

**PENERAPAN KOMBINASI PIJAT OKETANI DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP
PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN DI
DESA WANAJAYA CIBITUNG**

Neneng Julianti

Prodi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Medika Suherman

Email Korespondensi: julianti.neneng@gmail.com

Disubmit: 16 September 2025

Diterima: 10 Oktober 2025

Diterbitkan: 01 November 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i11.22670>

ABSTRAK

Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang tidak optimal merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami oleh ibu menyusui, khususnya pada masa post partum. Berdasarkan studi pendahuluan di Desa Wanajaya, Cibitung, Bekasi, diketahui bahwa belum ada penerapan metode Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin dalam praktik kebidanan untuk membantu mengatasi masalah menyusui serta meningkatkan produksi ASI. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan yang tepat pada ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan dalam penerapan kombinasi pijat Oketani dan pijat Oksitosin di Desa Wanajaya, Cibitung, Bekasi, tahun 2025. Metode ceramah media leaflet di Posyandu Desa Wanajaya Kabupaten Bekasi, yang jumlah respondennya 30 orang ibu menyusui 0-6 bulan. Hasil menunjukkan bahwa nilai total rata-rata untuk tingkat pengetahuan responden sebelum dilakukan edukasi sebesar 46,88% (Pengetahuan Kurang), setelah dilakukan edukasi kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI mengalami peningkatan pengetahuan responden nilai total rata-rata menjadi 93,77% (Pengetahuan Baik). Sedangkan skor total rata-rata untuk keterampilan sebelum dilakukan pendampingan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin sebesar 5,1 (keterampilan Kurang), setelah menjadi 9,3 (keterampilan Baik). Para ibu merasa terbantu dengan adanya informasi pengetahuan terkait kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin pada ibu menyusui. Penerapan kombinasi pijat Oketani dan pijat Oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI serta memperkuat pemahaman ibu menyusui mengenai teknik stimulasi laktasi. Intervensi ini layak dijadikan bagian dari praktik asuhan kebidanan di masyarakat.

Kata Kunci: Pijat Oketani, Pijat Oksitosin, Produksi ASI, Ibu Menyusui 0-6 bulan

ABSTRACT

Not optimal breast milk production is one of the problems often experienced by breastfeeding mothers, especially in the postpartum period. Based on a preliminary study in Wanajaya Village, Cibitung, Bekasi, it is known that there has been no application of Oketani Massage and Oxytocin Massage methods in obstetric practice to help overcome breastfeeding problems and increase breast

milk production. This Community Service (PkM) activity aims to increase breast milk production and increase the right knowledge and skills in breastfeeding mothers of babies aged 0-6 months in the application of a combination of Oketani massage and oxytocin massage in Wanajaya Village, Cibitung, Bekasi, in 2025. Leaflet media lecture method at Posyandu Wanajaya Village, Bekasi Regency, where the number of respondents was 30 breastfeeding mothers 0-6 months. The results showed that the average total value for the respondents' level of knowledge before education was 46,88% (Lack of Knowledge), after the combination of octane massage and oxytocin massage on breast milk production increased, the average total knowledge of respondents increased to 93,77% (Good Knowledge). Meanwhile, the average total score for skills before the combination of octane massage and oxytocin massage was 5,1 (Less skill), after becoming 9,3 (Good skill). The mothers felt helped by the knowledge information related to the combination of octamine massage and oxytocin massage in breastfeeding mothers. The application of the combination of Oketani massage and Oxytocin massage is effective in increasing breast milk production and strengthening breastfeeding mothers' understanding of lactation stimulation techniques. This intervention deserves to be part of the practice of midwifery care in the community.

Keywords: *Oketani Massage, Oxytocin Massage, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers 0-6 months*

1. PENDAHULUAN

Fenomena yang dialami oleh ibu yang melahirkan anak pertama sering kali meliputi kendala dalam menyusui akibat produksi ASI yang tidak lancar. Perawatan harus dimulai dalam satu jam setelah kelahiran dan dilakukan secara eksklusif selama enam bulan pertama (Unicef 2020). WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan (WHO 2023). Di Indonesia, perlindungan terhadap ASI eksklusif diatur dalam Peraturan Pemerintah No. 33 Tahun 2013, yang bertujuan untuk melindungi, mendukung, dan mempromosikan pemberian ASI eksklusif. Secara global, cakupan pemberian ASI eksklusif mencapai 66 %. (WHO 2023).

Di Asia Tenggara cakupan ASI eksklusif di India mencapai 46%, di Filipina 34%, di Vietnam 27%, dan di Myanmar 24% (Indonesia 2022). Sementara itu, secara nasional, cakupan ASI eksklusif untuk bayi berusia 0-6 bulan di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 66,1%, yang lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata global. (Profil Kesehatan Indonesia. 2022).

Berdasarkan data, tingkat pemberian ASI eksklusif di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2022, sehingga mencapai 77% (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020). Sementara itu, di Kabupaten Bekasi, cakupan ASI eksklusif pada tahun 2020 tercatat sebesar 65,5%. Dengan target cakupan ASI eksklusif untuk bayi usia 0-6 bulan sebesar 50%, Kabupaten Bekasi telah berhasil memenuhi target tersebut. (Profil Kesehatan Kabupaten Bekasi 2020).

Beberapa faktor yang menghambat pemberian ASI eksklusif meliputi rendahnya produksi ASI (32%), ibu yang bekerja (16%), keinginan untuk dianggap modern (4%), masalah pada puting susu (28%), pengaruh iklan susu formula (16%), serta faktor keluarga (4%) (P. K. P. J. Barat 2020). Oleh karena itu, dukungan dari keluarga, masyarakat, dan tenaga kesehatan

sangat penting untuk memastikan kelancaran pemberian ASI, sehingga dapat menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas. (Mayasari and Retno 2023).

Beberapa teknik pijatan yang dapat mendukung proses laktasi antara lain pijat Oketani dan pijat oksitosin. Pijat Oketani adalah metode pijat payudara yang dikembangkan di Jepang oleh Sotomi Oketani (Rosa, E. F., Martadinata, U. H., & Khairunnisa 2024). Menurutnya, menyusui tidak hanya memperkuat ikatan antara ibu dan anak, tetapi juga memberikan manfaat alami bagi kesehatan fisik dan mental keduanya. (N. Julianti 2024). Pijat Oketani berperan sebagai metode manajemen untuk mengatasi berbagai kendala dalam menyusui, seperti rendahnya produksi ASI, jumlah ASI yang tidak mencukupi, serta pembengkakan payudara (A. Julianti 2024). Pijat Oketani dapat membuat payudara lebih lunak, meningkatkan elastisitas areola sehingga menjadi lebih lentur dan berwarna merah muda, serta membuat *duktus lactiferous* dan puting lebih elastis serta berbentuk bulat (Halimatussakdiah, H., Dewi, A. F., & Anggraini 2023). Dengan demikian, seluruh payudara menjadi lebih *fleksibel* dan mampu memproduksi ASI berkualitas. (Marwati, Parellangi, and Syukur 2023).

Pijat oketani terdiri dari 8 teknik, yang mencakup 1 teknik pemerahan dan 7 teknik pemijatan untuk memisahkan kelenjar mammae (Wiryadi, F. C., Noviyani, E. P., & Nency 2024). Pijat ini dapat dilakukan dua kali sehari, pada pagi dan sore, selama 15 hingga 30 menit, atau dapat diterapkan pada kedua payudara selama 30 menit (Sari, V. P. U., & Syahda 2024). Pijat oketani dapat menjadi intervensi rutin untuk semua ibu nifas yang dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih (Aryani, Y., Alyensi, F., & Fathunikmah 2021). Serta mengajarkan dan memberikan edukasi mengenai pijat oketani kepada ibu nifas atau keluarganya agar mereka dapat melakukannya secara mandiri di rumah. (Halimatussakdiah, Lestari, and Hamidah 2023).

Pijat oksitosin memiliki beberapa manfaatnya antara lain mengurangi stres pada ibu nifas, meredakan nyeri di area tulang belakang, serta merangsang aktivitas hormon oksitosin (Anggraini, D., & Dilaruri 2022). Selain itu, pijatan ini juga membantu meningkatkan kenyamanan, melancarkan saluran ASI yang tersumbat, merangsang pelepasan hormon oksitosin, memperlancar produksi ASI, dan mempercepat proses involusi uterus. (Anggraini and Dilaruri 2022). Pijat oksitosin dilakukan dua kali sehari, yaitu pada pagi dan sore hari, dengan durasi 15 hingga 20 menit (Marwati, T., Susilowati, N., & Lestari 2023). Pijat ini tidak harus dilakukan oleh tenaga medis, karena suami atau anggota keluarga yang telah mendapatkan pelatihan juga bisa melakukannya (Hairunisyah, R., Fatimah, S., & Retnosari 2020). Kehadiran suami atau keluarga tidak hanya membantu dalam proses pijat, tetapi juga memberikan dukungan psikologis, meningkatkan rasa percaya diri ibu, dan mengurangi kecemasan, yang pada gilirannya dapat merangsang pelepasan hormon oksitosin. (Rosa, Martadinata, and Khairunnisa 2024).

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan sukses, dengan peserta menunjukkan antusiasme yang sangat baik. Setelah pelaksanaan pengabdian, peserta mampu memahami materi pelatihan pijat oksitosin dan oketani dalam meningkatkan produksi ASI, yang terlihat dari kemampuan mereka menjawab pertanyaan atau kuesioner yang telah dibagikan setelah evaluasi. Nilai rata-rata pretest tercatat sebesar 69,2%, sementara nilai rata-rata posttest mencapai 83%. Diharapkan setelah

mengikuti pengabdian masyarakat ini, peserta dapat memahami serta mempraktikkan pijat oksitosin dan pijat oketani untuk meningkatkan produksi ASI. (Machmudah and Nikmatul Khayati 2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Desa Wanajaya, Cibitung, Bekasi, belum terdapat penerapan Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin dalam asuhan kebidanan untuk ibu post partum untuk mengatasi masalah menyusui serta meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. PKM ini bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu yang menyusui bayi berusia 0-6 bulan di Desa Wanajaya, Cibitung, Bekasi, pada tahun 2025. PKM ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu sebelum dan setelah diberikan edukasi, serta untuk menilai keterampilan ibu sebelum dan setelah pendampingan dalam pelaksanaan pijat Oketani dan pijat Oksitosin. Lokasi PKM ini adalah Desa Wanajaya, Cibitung, Bekasi, dengan sasaran 30 ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan pada tahun 2025.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Desa Wanajaya, Cibitung, Bekasi, belum terdapat penerapan Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin dalam asuhan kebidanan untuk ibu post partum untuk mengatasi masalah menyusui serta meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Ibu menyusui sering mengalami kesulitan seperti kurangnya produksi ASI pada ibu menyusui sehingga dapat menyebabkan kesulitan dalam memberikan nutrisi yang cukup bagi bayi. Pijat oketani dan pijat oksitosin telah terbukti dapat meningkatkan produksi ASI, tetapi kedua pijat tersebut belum banyak dilakukan ataupun diteliti.

Rumusan Pertanyaan

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka rumusan pertanyaan dalam kegiatan pengabdian ini adalah

- 1) Apakah kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI pada Ibu menyusui?
- 2) Berapa besar peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui yang mendapatkan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin dibandingkan dengan ibu menyusui yang tidak mendapatkan intervensi?
- 3) Apakah kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin dapat meningkatkan kualitas ASI pada ibu menyusui?
- 4) Apa efek samping yang mungkin timbul dari kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin pada ibu menyusui?

3. KAJIAN PUSTAKA

a) Pijat Oketani

Salah satu pemijatan yang dilakukan pada daerah payudara adalah pijat Oketani. Pijat Oketani merupakan perawatan payudara yang unik dan pertama kali dipopulerkan oleh Sotomi Oketani dari Jepang dan sudah dilakukan di beberapa negara antara lain Korea, Jepang, dan Bangladesh. Pijat Oketani dapat merangsang kekuatan otot pektoralis sehingga dapat meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara lebih lembut dan elastis. Pijat Oketani dapat memberikan rasa nyaman dan menghilangkan

rasa nyeri pada ibu postpartum. Metode ini digunakan untuk melancarkan produksi ASI, memperbaiki bentuk payudara, dan mencegah masalah menyusui seperti bendungan ASI, mastitis, atau puting lecet.

b) Pijat Oksitosin

Pijat oksitosin adalah pijatan lembut yang dilakukan di sepanjang tulang belakang (vertebrae) hingga tulang rusuk kelima-keenam dan tulang belikat, dengan tujuan merangsang saraf sensorik sehingga meningkatkan produksi hormon **oksitosin** untuk membantu pengeluaran air susu ibu (ASI). Teknik ini biasanya dilakukan oleh tenaga kesehatan atau bisa juga dipelajari oleh suami/keluarga untuk membantu ibu.

c) Manfaat Kombinasi Pijat Oketani dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI

- 1) Meningkatkan Refleks Let-Down (Pengeluaran ASI)
 - a) Pijat oksitosin merangsang hormon oksitosin yang berperan penting dalam refleks pengeluaran ASI.
 - b) Pijat oketani membantu membuka sumbatan saluran susu sehingga ASI lebih mudah keluar.
- 2) Melancarkan Produksi ASI: Kombinasi keduanya meningkatkan stimulasi pada kelenjar payudara serta hormon prolaktin dan oksitosin, sehingga volume ASI bertambah.
- 3) Mencegah dan Mengatasi Bendungan ASI
 - a) Oketani efektif melonggarkan saluran susu yang tersumbat.
 - b) Oksitosin membantu aliran ASI lebih lancar saat menyusui atau memerah.
- 4) Mengurangi Risiko Mastitis dan Infeksi Payudara: Dengan saluran susu lancar, tidak ada penumpukan ASI yang bisa memicu peradangan.
- 5) Meningkatkan Kenyamanan dan Rasa Percaya Diri Ibu Menyusui
 - a) Oksitosin membuat ibu lebih rileks dan tenang.
 - b) Oketani mengurangi rasa nyeri, bengkak, dan membuat payudara terasa lebih ringan.
- 6) Meningkatkan Kualitas Menyusui Bayi
 - a) Bayi lebih mudah mengisap karena aliran ASI lancar.
 - b) Asupan ASI bayi meningkat, sehingga mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal.

d) Edukasi dan Pendampingan

Edukasi kesehatan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu menyusui tentang pentingnya produksi ASI. Namun, pengetahuan saja belum cukup, karena keterampilan praktik memerlukan pendampingan secara langsung. Pendampingan memberi kesempatan bagi suami/keluarga untuk mendapatkan bimbingan serta umpan balik saat melakukan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin sehingga keterampilan meningkat dan rasa percaya diri bertambah.

Pendampingan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan atau fasilitator memberikan kesempatan bagi suami/keluarga untuk belajar secara langsung, mencoba teknik dengan bimbingan, serta mendapatkan koreksi bila ada kesalahan. Proses ini memperkuat keterampilan sekaligus meningkatkan rasa percaya diri suami/keluarga dalam mengaplikasikan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin pada ibu menyusui.

Konteks ini sangat relevan dengan kondisi masyarakat di Desa Wanajaya, Kecamatan Cibitung, Kabupaten Bekasi, yang mayoritas terdiri dari keluarga muda. Minimnya akses terhadap terapi komplementer membuat edukasi dan pendampingan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin menjadi langkah strategis untuk meningkatkan produksi ASI sekaligus meningkatkan target ASI eksklusif di Desa Wanajaya Cibitung Bekasi tahun 2025.

Tabel 1. Riwayat PKM Sebelumnya yang Sudah Terpublikasi

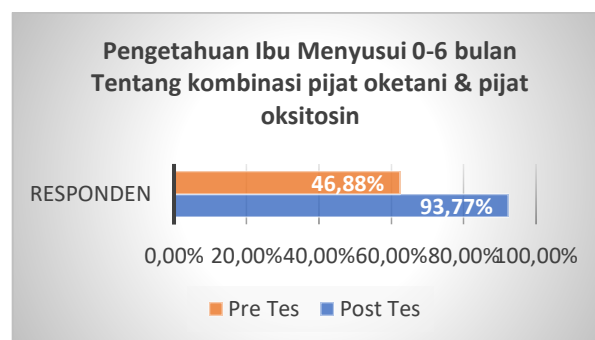
N o	Judul PKM	Sasaran	Lokasi	Tahun dan Link Publikasi
1	Sosialisasi pemeriksaan metode iva pada wanita usia subur (wus) untuk deteksi dini kanker serviks	Wanita Usia Subur	Di Desa Bantarjaya Pebayuran tahun 2021	2021 https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/6407
2	Sosialisasi penggunaan “jubis” (jus bit sehat) dalam mencegah anemia pada ibu hamil	Ibu Hamil	Di Desa Bantarjaya Pebayuran tahun 2022	2022 https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/9355
3	Penerapan metode speos (stimulasi pijat endorphen, oksitosin & sugestif) terhadap peningkatan produksi asi pada ibu menyusui 0 - 6 bulan	Ibu menyusui 0-6 bulan	Di Desa Bantarjaya Pebayuran tahun 2022	2022 https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/13033
4	Penerapan terapi <i>akupresure</i> terhadap produksi asi pada ibu menyusui 0-6 bulan	Ibu menyusui 0-6 bulan	Di Desa Bantarjaya Pebayuran tahun 2023	2023 https://journal.ummat.ac.id/journals/9/articles/16669/public/16669-59990-1-PB.pdf
5	Sosialisasi pemeriksaan payudara dengan (sadari) sebagai langkah awal pencegahan kanker payudara pada wanita usia subur	Wanita Usia Subur	Di Desa Wanajaya Cibitung Bekasi tahun 2024	2024 http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JPF/article/download/4486/520522596

4. METODE

- 1) Metode edukasi dan pendampingan dengan metode ceramah dan pendampingan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin dengan menggunakan media poster/leaflet.
- 2) Waktu Pelaksanaan : Selasa, 24 Juni 2025
Waktu Observasi : 1 minggu
Evaluasi : Sabtu, 05 Juli 2025
- 3) Tempat : Posyandu Desa Wanajaya Kabupaten Bekasi
- 4) Jumlah Responden : 30 orang (ibu menyusui 0-6 bulan)
- 5) Indikator Keberhasilan : Peningkatan pengetahuan ibu menyusui 0-6 bulan, Peningkatan keterampilan dalam melakukan pijat oketani dan pijat oksitosin, Peningkatan produksi ASI.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Desa Wanajaya, Cibitung, Bekasi, menunjukkan hasil yang baik.



Gambar 1. Diagram Pre Tes dan Post Test

Berdasarkan tabel diatas Menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan dari 30 responden memiliki hasil pre tes pengetahuan tentang kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin dalam kategori kurang baik (46,88 %), sesudah dilakukan penyuluhan dan implementasi penerapan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin maka hasil post tes dari 30 responden terdapat peningkatan pengetahuan / pemahaman sebanyak 93,77 % dalam kategori baik tentang pemanfaatan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin. Sehingga persentase mengalami peningkatan pengetahuan/pemahaman sebesar 46,88 %.

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa skor total rata-rata untuk keterampilan responden sebelum dilakukan pendampingan adalah sebesar 5,1 (keterampilan Kurang), setelah dilakukan pendampingan akupresur keterampilan responden skor total rata-rata menjadi 9,3 (keterampilan Baik).

Lalu penulis melakukan evaluasi 1 minggu kemudian dengan melakukan penerapan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin. Hasil dari kegiatan evaluasi tersebut adanya peningkatan produksi ASI rata rata meningkat sekitar 85 %. Dengan ciri atau tanda peningkatan produksi ASI adalah tampak ASI keluar / rembes tanpa di peras, payudara terasa penuh/tegang bila

belum di susui, bayi tampak tenang dan tertidur bila sudah menyusui, bayi BAK > 8 kali / hari dan jumlah ASI bila di pompa > 300 - 500 ml.

Foto - foto kegiatan PkM



Gambar 2. Edukasi Pijat oketani dan Pijat Oksitosin pada Ibu Menyusui



Gambar 3. Pengisian Kuesioner





Gambar 4. Pendampingan Pijat oketani dan pijat Oksitosin

Kegiatan edukasi dan pendampingan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin yang dilaksanakan di Posyandu Desa Wanajaya, Kecamatan Cibitung, Kabupaten Bekasi tahun 2025, berhasil memberikan dampak positif bagi para responden. Sebanyak 30 ibu menyusui 0-6 bulan mengikuti sesi penyuluhan dengan antusias. Melalui metode ceramah yang dilengkapi media leaflet, para ibu diperkenalkan pada konsep dasar pijat oketani dan pijat oksitosin, manfaatnya untuk meningkatkan produksi ASI, serta cara mempraktikkan teknik ini kepada ibu menyusui dan keluarga secara sederhana di rumah.

Sebelum kegiatan dimulai, sebagian besar responden mengaku belum pernah mendapatkan informasi yang cukup mengenai pijat oketani dan pijat oksitosin. Mereka biasanya hanya mengandalkan cara konvensional untuk meningkatkan produksi ASI dengan mengonsumsi sayuran katuk atau papaya. Meski cara tersebut cukup membantu, tidak jarang juga ibu menyusui yang tidak menyukai sayuran tersebut. Setelah mengikuti edukasi, pemahaman para ibu tentang pentingnya pijat oketani dan pijat oksitosin meningkat secara signifikan. Mereka mampu menjelaskan kembali teknik-teknik pada pijat oketani dan pijat oksitosin, sekaligus mempraktikkan teknik dasar dengan benar sesuai arahan pendamping. Keikutsertaan mereka dalam sesi praktik langsung membuat keterampilan ini lebih mudah dipahami dan diaplikasikan di rumah.

Hasil observasi pasca kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasa lebih percaya diri dalam menerapkan pijat oketani dan

pijat oksitosin yang dibantu oleh suami/keluarga dirumah. Beberapa ibu juga melaporkan adanya perubahan positif, seperti produksi ASI lebih banyak setelah dilakukan pijat oketani dan pijat oksitosin. Dampak ini memberikan keyakinan bahwa kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin dapat menjadi alternatif nonfarmakologis yang aman, efektif, dan mudah dilakukan oleh ibu menyusui, suami/keluarga tanpa harus bergantung pada obat-obatan atau metode lain yang lebih rumit.

Peningkatan pengetahuan ibu menyusui tentang pijat oketani dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI setelah edukasi diberikan, karena edukasi mampu memberikan informasi yang jelas, praktis, relevan dengan kebutuhan, dan disampaikan melalui metode yang efektif. Sebelum edukasi, pengetahuan ibu menyusui terbatas, namun setelah menerima penjelasan, diskusi, dan praktik langsung, pemahaman mereka meningkat sehingga pengetahuan berubah dari kategori kurang menjadi baik.

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi dan pendampingan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin dapat menjawab rumusan masalah yang diajukan, yaitu bagaimana meningkatkan keterampilan ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI. Pertanyaan penelitian mengenai peran edukasi pijat oketani dan pijat oksitosin juga terjawab, di mana kegiatan ini tidak hanya menambah wawasan, tetapi juga menghasilkan keterampilan praktis yang bermanfaat langsung bagi ibu menyusui dan suami/keluarga. Dengan demikian, tujuan program tercapai karena pengetahuan dan keterampilan para ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI melalui kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin meningkat, serta mampu meningkatkan ketercapaian ASI eksklusif di Desa Wanajaya Cibitung Bekasi.

6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui edukasi dan pendampingan kombinasi pijat oketani dan pijat oksitosin pada ibu menyusui di Desa Wanajaya, Kecamatan Cibitung, Kabupaten Bekasi tahun 2025, terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu menyusui dalam melakukan pijat oketani dan pijat oksitosin sebagai metode non-farmakologis untuk meningkatkan produksi ASI. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu menyusui memiliki pengetahuan dan keterampilan yang masih rendah, namun setelah edukasi dan pendampingan terjadi peningkatan signifikan baik pada aspek pemahaman maupun kemampuan praktik pijat oketani dan pijat oksitosin. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini telah berhasil menjawab rumusan masalah sekaligus mencapai tujuan program, yaitu memberdayakan ibu menyusui, suami/keluarga mampu melakukan pijat oketani dan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI.

Kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa pijat oketani dan pijat oksitosin dapat diterapkan sebagai upaya promotif dan preventif yang relevan dengan kebutuhan keluarga di masyarakat, khususnya pada ibu menyusui dengan bayi. Oleh karena itu, pendampingan serupa direkomendasikan untuk diperluas ke wilayah lain dengan melibatkan kader Posyandu sebagai mitra, sehingga keberlanjutan program dapat terjamin. Untuk penelitian dan pengabdian berikutnya, disarankan dilakukan evaluasi jangka panjang mengenai dampak praktik pijat oketani dan pijat oksitosin

terhadap produksi ASI serta kesehatan ibu dan anak secara menyeluruh, sehingga hasilnya dapat dijadikan dasar pengembangan intervensi berbasis komunitas yang lebih luas.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D., & Dilaruri, S. (2022). "Manfaat Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Nifas." *Jurnal Kebidanan Cendekia* 10(1): 45-52.
- Anggraini, Fathiniah, And Ade Dilaruri. (2022). "Efektifitas Pijat Oketani Dan Pijat Oksitosin Dalam Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (Asi)." *Jurnal Vokasi Keperawatan (Jvk)* 5(2): 93-104.
- Aryani, Y., Alyensi, F., & Fathunikmah, F. (2021). "Pelatihan Pijat Oksitosin Bagi Kader Untuk Memperbanyak Produksi Asi." *Ebima: Jurnal Edukasi Bidan Di Masyarakat* 2(2): 4-9.
- Barat, P. K. P. J. (2020). *Cakupan Asi Eksklusi Provinsi Jawa Barat*.
- Barat, Profil Kesehatan Provinsi Jawa. (2020). "Cakupan Asi Eksklusi Provinsi Jawa Barat."
- Hairunisyah, R., Fatimah, S., & Retnosari, E. (2020). "Efektifitas Pijat Oketani Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Pmb Azahwa Muara Enim." *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health And Science Community* 9(1): 26-38.
- Halimatussakdiah, H., Dewi, A. F., & Anggraini, D. T. (2023). "Efektivitas Pijat Oketani Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Postpartum." *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Setya* 8(2): 112-19.
- Halimatussakdiah, Halimatussakdiah, Kurniati Puji Lestari, And Hamidah Hamidah. (2023). "Penerapan Oketani Breast Massage (Obm) Pada Ibu Postpartum Dengan Pendekatan Evidence Based Nursing Practice (Ebnp)." *Jurnal Sago Gizi Dan Kesehatan* 4(2): 252-62.
- Indonesia, Profil Kesehatan. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*.
- Julianti, A. (2024). *Metode Pijat Oketani: Filosofi Dan Aplikasi Klinis*. Yogyakarta: Penerbit Media Sehat.
- Julianti, Neneng. (2024). "Penerapan Kombinasi Terapi Akupresure & Pijat Oketani Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Desa Bantarjaya Tahun 2024." *Proficio* 5(2): 892-900.
- Machmudah, Mac, And Nik Nikmatul Khayati. (2016). "Kombinasi Pijat Oketani Dan Oksitosin Terhadap Parameter Produksi Asi Pada Ibu Post Seksio Sesarea Di Rumah Sakit Wilayah Kota Semarang." *Kombinasi Pijat Oketani Dan Oksitosin Terhadap Parameter Produksi Asi Pada Ibu Post Seksio Sesarea Di Rumah Sakit Wilayah Kota Semarang*.
- Marwati, T., Susilowati, N., & Lestari, Y. (2023). "Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Elastisitas Puting Dan Kelancaran Asi." *Jurnal Bidan Pintar* 5(1): 1-10.
- Marwati, Marwati, Andi Parellangi, And Nursari Abdul Syukur. (2023). "Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani Dan Pijat Laktasi Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Abadi Samboja Tahun 2023." *Sainteakes: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan* 2(4): 623-31.
- Mayasari, Eka, And Sri Nowo Retno. (2023). "Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Pmb Sulistio Rahayu Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2021." *Jurnal Ilmu*

- Kesehatan Mandira Cendikia* 2(2): 33-41.
- Profil Kesehatan Kabupaten Bekasi. (2020). "Cakupan Asi Eksklusif Di Kabupaten Bekasi."
- Rosa, E. F., Martadinata, U. H., & Khairunnisa, W. (2024). "Penerapan Kombinasi Pijat Oketani Dan Pijat Oksitosin Pada Ibu Menyusui Dengan Ketidakadekuatan Suplai Asi." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5(3): 8778-86.
- Rosa, Eni Folendra, Umar Hasan Martadinata, And Windy Khairunnisa. (2024). "Penerapan Kombinasi Pijat Oketani Dan Pijat Oksitosin Pada Ibu Menyusui Dengan Ketidakadekuatan Suplai Asi." *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5(3): 8778-86.
- Sari, V. P. U., & Syahda, S. (2024). "Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota." *Jurnal Doppler* 4(2): 117-23.
- Unicef. (2020). *Menyusui Pada Masa Wabah Virus Corona (Covid 19)*.
- Who. (2023). "World Breastfeeding Week."
- Wiryadi, F. C., Noviyani, E. P., & Nency, A. (2024). "Efektivitas Pijat Oketani Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Pmb U Tahun 2024." *Jurnal Penelitian Inovatif* 4(3): 1203-10.
- World Health Organization. (2023). *Global Breastfeeding Scorecard: 2023 Update*. Geneva: World Health Organization.