhatikan kebersihan dan perawatan payudara. Hal ini sangat menentukan dalam kelancaran ASI. Sebelum membersihkan dan merawat payudara pada saat akan menyusui ibu primipara harus dibekali dengan pengetahuan tentang teknik perawatan payudara yang benar. Agar terhindar dari kebiasaan yang salah yang umumnya diperoleh dari keluarga ataupun teman.

C. Pijat oksitosin
a. Pengertian

Pijat oksitosin adalah pemijatan pada sepanjang kedua sisi tulang belakang. Pijatan ini dilakukan untuk merangsang reflex oksitosin atau reflex pengeluaran ASI. Ibu yang menerima pijat oksitosin akan merasa lebih rileks (F.B. Monika, 2014).

Pijat oksitosin merupakan salah satu tujuan perawatan payudara bagi ibu menyusui setelah melahirkan yakni agar dapat memberikan ASI secara maksimal pada buah hatinya. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitosin. Saat terjadi stimulasi hormon oksitosin, sel-sel alveoli di kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu ibu keluar lalu mengalir dalam saluran kecil payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting dan masuk ke mulut bayi.

Menstimulasi reflex oksitosin penting dalam menyusui atau memberikan ASI sebelum ASI diperah atau menggunakan pompa. Reflex oksitosin membuat aliran ASI dari payudara menjadi lancar, sehingga menyusui semakin lancar dan mengurangi bendung saluran ASI. Faktor yang dapat meningkatkan reflex oksitosin adalah melihat bayi, mendengar suara bayi, mencium bayi serta memikirkan untuk menyusui, sedangkan hal yang menghambat di antaranya adalah stress karena takut atau cemas (F.B. Monika, 2014). Selain memberikan kenyamanan pada ibu dan merangsang reflex oksitosin, pijat oksitosin juga memiliki manfaat lain, yaitu sebagai berikut:

1. Mengurangi pembengkakan payudara (*engorgement*).
2. Mengurangi sumbatan ASI (*plugged/milk duct*).
3. Membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit.

Berikut ini langkah-langkah melakukan pijat oksitosin Untuk ibu:

- a. Bantu ibu secara psikologis
- b. Bangkitkan rasa percaya diri.
- c. Coba mengurangi sumber rasa sakit atau rasa takut.
- d. Bantu ibu untuk mempunyai pikiran dan perasaan baik tentang bayinya.
- e. Duduklah dengan rasa nyaman sambil bersandar ke depan, bisa dengan cara melipat lengan di atas meja.
- f. Letakan kepala di atas lengan.
- g. Lepas *bra* dan baju bagian atas. Biarkan payudara tergantung lepas.

Untuk pemijat :

- a. Lumuri kedua tangan dengan sedikit baby oil.
- b. Kepalkan kedua tangan dengan ibu jari menunjuk ke depan dimulai dari bagian tulang yang menonjol di tengkuk, turun sedikit kebawah kira-kira dua ruas jari dan gesser ke kanan ke kiri. Setiap kepalan tangan sekitar dua ruas jari.
- c. Dengan menggunakan kedua ibu jari, mulailah memijat membentuk gerakan melingkar kecil menuju tulang belikat atau daerah di bagian batas bawah bra ibu.

- d. Lakukan pijat ini sekitar 3 menit dan dapat diulangi sebanyak 3 kali.
- e. Setelah selesai memijat sambil membersihkan sisa baby oil, kompres pundak- punggung ibu dengan handuk hangat (F.B. Monika, 2014).

4. METODE

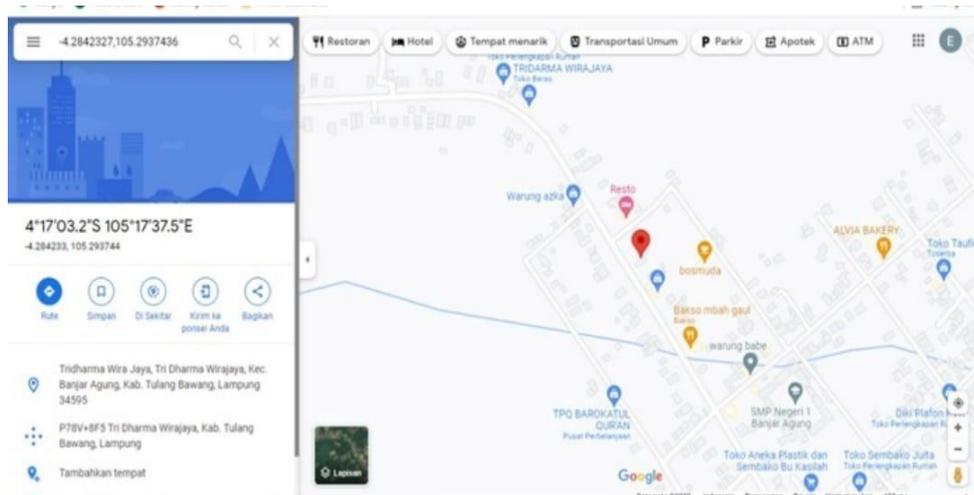
Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Tridarma Wirajaya, RT 1 RW 2 kec Banjar agung kab tulang bawang, kegiatan di lakukan pada 4 ibu hamil, kegiatan menggunakan metode ceramah dan menggunakan media leaflet. kegiatan ini di lakukan di salah satu rumah warga untuk di berikan pendidikan kesehatan dan demonstrasi mengenai perawatan payudara an teknik pijat oksitosin langsung. Adapun rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat, dimulai dari analisis kebutuhan pendidikan kesehatan yaitu SAP, media leaflet. Dalam menentukan desain strategi penyuluhan di lakukan informed consent, memberikan ceramah mengenai menyusui, kemudian melakukan diskusi tanya jawab, melakukan demonstrasi pijat oksitosin dan melakukan evaluasi tanya jawab.

Adapun metode pelaksanaan program penelitian dan pengabdian masyarakat ini, yaitu dimulai dari langkah berikut :

1. Melakukan koordinasi dengan pihak terkait
2. Melakukan sosialisasi awal kegiatan pengabdian masyarakat
3. Melakukan persiapan pelaksanaan penyuluhan
4. Melaksanakan penyuluhan sesuai protokol kesehatan covid-19
5. Melakukan penyusunan laporan kegiatan dan menyusun publikasi pada media masa cetak
6. Menyerahkan laporan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

5. HASIL PENELITIAN

A. Lokasi



B. Hasil

Kegiatan di lakukan di salah satu rumah warga dengan 4 ibu hamil. Pelaksanaan di lakukan selama kurang lebih 90 menit. Pelaksanaan kegiatan di lakukan dengan langkah - langkah yang sudah di susun pada

SAP sebelumnya. Pelaksanaan di lakukan secara hikmat, rangkaian persiapan sudah di sediakan seperti media leaflet untuk di bagikan kepada ibu hamil.

Kegiatan yang di lakukan yaitu : Memberikan penyuluhan mengenai Asi, dengan menggambarkan manfaat yang di dapatkan jika bayi di berikan ASI. Manfaat pada bayi dan ibu serta kandungan dari ASI yang harus di dapatkan oleh bayi. Menjelaskan makanan terbaik bagi bayi adalah ASI. Memberikan motivasi kepada ibu hamil mengenai pemberian ASI adalah makanan terbaik dan ibu harus semangat dalam memberikan ASI karena pemberian Asi tidak mudah di lakukan . pemberian ASI membutuhkan banyak perjuangan dan melawan masalah - masalah yang akan timbul saat pemberian ASI seperti Payudara bengkak, puting susu lecet dan lain sebagainya. Memberikan dukungan kepada ibu bahwa pemberian ASI tanpa makanan tambahan apapun kecuali vitamin dan obat harus di konsistenkan tidak memberikan makanan tambahan apapun selama bayi belum berusia 6 bulan. Hasil yang di dapatkan bahwa ibu hamil memahami semua yang di berikan di tandai dengan ibu dapat menyampaikan manfaat ASI.

Setelah itu di lakukan penyuluhan mengenai perawatan payudara hasil penyuluhan perawatan payudara di dapatkan bahwa perawatan payudara dapat di lakukan sejak dini, sebagai salah satu upaya dalam merawat payudara mempersiapkan payudara ibu dalam melakukan pemberian ASI pada bayi. Membersihkan puting susu dengan baby oil , melakukan kompres hangat dan dingin dengan tujuan membersihkan puting susu dan merangsang payudara dalam memproduksi payudara. Perawatan payudara dapat di lakukan saat ini hingga ibu dalam proses menyusui sebagai salah satu upaya dalam mempertahankan produksi ASI ibu. Hasil intervensi di dapatkan bahwa ibu hamil dapat menjawab mengenai perawatan payudara dengan baik.

Tahapan selanjutnya mlakukan Penyuluhan mengenai Oxitosin di berikan oleh tenaga kesehatan sebagai upaya dalam meningkatkan produksi ASI selama ibu dalam proses menyusui. Oxitosin dapat di lakukan dirumah bersama suami sebagai terapi terus menerus agar produksi ASI meningkat dan bayi mendapatkan cukup ASI. Hasil yang di dapatkan setelah di berikan mengenai pijat oxitosin , ibu senang dan melakukan pijat oxitosin bergantian dengan teman sesama ibu hamil serta dapat melakukan dengan urutan yang baik sesuai dengan SOP.

C. Pembahasan

1. Penyuluhan ASI

Memberikan penyuluhan mengenai Asi, dengan menggambarkan manfaat yang di dapatkan jika bayi di berikan ASI. Manfaat pada bayi dan ibu serta kandungan dari ASI yang harus di dapatkan oleh bayi. Menjelaskan makanan terbaik bagi bayi adalah ASI. Memberikan motivasi kepada ibu hamil mengenai pemberian ASI adalah makanan terbaik dan ibu harus semangat dalam memberikan ASI karena pemberian Asi tidak mudah di lakukan . pemberian ASI membutuhkan banyak perjuangan dan melawan masalah - masalah yang akan timbul saat pemberian ASI seperti Payudara bengkak, puting susu lecet dan

lain sebagainya. Memberikan dukungan kepada ibu bahwa pemberian ASI tanpa makanan tambahan apapun kecuali vitamin dan obat harus di konsistenkan tidak memberikan makanan tambahan apapun selama bayi belum berusia 6 bulan. Hasil yang di dapatkan bahwa ibu hamil memahami semua yang di berikan di tandai dengan ibu dapat menyampaikan manfaat ASI.

2. Penyuluhan Oxitosin

Penyuluhan mengenai Oxitosin di berikan oleh tenaga kesehatan sebagai upaya dalam meningkatkan produksi ASI selama ibu dalam proses menyusui. Oxitosin dapat di lakukan dirumah bersama suami sebagai terapi terus menerus agar produksi ASI meningkat dan bayi mendapatkan cukup ASI. Hasil yang di dapatkan setelah di berikan mengenai pijat oksitosin , ibu senang dan melakukan pijat oksitosin bergantian dengan teman sesama ibu hamil serta dapat melakukan dengan urutan yang baik sesuai dengan SOP.

3. Penyuluhan perawatan payudara

Hasil penyuluhan perawatan payudara di dapatkan bahwa perawatan payudara dapat di lakukan sejak dini, sebagai salah satu upaya dalam merawat payudara mempersiapkan payudara ibu dalam melakukan pemberian ASI pada bayi. Membersihkan puting susu dengan baby oil , melakukan kompres hangat dan dingin dengan tujuan membersihkan puting susu dan merangsang payudara dalam memproduksi payudara. Perawatan payudara dapat di lakukan saat ini hingga ibu dalam proses menyusui sebagai salah satu upaya dalam mempertahankan produksi ASI ibu. Hasil intervensi di dapatkan bahwa ibu hamil dapat menjawab mengenai perawatan payudara dengan baik.

D. Foto hasil



6. KESIMPULAN

Hasil intervensi penyuluhan mengenai program Meng-ASI-Hi pada ibu hamil di dapatkan hasil yang baik dimana ibu hamil dapat menjawab pertanyaan yang di berikan mengenai ASI, menyusui, pijat oksitosin, dan perawatan payudara. Selain itu ibu hamil terlihat senang dan berjanji dan berniat akan memberikan Asi secara eksklusif. Dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pemberian ASI pada bayi tenaga kesehatan di harapkan dapat melakukan

upaya penyuluhan secara berkala pada ibu hamil mengenai persiapan menyusui atau meng-ASI- Hi

7. DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, R., Halisa, S., & Rolina, H. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pemberian MP-ASI pada bayi usia 0-6 bulan di BPM Nurtila Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 260-265.
- Ai Y. Asuhan Kebidanan pada Ibu masa Nifas. pertama. jakarta timur: CV. Trans Info Media; 2018.
- Astutik, (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Jakarta : Trans Infomedia
- Bahiyatun, Monica Ester (2009). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Jakarta : EGC
- Elisabeth S. Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. kedua. yogyakarta: Pustaka Baru Pres; 2017.
- Heryani, Reni. (2012). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui. Jakarta : Trans Info Media
- Maritalia. (2014). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Marliandiani. Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui. Pertama. Tri U, editor. Jakarta: salemba medika; 2015
- Marmi, J. (2013). Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. *Yogyakarta: Pustaka Belajar*
- Maryunani Anik. Asuhan Kegawatdaruratan dalam Kebidanan. Kedua. Ari M, editor. Jakarta: CV. Trans Info Media; 2016.
- Maryunani Anik. Manajemen Kebidanan Terlengkap. Pertama. Ari M, editor. jakarta timur: CV. Trans Info Media; 2016
- Mubarak WI. Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. (2015). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Untuk Bayi 6-24 Bulan: Kajian Pustaka [In Press September 2015]. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 3(4).
- Muslimah, A., Laili, F., & Saidah, H. (2020). Pengaruh pemberian kombinasi perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu postpartum. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 87-94.
- Nurlina, W. O., Triharini, M., & Pradanie, R. (2021). Perbandingan Efektivitas Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara terhadap Peningkatan Produksi ASI: A Systematic Review. *Jurnal Keperawatan*, 13(4), 815-826.
- Nurliza, I. D. M. (2020). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN DAN BREAST CARE TERHADAP PRODUKSI ASI IBU NIFAS DI KLINIK UTAMA AR PASAR REBO. *JURNAL KESEHATAN DAN KEBIDANAN (JOURNAL OF HEALTH AND MIDWIFERY)*, 9(1), 1-10.
- Profil Kesehatan Indonesia 2020
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif. Jakarta 2012.
- Rahayuningsih, T., Mudigdo, A., & Murti, B. (2016). Effect of breast care and oxytocin massage on breast milk production: a study in Sukoharjo provincial hospital. *Journal of Maternal and Child Health*, 1(2), 101-109.

- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018.
- Roesli, (2013). *ASI Eksklusif*. Jakarta: Salemba Medika.
- Roesli. (2013). *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta : Pustaka Bunda
- Ronald H.S. (2011). *Pedoman dan Perawatan Kehamilan yang Sehat dan Menyenangkan*. Bandung : Nuansa Aulia.
- Syaifuddin, M.K. (2016). *Anatomi dan Fisiologi untuk Mahasiswa Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Yuliarti, Nurheti. (2013). *Keajaiban ASI : Makanan Terbaik untuk Kesehatan, Kecerdasan dan Kelincahan Si Kecil*. Yogyakarta : ANDI.
- Saleha. (2019). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sulistiawaty. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: ANDI; 2013.
- Walyani. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka barupress.
- Wijayanti, T., & Setiyaningsih, A. (2017). Perbedaan Metode Pijat Oksitosin Dan Breast Care Dalam Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 8(2).
- WHO. (2012). *Infans exclusively breastfed for the first 6 months of life*. Retrieved October 24, 2015, from <http://www.who.int/en>