

LAPORAN AKHIR PENELITIAN UJI BEDA INTERVENSI HYPNO-BREASTFEEDING DAN OXITOSIN MASSAGE TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI PUSKESMAS BANGSRI I

Octarina Anif Ikasari
octarinasari9@gmail.com
Universitas Muhammadiyah Kudus

ABSTRAK

Masalah yang dialami oleh ibu menyusui seperti ASI sedikit, payudara bengkak, atau puting lecet, sehingga menjadi salah satu faktor hambatan dalam menyulitkan pemberian ASI eksklusif. Jika tidak ditangani, hal ini dapat mengurangi produksi ASI dan mengganggu kesehatan ibu maupun bayi. Salah satu solusi yang terbukti efektif adalah Teknik Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage. Peneliti bertujuan untuk Uji beda intervensi Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage terhadap produksi ASI pada ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I. Jenis penelitian ini Quasy eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang melahirkan di Puskesmas Bangsri I sebanyak 54 rata-rata tiap bulannya. Jumlah sample dihitung menggunakan rumus slovin didapatkan sebanyak 40 Responden kelompok control intervensi. Penelitian ini rencana menggunakan uji Wilcoxon dengan skala ordinal dengan menggunakan uji nonparametrik, dan jika syarat dari uji Wilcoxon tidak terpenuhi, maka dipakai uji alternatifnya menggunakan uji Mann Witney.

Kata Kunci: Hypno-breastfeeding, Oxytocin Massage, Produksi ASI.

PENDAHULUAN

Postpartum merupakan dimulai setelah kelahiran placenta dan berakhir ketika organ reproduksi kembali seperti sebelum hamil yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Perubahan yang terjadi pada ibu postpartum juga meliputi seluruh sistem tubuh salah satunya peningkatan produksi ASI (Air Susu Ibu). (Arami et al., 2020) ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi yang baru lahir dan merupakan satu – satunya makanan sehat yang diperlukan bayi pada awal kehidupannya namun tidak semua ibu dapat memberikan ASI Eksklusif pada bayinya. ASI Eksklusif adalah air susu ibu yang diberikan pada bayi dari awal dilahirkan selama 6 bulan tanpa tambahan atau menggantikan dengan makanan dan minuman lain, kecuali obat atau vitamin. (Retnaningtyas et al., 2022)

Keluarnya ASI yang lancar pada ibu menyusui merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk memenuhi nutrisi bayi serta mencegah infeksi dan beberapa penyakit lainnya. ASI mengandung banyak manfaat bagi bayi yaitu sebagai nutrisi, hormon, kekebalan tubuh, faktor pertumbuhan, anti alergi, antibodi serta anti inflamasi. (Elis Nurainun & Endang Susilowati, 2021).

World Health Organization (WHO) menyatakan pada tahun 2023 cakupan menyusui eksklusif di seluruh dunia sebesar 48%, sedangkan target WHO untuk ASI bayi dibawah 6 bulan di dunia sebesar 70%. World Breastfeeding Trends Initiative (WBTI) mencatat hanya 27,5% ibu yang memberikan ASI eksklusif, sehingga Indonesia menempati peringkat 49 dari 51 negara. Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia pada tahun 2023 persentase bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 73,97%, ASI Eksklusif memiliki kontribusi yang besar terhadap tumbuh kembang dan daya tahan tubuh anak. Pemberian ASI dapat meningkatkan kecerdasan pada anak, meningkatkan daya tahan tubuh, serta dapat mencegah stunting. (Randayani Lubis & Anggraeni, 2021)

Bayi yang tidak mendapatkan ASI dapat menyebabkan kekurangan gizi yang dapat mengakibatkan growth faltering (gagal tumbuh) yaitu anak memiliki tinggi kurang dari rata-

rata anak seusianya dan dapat berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, morbiditas dan mortalitas bayi. Gizi yang terdapat dalam ASI akan mempercepat pemulihan dan mengurangi intensitas (kegawatan) penyakit infeksi pada bayi.(Hidayah et al., 2023)

Global “The Hypno-Breastfeeding Series, 2019” dan “Massage Oksitosin telah membuktikan, ASI eksklusif dapat menurunkan angka kematian bayi karena infeksi sebanyak 88% pada bayi berusia kurang dari 6 bulan, sebanyak 82% bayi sakit karena tidak menerima ASI eksklusif. ASI eksklusif berguna dalam pencegahan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), stunting, menurunkan resiko obesitas dan penyakit kronis. ASI eksklusif dapat mengurangi Angka Kematian Bayi (AKB) yang disebabkan oleh berbagai penyakit yang sering menimpa bayi seperti diare dan radang pada paru serta mempercepat pemulihan saat sakit. Terkait hal tersebut, pemberian ASI menyelamatkan sekitar 1,5 juta bayi pertahun dari kesakitan dan kematian. Demikian halnya di Indonesia, lebih dari 25.000 bayi dapat diselamatkan dengan pemberian ASI Noviyana et al., (2022).

Beberapa penyebab kegagalan memberikan ASI eksklusif pada bayi juga telah diidentifikasi dari beberapa penelitian diantaranya adalah kurangnya dukungan keluarga dan sosial, ibu yang bekerja, pola istirahat ibu, kontak yang kurang intensif antara ibu dan bayi, pengaruh sosial yang permisif terhadap pemberian susu formula atau penghentian menyusui, pengenalan dini makanan pengganti ASI, pengetahuan yang kurang tentang menyusui pada ibu dan petugas kesehatan, psikologis ibu, masalah pada payudara ibu, kurang percaya diri pada ibu untuk menyusui, berat badan bayi yang kurang, ibu malnutrisi, kontrasepsi hormonal(Selawati & Devy Lestari Nurul Aulia, 2024). Kegagalan pada proses menyusui biasanya disebabkan beberapa permasalahan pada ibu dan bayi yaitu kurangnya pengetahuan ibu, pola istirahat, ibu yang bekerja, asupan nutrisi dan cairan, abses payudara, mastitis, payudara bengkak, masalah pada puting susu dan saluran ASI yang tersumbat, iklan susu formula, tidak melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) segera setelah bayi dilahirkan, hisapan dan frekuensi menyusui bayi (Arnisa Rachma et al., 2025).

Salah satu penyebab cakupan ASI eksklusif masih rendah yaitu ASI yang tidak lancar. Penyebab ASI yang tidak lancar karena adanya penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan yang disebabkan oleh kurangnya stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan sangat penting dalam kelancaran produksi AS (Rangkuti et al., 2022). Pemberian ASI yang tidak adekuat akan menyebabkan payudara menjadi bengkak, kemerahan dan kekurangan nutrisi pada bayi sehingga bayi menjadi rentan terhadap berbagai jenis penyakit (Oktaviani et al, 2019 dikutip dalam Gaparini et al. 2024). Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan melakukan Alternatif lain yang dapat memperkuat produksi ASI adalah teknik hypno-breastfeeding.

Teknik Hypnobreastfeeding adalah suatu upaya alamiah yang dilakukan dengan menggunakan terapi dengan memberikan kalimat-kalimat sugesti positif supaya pada saat sedang menyusui tidak terjadi hambatan dalam pengeluaran air susu ibu. Dengan menggunakan kalimat-kalimat sugesti positif dan memotivasi pada saat kondisi ibu dalam keadaan tenang dan focus terhadap suatu hal/keadaan hypnosis sehingga air susu yang dihasilkan akan mampu mencukupi kebutuhan bayinya (Kuswandi, 2009 dikutip dalam Hanum et al., 2021)).

Salah satu alternatif untuk meningkatkan sirkulasi serta dukungan hormone oksitosin dan endorfin dapat dilakukan pijat oksitosin. Oksitosin Massage merupakan pemijatan pada tulang belakang yang dimulai pada tulang belakang sampai tulang costae kelima – keenam dikutip dalam Gaparini et al. (2024). Berdasarkan penelitian pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memicu pengeluaran hormone oksitosin dan berdasarkan hasil literature review pijat oksitosin dapat mengurangi keadaan emosional ibu yang stabil.(Nurainun & Susilowati, 2021). Pijatan pada tulang belakang akan menyebabkan

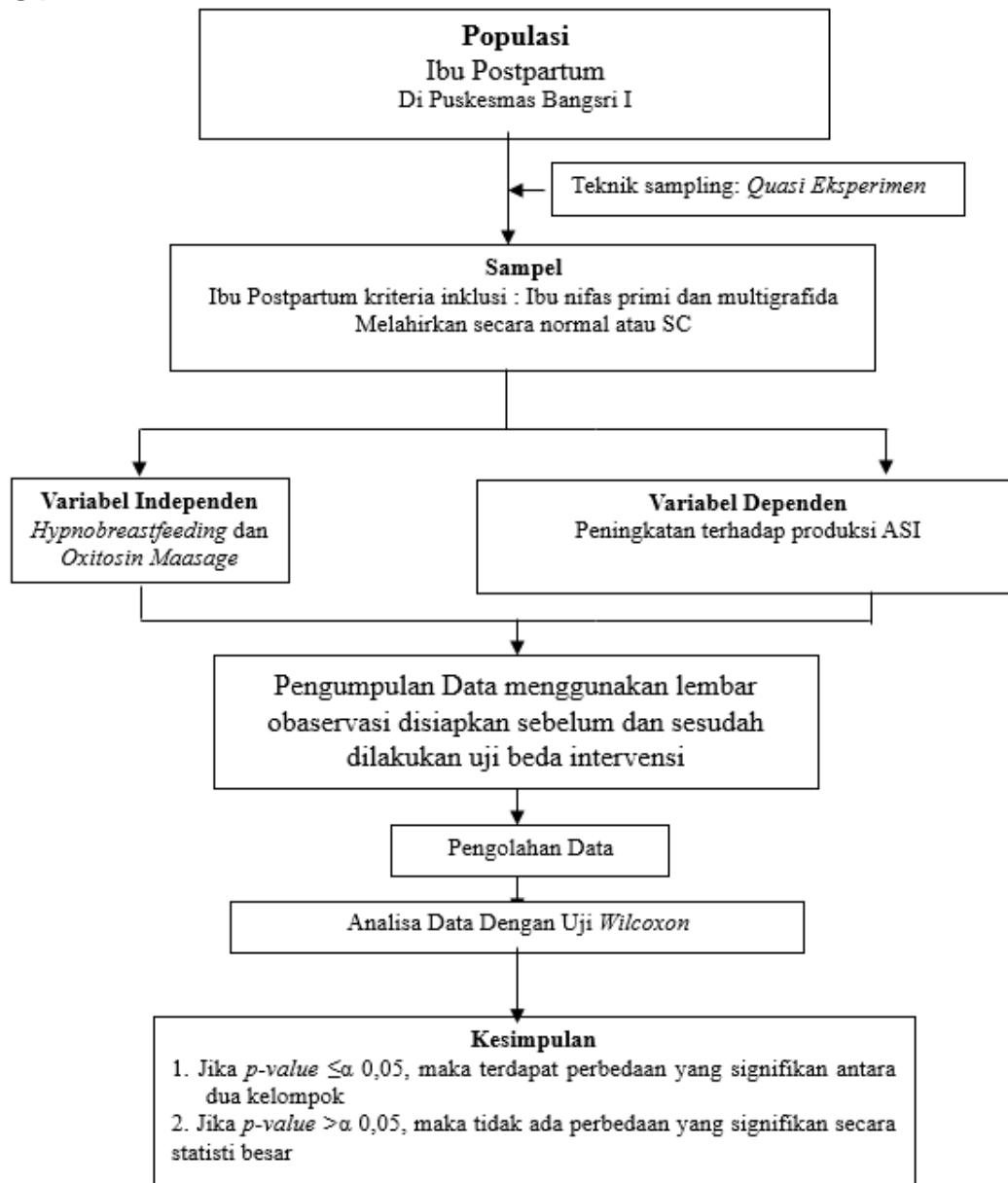
neurotransmitter merangsang medulla oblongata langsung mengirim pesan ke hypothalamus pada hipopituitary posterior untuk mengeluarkan oksitosin sehingga buah dada akan terisi dan terasa mengencang untuk mengeluarkan air susu. Pijatan ini juga akan merileksasi ketegangan dan menghilangkan stress sehingga akan membantu pada saat segera setelah bayi lahir dengan keadaan bayi yang lahir normal Hotmaria Julia Dolok Saribu & Wasis Pujiati (2015).

Pada penelitian ini, upaya yang dilakukan untuk membantu meningkatkan produksi ASI dengan memberikan tindakan kombinasi Hypno breastfeeding dan Oksitosin Massage kepada ibu nifas. Cara ini sangat efektif untuk meningkatkan produksi ASI dengan dibuktikan melalui hasil uji Chi-Square didapatkan nilai $p = 0,020$ dengan ketentuan nilai $p < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi uji beda oksitosin massage dan Hypno-breastfeeding sangat efektif untuk optimalisasi produksi ASI pada ibu Nifas. Dan dari hasil uji statistik didapatkan nilai OR 7,4 (CI 1,226-45,005) artinya antara Oksitosin Massage dan Hypno-breastfeeding berpeluang 7,4 kali untuk mengoptimalkan produksi ASI.

Artikel penelitian yang dilakukan oleh (Parwati & Lestari, 2019) yang berjudul "Oxytosins Massage To Improve The Breast Milk Production In Postpartum Mother". Penelitian ini menggunakan metode quasiexperiment dengan post-test design only design dan control group. Populasi penelitian ini adalah 30 responden dengan teknik total sampling yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian ini menggunakan analisis data dengan uji-t-independent. Hasil penelitian dengan uji statistik menggunakan independent t-test diperoleh p-value 0,000 ($<0,05$) sehingga didapatkan adanya pengaruh Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage dengan kelompok yang tidak diberikan Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage terhadap meningkatnya produksi ASI pada ibu nifas. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan mean dan kelompok perlakuan 282,31 dan kelompok kontrol 218,08 dengan p-value = 0,000 ($<0,05$).

Dari hasil Studi pendahuluan di Puskesmas Bangsri I 2025 pada Bulan September mencatat bahwa terdapat 44 ibu yang melahirkan normal. Dengan menggunakan teknik wawancara, didapatkan data dari 10 ibu, 8 ibu produksi ASI nya tidak lancar, sehingga banyak ibu yang memberikan susu formula kepada bayi nya. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Uji Beda Intervensi Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangsri I Kabupaten Jepara.

METODE PENELITIAN



Gambar 1. Alur Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Puskemas Bangsri I, Puskesmas ini merupakan Menyediakan Pelayanan Kesehatan baik sarana alat dan tenaga kesehatan. Pembanguinan Kesehatan merupakan tanggung jawab bersama setiap individu, keluarga dan masyarakat, pemerintah dan swasta. Upaya pemerintah untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat adalah terus memperluas cakupan pembangunan kesehatan disertai upaya mendorong kemandirian dalam rangka menjamin tetap tersedianya pelayanan esehatan yang berkualitas merata dan terjangkau. Puskesmas Bangsri I memiliki wilayah kerja seluas 4.432,88 Ha/ 43,84 Km² , terdiri atas tujuh desa yaitu Bangsri, Kedungleper, Banjaran, Wedelan, Jeruk Wangi, Bondo dan Banjaragung. Puskesmas Bangsri I memiliki wilayah kerja seluas 4.432,88 Ha/ 43,84 Km² , terdiri atas tujuh desa yaitu Bangsri, Kedungleper, Banjaran, Wedelan, Jeruk Wangi, Bondo dan Banjaragung. Salah satu puskesmas yang

melayani pelayanan medis dasar seperti pemeriksaan umum, pengobatan penyakit ringan hingagawat darurat sederhana, pelayanan ibu dan anak , pemeriksaan kehamilan,persalihan normal, imunisasi bayi dan program gizi balita

Penelitian ini telah dilaksanakan di Puskesmas Bangsri I, pada tanggal 01 Januari sampai 31 Januari 2026. Penelitian ini merupakan metode Quasy eksperiment pendekatan yang membandingkan dua hal atau lebih untuk menentukan persamaan dan perbedaan, dengan jumlah sampel yang diambil sebanyak 40 orang,dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok A sebanyak 20 responden yang mendapatkan perlakuan intervensi pemberian Hypnobreastfeeding dan kelompok B sebanyak 20 responden hanya mendapatkan perlakuan pemberian Oxitosin Massage. Pengumpulan data ini menggunakan lembar observasi pada peningkatan produksi ASI ibu Post Partum dengan perbedaan pemberian Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage, sedangkan pengolahan data dengan menggunakan program computer yaitu SPSS for windows versi 25. Data kemudian dianalisis dengan menggunakan uji statistic yaitu Uji Wilcoxon dengan Tingkat signifikan 5% ($\alpha= 0,05$). Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat adalah analisa yang dilakukan menganalisis tiap variabel dari hasil penelitian, sedangkan analisis bivariat adalah analisis secara simultan dari dua variabel.

Karakteristik Responden

1. Usia

Hasil analisa univariat pada aspek karakteristik usia responden dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Table 1 Distribusi rata-rata responden berdasarkan umur pada Ibu Postpartum yang mendapatkan Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage di Puskesmas Bangsri I

No	Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	20-25 Tahun	19	47,5
2	26-30 Tahun	15	37,5
3	>30 Tahun	6	15
Jumlah		40	100

Sumber : Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 1 di atas karakteristik ibu berdasarkan umur tertinggi kelompok umur 20-25 tahun yaitu sebanyak 19 responden (47,5%) dan terendah kelompok umur >30 Tahun yaitu sebanyak 6 responden (15%).

2. Pendidikan

Hasil analisa univariat pada aspek karakteristik pendidikan responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 2 distribusi rata-rata responden berdasarkan Pendidikan pada Ibu Postpartum yang mendapatkan Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage di Puskesmas Bangsri I

No	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	SD/MI	2	5
2	SMP/MTS	5	12,5
3	SMA/MA/SMK	23	57,5
4	S1	10	25
Jumlah		40	100

Sumber: Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data berdasarkan pendidikan terakhir tertinggi pada kelompok SMA/SMK yaitu 23 responden (57,5%) dan yang terendah pada kelompok SD/MI yaitu 2 responden (5%) .

3. Pekerjaan

Hasil analisa univariat pada aspek karakteristik Pekerjaan responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 3 Distribusi rata-rata responden berdasarkan Jenis Pekerjaan pada Ibu Post Partum yang diberikan Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage di Puskesmas Bangsri I

No	Jenis Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	IRT	10	25
2	Wiraswasta	23	57.5
3	PNS	7	17.5
Jumlah		40	100

Sumber : Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 3 diperoleh data diatas berdasarkan jenis pekerjaan paling tertinggi pada kelompok pekerjaan Wiraswasta 23 responden (57,5%) dan yang terendah pada kelompok pekerjaan PNS 7 responden (17,5%).

4. Paritas

Hasil analisa univariat pada aspek karakteristik Paritas responden dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4. distribusi rata-rata responden berdasarkan Paritas pada Ibu Postpartum yang mendapatkan Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage di Puskesmas Bangsri I

No	Paritas	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Primigravida	25	62,5
2	Multipara	15	37,5
Jumlah		40	100

Sumber: Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 4. diperoleh data berdasarkan paritas sebagian besar pada kelompok primigravida yaitu 25 responden(62,5%) dan yang terendah pada kelompok Multipara yaitu 15 responden (37,5%).

Hasil Analisa Univariat

Tingkat Produksi ASI sebelum diberikan Hypnobreastfeeding

Tabel 5. Distribusi rata-rata sebelum pemberian Hypnobreasfeeding pada Ibu Postpartum diambil 20 Responden di Puskesmas Bangsri I

No	Produksi ASI	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Kurang	17	85
2	Cukup	2	10
3	Banyak	1	5
Jumlah		20	100

Sumber: Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 5. Hasil analisis sebelum diberikan Hypnobreastfeeding pada ibu Postpartum yang mengalami Gangguan laktasi atau masalah dalam proses menyusui yang disebabkan oleh beberapa masalah yang berakibat pada kegagalan dalam proses pemberian ASI eksklusif menunjukkan yang tertinggi 17 responden (85,%), dan yang terendah yaitu 1 responden (5%).

Tingkat Produksi ASI sesudah diberikan Hypnobreastfeeding

Tabel 6. distribusi rata-rata sesudah pemberian Hypnobreastfeeding pada Ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I

No	Produksi ASI	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Kurang	1	5
2	Cukup	6	30
3	Banyak	13	65
Jumlah		20	100

Sumber: Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 6. Hasil analisis sesudah Hypnobreastfeeding pada ibu postpartum responden mengalami peningkatan Produksi ASI menunjukkan yang tertinggi 13 responden (65%) dan yang terendah 1 responden (5%).

Tingkat Produksi ASI sebelum diberikan Oxitosin Massage

Tabel 7. Distribusi rata-rata sebelum pemberian Oxitosin Massage pada Ibu Postpartum diambil 20 Responden di Puskesmas Bangsri I

No	Produksi ASI	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Kurang	13	65
2	Cukup	6	30
3	Banyak	1	5
Jumlah		20	100

Sumber: Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 7. Hasil analisis sebelum diberi Oxitosin Massage pada ibu Postpartum yang mengalami Gangguan laktasi atau masalah dalam proses menyusui yang disebabkan oleh beberapa masalah yang berakibat pada kegagalan dalam proses pemberian ASI eksklusif, menunjukkan hasil tertinggi 13 responden (65, %) dan yang terendah 1 responden (5%).

Tingkat Produksi ASI sesudah diberikan Oxitosin Massage

Tabel 8. Distribusi rata-rata sesudah pemberian Oxitosin Massage pada Ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I

No	Produksi ASI	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Kurang	0	0
2	Cukup	3	15
3	Banyak	17	85
Jumlah		20	100

Sumber: Data Primer Peneliti Tahun 2025

Berdasarkan tabel 8. Hasil analisis sesudah Pemberian Oxitosin Massage pada ibu postpartum responden mengalami peningkatan Produksi ASI menunjukkan hasil tertinggi 17 responden (85%).

Hasil Analisa Bivariat

Hasil Uji Normalitas

Analisis Mengetahui Perbedaan intervensi Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage terhadap Produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Bangsri I.

Tabel 9. Distribusi Perbedaan Intervensi Produksi ASI pada Ibu Postpartum Sebelum dan Sesudah Pemberian Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage pada Kelompok Kontrol.

Perlakuan	Produksi ASI						P-value*
	Sebelum			Sesudah			
	K	C	B	K	C	B	
Hypnobreastfeeding	17	2	1	1	16	13	< 0,05
Oxitosin Massage	13	6	1	0	3	17	< 0,05

Berdasarkan table 9. data diatas menunjukkan berdasarkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima H_o ditolak yang berarti ada peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum sebelum dan setelah diberikan intervensi Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage. Hal ini disimpulkan bahwa pemberian Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage sangat efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Bangsri I, hasil analisis sebelum diberi Hypnobreastfeeding pada ibu Postpartum menunjukkan hasil tertinggi 17 responden (85%) mengalami masalah produksi ASI, setelah diberi Hypnobreastfeeding pada ibu Pospartum menunjukkan hasil terendah 1 responden (5%) . hasil analisis sebelum diberi Oxitosin Massage pada ibu Postpartum menunjukkan hasil tertinggi 13 responden (65%) mengalami masalah produksi ASI. setelah diberi Oxitosin Massage pada ibu Pospartum menunjukkan hasil terendah 0 responden (0%)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan di wilayah Puskesmas Halmahera Kota Semarang dari tanggal 7 Februari-7 Maret 2022. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan hypnrola pada kelompok eksperimen dan juga pada kelompok kontrol yang diberikan intervensi pemberian aromaterapi lavender saja.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Analisa univariat adalah Analisa tiap variable penelitian. Pada bagian ini peneliti menunjukkan hasil penelitian beserta pembahasannya.

1. Diketahui rata-rata Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Bangsri I sebelum dilakukan Hypnobreastfeeding.
 - a. Hasil analisis sebelum diberikan Hypnobreastfeeding pada ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I yang mengalami gangguan laktasi atau masalah dalam proses menyusui yang disebabkan oleh beberapa masalah yang berakibat pada kegagalan dalam proses pemberian ASI eksklusif menunjukkan yang tertinggi 17 responden (85,%), dan yang terendah yaitu 1 responden (5%).
 - b. Hypnobreastfeeding metode relaksasi dan sugesti diri untuk meningkatkan produksi ASI, memperlancar alirannya, serta mengurangi stres/kecemasan pada ibu menyusui. Teknik ini membantu memicu hormon prolaktin dan oksitosin secara optimal, meningkatkan motivasi menyusui, serta membangun rasa percaya diri ibu untuk sukses memberikan ASI eksklusif. Membantu ibu menyusui merasa lebih tenang, nyaman, dan percaya diri, serta menghilangkan ketakutan tidak bisa menyusui. Membangun niat kuat dan membangun mental positif untuk berhasil menyusui. Mengistirahatkan pikiran bawah sadar untuk mengurangi ketegangan tubuh. Membantu ibu nifas lebih rileks, yang berdampak pada pemulihan fisik dan mental yang lebih cepat. Mudah dipelajari, dipraktikkan sendiri oleh ibu, dan relatif terjangkau karena tidak menggunakan obat-obatan. Menyusui merupakan momen yang berharga dan sangat istimewa. Produksi ASI yang kurang merupakan keluhan yang sering diutarakan oleh ibu terutama minggu pertama nifas dan menjadi penyebab kegagalan ASI eksklusif setelah melahirkan, Namun, proses menyusui tidak selalu berjalan lancar. Ada beragam masalah yang sering dialami oleh ibu menyusui, seperti puting luka dan lecet, ASI seret, serta payudara bengkak. sebagian ibu menyusui justru mengalami hambatan dan tantangan ketika menyusui bayinya. Penyebab ASI tidak lancar meliputi stres, kurangnya frekuensi menyusui, posisi menyusui yang salah, dehidrasi, dan asupan nutrisi ibu yang kurang. Kurangnya produksi ASI tentu membuat ibu khawatir, karena kondisi ini bisa saja memengaruhi tumbuh kembang si kecil. Padahal sebenarnya produksi ASI akan menyesuaikan dengan kebutuhan si kecil, seiring dengan penambahan usianya.

- c. Hal ini menurut peneliti sebagian Ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas Bangsri I mengalami produksi ASI yang belum mencukupi kebutuhan bayi, meskipun sudah berupaya meningkatkannya. ASI yang sedikit dapat membuat si kecil beresiko kekurangan asupan, sehingga berat badannya sulit untuk naik. Beberapa factor yang mempengaruhi mood dan jadwal tidur ibu yang tidak teratur, ibu rata-rata sebagai pekerja Wiraswasta, mengalami bingung memilih DBF (direct breastfeeding) atau pemberian ASI dengan botol. Hal ini Enumerator berperan dalam intervensi hypnobreastfeeding salah satu persiapan ibu agar ibu nyaman dan mampu menghasilkan ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tumbuh kembang bayi. Ketenangan pikiran dan kesungguhan seorang ibu untuk menyusui bayinya merupakan faktor pendukung yang tak kalah pentingnya dengan persiapan fisik seperti makan dengan gizi seimbang, minum yang cukup, pijat payudara, dan belajar manajemen menyusui yang benar.
 - d. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hanumet al., (2021). Penelitian yang dilakukan oleh Sari, et al., (2019) hypnobreastfeeding efektif terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Pada penelitian-penelitian sebelumnya pemberian intervensi secara mandiri hypnobreastfeeding terhadap produksi ASI pada ibu nifas belum ada, hanya ada pada target responden ibu bekerja yang menyusui. Selain itu di wilayah kerja Puskesmas Kendit Kabupaten Situbondo para Ibu nifas belum terpapar dengan Manfaat terapi komplementer seperti hypnobreastfeeding untuk meningkatkan Produksi ASI pada ibu postpartum. Penelitian lain oleh (Kusmiyati & Wahyuningsih, 2019) menemukan bahwa Hypnobreastfeeding mampu membuat Ibu rileks, tenang fisik, pikiran dan nyaman selama masa menyusui sehingga dapat memberikan positif feedback mekanisme berupa respon peningkatan pelepasan oksitosin dan prolaktin oleh pituitary. Disamping itu dengan meningkatkan frekuensi Ibu menyusui bayi berpeluang lebih tinggi 2,3 kali untuk tidak terjadi keterlambatan onset laktasi dibandingkan ibu yang menyusui dengan frekuensi kurang
2. Diketahuinya rata-rata Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Bangsri I sesudah dilakukan Hypnobreastfeeding.
 - a. Hasil analisis sesudah Hypnobreastfeeding pada ibu postpartum responden mengalami peningkatan Produksi ASI menunjukkan yang tertinggi 13 responden (65%) dan yang terendah 1 responden (5%)
 - b. Teknik Hypnobreastfeeding merupakan teknik relaksasi dan sugesti positif (afirmasi) yang terbukti efektif meningkatkan produksi ASI secara signifikan dengan menurunkan tingkat stress dan kecemasan ibu postpartum sehingga memicu pelepasan hormon oksitosin dan prolactin. Teknik ini menciptakan kondisi rileks dan meningkatkan kepercayaan diri ibu. Relaksasi yang dalam dan teratur membuat sistem endokrin, aliran darah, persyarafan dan system lain di dalam tubuh akan berfungsi lebih baik. Menjaga sikap positif sangat penting selama menyusui. Karena rileks saat menyusui menyebabkan hormon endorphin yang diproduksi ibu akan mengalir ke bayi melalui ASI, dan membuat bayi juga merasakan kenyamanan dan ketenangan (Kuswandi, 2017). Hypnobreastfeeding mampu meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri Ibu untuk memproduksi dan memberikan ASI kepada bayinya. Kepercayaan diri Ibu bisa dibangun melalui kalimat afirmasi positif yang diberikan kepada ibu saat ibu sudah dalam kondisi trance yaitu kondisi ibu telah mencapai pikiran alam bawah sadar. Kalimat afirmasi dalam hypnobreastfeeding seperti “ASI saya cukup untuk bayi saya sesuai dengan kebutuhannya”, “saya selalu merasa tenang dan rileks saat memulai menyusui”. Disamping itu ibu juga diminta untuk membayangkan sedang dalam posisi menyusui bayinya, produksi ASI yang melimpah, payudara yang merasa keras, ASI

menetes dari kedua putting ibu.

- c. Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Bangsri I hypnobreastfeeding pada ibu postpartum bahwa ada peningkatan terhadap produksi ASI. Produksi ASI ibu setelah diberikan Hypnobreastfeeding menunjukkan setiap hari mengalami peningkatan. Jumlah rata-rata ASI perhari diukur menggunakan botol ukur dan dapat menjadi intervensi bagi ibu menyusui agar berhasil menyusui secara eksklusif. Berdasarkan hasil peneliti dan dibantu oleh Enumerator, disarankan agar tenaga kesehatan, khususnya bidan dan penyuluh kesehatan, mengintegrasikan pelatihan hypnobreastfeeding ke dalam program kelas ibu menyusui maupun penyuluhan di komunitas sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif. Peran keluarga, terutama suami dan anggota keluarga terdekat, perlu diperkuat melalui pendekatan edukatif agar tercipta lingkungan yang mendukung pemberian ASI eksklusif.
 - d. Sejumlah penelitian telah mengkaji pengaruh hypnobreastfeeding terhadap peningkatan keberhasilan menyusui. Santoso et al. (2022) menemukan bahwa ibu yang mendapatkan intervensi hypnobreastfeeding menunjukkan durasi menyusui yang lebih lama serta peningkatan cakupan ASI eksklusif secara signifikan dibandingkan kelompok control. Sementara itu, Fitriana (2021) dalam studinya menunjukkan bahwa pelatihan hypnobreastfeeding berdampak pada peningkatan rasa percaya diri dan kenyamanan psikologis ibu selama proses menyusui.
3. Diketahui rata-rata Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Bangsri I sebelum dilakukan Oksitosin Massage.
- a. Hasil analisis sebelum diberi Oksitosin Massage pada ibu Postpartum yang mengalami Gangguan laktasi atau masalah dalam proses menyusui yang disebabkan oleh beberapa masalah yang berakibat pada kegagalan dalam proses pemberian ASI eksklusif, menunjukkan hasil tertinggi 13 responden (65,%) dan yang terendah 1 responden (5%).
 - b. Pijat oksitosin merupakan salah satu teknik pijat yang banyak dilakukan pascapersalinan. Teknik pijat ini dapat memberi stimulasi pada puting dan diyakini mampu meningkatkan produksi ASI. Hal ini menjadi salah satu alasan kenapa pijat oksitosin dipercaya bisa membantu dalam proses menyusui. Agar produksi ASI melimpah dan lancar, juga harus menerapkan pola hidup sehat selama menyusui. Caranya mudah, memperbanyak minum air putih dan konsumsilah makanan yang bergizi. Kendala dalam memberikan ASI secara dini pada hari pertama setelah melahirkan adalah produksi ASI yang sedikit. Keadaan emosi ibu yang berkaitan dengan refleks oksitosin ibu dapat mempengaruhi produksi ASI. Kondisi emosional ibu dalam keadaan baik, nyaman dan tanpa tekanan akan dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Pijat oksitosin yang berfungsi untuk refleks letdown dan memberikan kenyamanan pada ibu, mengurangi bengkak payudara (engorgement), mengurangi sumbatan ASI, merangsang pengeluaran hormon oksitosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. Pijat oksitosin dilakukan untuk merangsang refleks oksitosin atau refleks let down melalui stimulasi sensoris dari sistem afferen.⁸ Pijat oksitosin dilakukan dengan cara memijat pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang sehingga diharapkan dengan pemijatan ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan hilang. Jika ibu merasa nyaman, santai dan tidak kelelahan dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan ASI akan menjadi lancar.
 - c. Pada pelaksanaan penelitian ini di Puskesmas Bangsri I ada beberapa responden yang mengalami rata-rata menyusui rendah, perlekatan tidak tepat, stres, kurang asupan gizi, dehidrasi, dan ada responden yang memberikan Sufor kepada bayinya karena Produksi ASI yang tidak cukup atau karena payudaranya kecil. Ada juga responden yang tidak

memberikan ASI nya dikarenakan ibu bekerja sehingga anaknya dtitipkan ke orang tua atau pengasuh.

- d. Dari hasil penelitian pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di BPM Ernita, Amd.Keb Pekanbaru tahun 2016 yang dilakukan pada bulan Februari – Maret 2016 dapat diketahui bahwa dari 37 orang ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin mayoritas mengalami perubahan peningkatan produksi sebanyak 31 orang (83,8%), dan 6 orang (16,2%) diantaranya tidak mengalami perubahan peningkatan produksi ASI. Dan setelah dilakukan uji statistik maka diperoleh nilai p value adalah 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa ada pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI.
4. Diketahui rata-rata Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Bangsri I sesudah dilakukan Oxitosin Massage
 - a. Hasil analisis sesudah Pemberian Oxitosin Massage pada ibu postpartum responden mengalami peningkatan Produksi ASI menunjukkan hasil tertinggi 17 responden (85%) dan terendah 0 responden (0%).
 - b. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin. Usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan selain dengan memeras ASI, dapat juga dilakukan dengan melakukan perawatan payudara, inisiasi menyusui dini (IMD), menyusui secara on demand dan pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancaran produksi Pijat oksitosin ini dilakukan untuk merangsang reflek oksitosin atau reflek let- down. Permasalahan ASI yang tidak keluar pada hari-hari pertama kehidupan bayi seharusnya bisa diantisipasi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk memperlancar pengeluaran ASI adalah dengan melakukan pijat oksitosin.
 - c. Dari hasil penelitian dan enumerator yang berperan dalam memberikan pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I yang dilakukan dapat diketahui bahwa dari 20 orang ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin mayoritas mengalami perubahan peningkatan produksi ASI sebanyak 17 responden. Dari uraian di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa sebagian besar ibu nifas merasakan manfaat pijat oksitosin dimana produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin menjadi lancar, hal ini juga membuat ibu merasa rileks, lebih nyaman, dan kelelahan setelah melahirkan juga berkurang.
 - d. Hasil ini sesuai dengan penelitian Delima, dkk (2016) diperoleh bahwa produksi ASI yang diberi pijat oksitosin lebih tinggi daripada ibu yang tidak diberi pijat oksitosin dengan nilai $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata produksi ASI sebelum diberikan intervensi pijat oksitosin adalah 7,05 dengan standar deviasi 0,740 sedangkan rerata produksi ASI sesudah diberikan intervensi pijat oksitosin adalah 9,00 dengan standar deviasi 1,183. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata rata produksi ASI sebelum pijat oksitosin adalah sebesar 0,00 dengan jumlah rata-rata 0,00. Sedangkan rata-rata produksi ASI sesudah pijat oksitosin adalah sebesar 5,00 dengan jumlah rata-rata 45,00 sehingga dapat terlihat adanya peningkatan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah pijat oksitosin dengan nilai Z adalah -2,673 dan nilai p-value adalah 0,008 ($p \leq 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin.

Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil analisa bivariat dari berbagai studi, mengetahui perbedaan Intervensi Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage terhadap peningkatan Produksi ASI.

1. Perbedaan Intervensi Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage terhadap peningkatan Produksi ASI

- a. Data diatas menunjukkan berdasarkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima H_0 ditolak yang berarti ada peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum sebelum dan setelah diberikan intervensi Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage. Hal ini disimpulkan bahwa pemberian Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage sangat efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Bangsri I, hasil analisis sebelum diberi Hypnobreastfeeding pada ibu Postpartum menunjukkan hasil tertinggi 17 responden (85%) mengalami masalah produksi ASI, setelah diberi Hypnobreastfeeding pada ibu Postpartum menunjukkan hasil terendah 1 responden (5%) . hasil analisis sebelum diberi Oxitosin Massage pada ibu Postpartum menunjukkan hasil tertinggi 13 responden (65%) mengalami masalah produksi ASI. setelah diberi Oxitosin Massage pada ibu Postpartum menunjukkan hasil terendah 0 responden (0%) .
- b. Hal ini terbukti signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas (postpartum). Kombinasi keduanya seringkali dianggap sebagai metode paling efektif untuk optimalisasi ASI. Pemberian Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage dapat Merangsang refleks pengeluaran ASI (Let-Down Reflex) melalui kontraksi mioepitel di sekeliling alveolus payudara, Kombinasi ini terbukti sangat efektif, dengan peluang 7,4 kali lebih tinggi untuk mengoptimalkan produksi ASI dibandingkan intervensi tunggal. Analisa bivariat menunjukkan bahwa intervensi yang berfokus pada hypnobreastfeeding dan pijat oksitosin) sama-sama efektif meningkatkan produksi ASI dengan nilai signifikansi (p -value) $< 0,05$. Pijat oksitosin secara fisik memperlancar keluarnya ASI, sementara hypnobreastfeeding memberikan ketenangan mental yang mencegah terhambatnya ASI akibat stres.
- c. Berdasarkan fakta dan teori yang ada, peneliti berpendapat bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada ibu postpartum yang sesudah diberikan Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage, sebagian besar responden ada peningkatan produksi ASI yang melimpah, dan peneliti juga berpendapat bahwa dari pemberian Oxitosin Massage terbukti lebih efektif meningkatkan produksi ASI hampir menunjukkan peningkatan dengan rata-rata kenaikan volume yang lebih besar dibandingkan dengan Hypnobreastfeeding. Hal tersebut disebabkan dikarenakan konsisten dan benar dalam penggunaan metodenya, hal ini dapat dikatakan bahwa pemberian Hypnobreastfeeding dan Oxitosin Massage mengalami peningkatan terhadap produksi ASI pada Ibu Postpartum. Keberhasilan terapi yang dilakukan oleh ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I berjalan dengan baik dan dilakukan dengan petunjuk pelaksanaan terapi sesuai dengan SOP, keberhasilan terapi ini juga didukung oleh peran suami, keluarga, dan lingkungan, sehingga dapat memberikan dampak positif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.
- d. Hal ini didukung penelitian oleh Dewi et al. (2023) juga menunjukkan bahwa edukasi menyusui dan intervensi seperti pijat oksitosin berperan dalam meningkatkan produksi ASI, yang secara tidak langsung berdampak pada peningkatan frekuensi BAK bayi. Oleh karena itu, data pretest ini menjadi dasar penting untuk melakukan intervensi guna memperbaiki pola menyusui dan memastikan bayi menerima cukup cairan melalui ASI. Berdasarkan data menunjukan bahwa dari hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test diperoleh nilai p -value ($0,000 < 0,05$). Hal ini menyatakan bahwa H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh Hypnobreastfeeding dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Putih Doh Kabupaten Tanggamus tahun 2025. Pijat oksitosin merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam merangsang refleks let-down ASI melalui stimulasi hormon oksitosin. Menurut Putri dan Lestari (2023), pijat oksitosin yang dilakukan secara

teratur dapat meningkatkan kadar hormon oksitosin dalam darah ibu, yang berperan penting dalam proses pengeluaran ASI. Selain itu, teknik ini juga membantu mengurangi stres dan meningkatkan kenyamanan ibu saat menyusui, sehingga berpengaruh pada peningkatan produksi ASI.

Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menyadari masih banyak terdapat keterbatasan yang mempengaruhi proses penelitian.

1. Peneliti dan enumerator bisa terjadi ketidaksesuaian dalam pengukuran maupun dalam pemberian intervensi
2. Pada penelitian ini peneliti memiliki waktu yang terbatas pengerjaan dan tenaga peneliti yang terbatas
3. Kurangnya pengalaman mendalam dalam teknik analisis data tertentu atau keterbatasan dalam penguasaan literatur asing yang sangat teknis.
4. Keterbatasan peneliti dalam memastikan bahwa setiap subjek menerima kualitas dan intensitas intervensi yang benar-benar identik, terutama jika intervensi dilakukan secara bertahap atau dalam kelompok besar.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang berjudul “Uji beda intervensi Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage terhadap Produksi ASI pada ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I” dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian di Puskesmas Bangsri I karakteristik responden ibu postpartum pada kelompok kontrol yaitu rata-rata dalam kategori reproduksi sehat (usia ibu antara 20-35 tahun), pendidikan tinggi (tamat SMA-lanjutan), ibu bekerja (Wiraswasta dan IRT), dan primipara (belum mempunyai anak). Sebelum dilakukan hypnobreastfeeding, pada ibu Postpartum yang mengalami Gangguan laktasi atau masalah dalam proses menyusui yang disebabkan oleh beberapa masalah yang berakibat pada kegagalan dalam proses pemberian ASI eksklusif menunjukkan yang tertinggi 17 responden (85,%), dan yang terendah yaitu 1 responden (5%).
2. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa setelah diberikan Hypnobreastfeeding pada ibu postpartum responden mengalami peningkatan Produksi ASI menunjukkan yang tertinggi 13 responden (65%) dan yang terendah 1 responden (5%).
3. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa sebelum diberikan Oksitosin Massage pada ibu Postpartum yang mengalami Gangguan laktasi atau masalah dalam proses menyusui yang disebabkan oleh beberapa masalah yang berakibat pada kegagalan dalam proses pemberian ASI eksklusif, menunjukkan hasil tertinggi 13 responden (65 ,%) dan yang terendah 1 responden (5%).
4. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa sesudah Pemberian Oksitosin Massage pada ibu postpartum responden mengalami peningkatan Produksi ASI menunjukkan hasil tertinggi 17 responden (85%) dan terendah 0 responden (0%).
5. Hasil penelitian menyimpulkan Ibu Postpartum di Puskesmas Bangsri I sebelum diberikan Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage mengalami gangguan masalah produksi ASI. Sebagian besar Ibu Postpartum sesudah diberikan Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage mengalami adanya peningkatan produksi ASI. Peneliti juga berpendapat bahwa dari pemberian Oksitosin Massage terbukti lebih efektif meningkatkan produksi ASI hampir menunjukkan peningkatan dengan rata-rata kenaikan volume yang lebih besar dibandingkan dengan Hypnobreastfeeding. Hal tersebut disebabkan dikarenakan konsisten dan benar dalam penggunaan metodenya, Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga

Ha diterima Ho ditolak yang berarti ada peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum sebelum dan setelah diberikan intervensi Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage. Hal ini disimpulkan bahwa pemberian Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage sangat efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Bangsri I,

Saran

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Kudus

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi ilmiah dan sumber pembelajaran terutama pada mata kuliah kebidanan terkait manajemen Peningkatan Produksi ASI. Universitas diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk mengembangkan penelitian tentang terapi nonfarmakologi sebagai upaya peningkatan kualitas pelayanan kebidanan.

2. Bagi Puskesmas

Puskesmas diharapkan dapat mempertimbangkan penerapan Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage sebagai salah satu intervensi nonfarmakologi untuk meningkatkan Produksi ASI. Intervensi ini dapat dimasukkan ke dalam SOP pelayanan postpartum untuk meningkatkan kenyamanan dan kepuasan ibu menyusui.

3. Bagi Responden

Diharapkan bagi responden khususnya bagi ibu Postpartum dapat menggunakan Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage sebagai terapi komplementer guna meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Postpartum..

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan Hypnobreastfeeding dan Oksitosin Massage serta mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Arami, N., Asti Mulasari, S., & Hani EN, U. (2020). GEJALA DEPRESI POSTPARTUM MEMPENGARUHI KEBERHASILAN ASI EKSKLUSIF : Sistematik Literatur Riview. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 27–34. <https://doi.org/10.34035/jk.v12i1.530>
- Elis Nurainun, & Endang Susilowati. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas : Literature Review. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 7(1), 20–26.
- Gaparini, A., Astutik, L. P., & Meyasa, L. (2024). Hypnobreastfeeding Meningkatkan Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 5(2), 114. <https://doi.org/10.33490/b.v5i2.975>
- Hanum, P., Ritonga, A. R., Pratiwi, D. P., Wati, L., Ningsih, R. W., & Serianti. (2021). Pengaruh Teknik Hypnobreastfeeding Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 7(1), 36–41. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v7i1.524>
- Hidayah, A., Anggraini, R. D., Studi, P., Kebidanan, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Jombang, H. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas di BPM Noranita Kurniawati. In *Journal of Education Research* (Vol. 4, Issue 1).
- Hotmaria Julia Dolok Saribu, & Wasis Pujiati. (2015). PIJAT OKSITOSIN DAN PERAWATAN PAYUDARA TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS. 13, 1–19.
- Ilmiah, J., & Imelda, K. (2021). PENGARUH TEKNIK HYPNOBREASTFEEDING TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS (Vol. 7, Issue 1). Online. <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN> 36Journalhomepage:<http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN>
- Noviyana, N., Lina, P. H., Diana, S., Dwi, U., Eni, N., Fransisca, A., Lataminarni, S., Rani, H. W., Ruth, A., & Welmi, S. (2022). Efektifitas Pijat Oksitosin dalam Pengeluaran ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(1), 23–33. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i1.1437>
- Nurainun, E., & Susilowati, E. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu

- Nifas : Literature Review Jurnal Kebidanan Khatulistiwa. Jurnal Kebidanan Khatulistiwa, 7(1), 20–26.
- Parwati, & Lestari. (2019). Eefektifitas Breast Massage dan Stimulus Reflek Menyusu Untuk Peningkatan Berat Badan Bayi Pretem. 37–43. <https://ejournal.unugha.ac.id/index.php/jarlit/index>
- Randayani Lubis, D., & Anggraeni, L. (2021). Pijat Oksitosin Terhadap Kuantitas Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Yang Memiliki Bayi Berusia 0-6 Bulan Abstract Oxytocin Massage on the Quantity of Breast Milk Production for Breastfeeding Mothers Who Have Babies Aged 0-6 Months. JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati), 07, 576–583. <http://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan>
- Reni, D. P., Puspitaningsih, R., Wati, R., & Nurachma, E. (2023). the Effectiveness Combination of Hypnobreastfeeding and Breast Exercises on Breast Milk Production Time in Third Trimester Pregnant Women. PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya, 11(1), 43. <https://doi.org/10.20961/placentum.v11i1.66967>
- Retnaningtyas, E., Suhita, B. M., Febriani, N., Martiana, Serianti, Noviyanti, & Selviana. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Melalui Edukasi Mengenai Teknik Perawatan Payudara dan Manfaat Asi. ADI Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(1), 38–43. <https://doi.org/10.34306/adimas.v3i1.808>
- Selawati, & Devy Lestari Nurul Aulia. (2024). Pijat Oksitosin Pada Ibu Nifas Untuk Peningkatan Produksi ASI. 14, 114–123.
- Serli Bahri, Christiani, M., Khairinnisa, & Diva, A. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Pijat Oksitosin Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Rawang Panca Arga Kisaran. Jumas : Jurnal Masyarakat, 02(02), 153–158.
- Tridiyawati, F., & Wulandari, F. (2022). Eefektifitas Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Postpartum Blues : Literature Review. Malahayati Nursing Journal, 4(7), 1736–1748. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i7.6528>
- World Health Organization. (2003). BUKU SAKU MANAJEMEN MASALAH BAYI BARU LAHIR: PANDUAN UNTUK DOKTER, PERAWAT, & BIDAN (Managing Newborn Problems: A Guide for Doctors, Nurses, and Midwives) (Pamilih Eko Karyuni & Eny Meilya, Eds.; Nike Budhi Subekti, Trans.).