

ARTIKEL PENELITIAN**PENGARUH AKUPRESURE TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI
PADA IBU NIFAS****Ayu Cici Firmasari¹, Mona Rahayu Putri^{1*}, Didi Yunaspi², Siti Husaida¹, Hazen Azis²**¹Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Institut Kesehatan Mitra Bunda, Batam, Indonesia.²Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners, Institut Kesehatan Mitra Bunda, Batam, Indonesia.*putrimonarahayu@gmail.com**Abstrak**

Pendahuluan: Data Dinas Kesehatan Kota Batam Tahun 2021 persentase bayi usia < 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif di Kota Batam menunjukkan angka terendah terdapat di Puskesmas Bulang dengan persentase (39.9%), Puskesmas Tanjung Uncang (41%) dan Puskesmas Batu Aji (45.7%) dengan target capaian ASI Eksklusif Kota Batam yaitu 60%. Banyak faktor yang menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayi nya yaitu masalah dalam proses menyusui, faktor ekonomi, dukungan suami dan keluarga, lingkungan sekitar, rendahnya pengetahuan, sosial budaya dan karena ASI yang tidak lancar yang merupakan masalah yang dihadapi oleh sebagian ibu postpartum karena kurangnya pengeluaran ASI **Tujuan:** Untuk mengetahui Pengaruh Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Tahun 2023. **Metode:** Quasi Experimental Research dengan desain *Pretest Posttest Nonequivalent Control Group Design* yaitu dengan membandingkan produksi ASI ibu nifas antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan akupresur yang dilakukan selama enam hari setiap pagi dan sore **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar produksi ASI ibu nifas setelah diberikan akupresur adalah normal (250-400 ml) sebanyak 12 ibu nifas (80%) dan kelompok kontrol adalah normal (250-400 ml) sebanyak 12 ibu nifas (80%). Hasil uji statistik independent sample T-test menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) 0,001 < 0,05 berarti ada pengaruh akupresur terhadap peningkatan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Kota Batam Tahun 2023. **Kesimpulan:** Pengaruh Akupresur terhadap peningkatan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Kota Batam Tahun 2023.

Kata Kunci : Ibu Nifas, Akupresure, Produksi ASI***The Influence of Acupressure on Increasing Breast Milk Production in Postpartum Mothers*****Abstract**

Introduction: Data from the Batam City Health Office for 2021 the percentage of infants aged <6 months who receive exclusive breastfeeding in Batam City shows that the lowest rate is in the Bulang

Health Center with a percentage (39.9%), Tanjung Uncang Health Center (41%) and Batu Aji Health Center (45.7%) with Batam City exclusive breastfeeding achievement target is 60%. There are many factors that cause mothers not to give breast milk to their babies, namely problems in the breastfeeding process, economic factors, husband and family support, the surrounding environment, low knowledge, social culture and because breast milk is not smooth which is a problem faced by some postpartum mothers due to lack of breast milk. breast milk production. **Objective:** The purpose of this study was to determine the effect of acupressure on increasing milk production in postpartum mothers in the Territory Work of Tanjung Uncang Health Center in 2023. **Method :** Quasi Experimental Research by design Pretest Posttest Nonequivalent Control Group Design that is by comparing the milk production of postpartum mothers between the experimental group and the control group. In the experimental group, acupressure treatment will be given for six days every morning and evening. **Results:** he results showed that most of the postpartum mother's milk production after being given acupressure was normal (250-400 ml) for 12 postpartum mothers (80%) and the control group was normal (250-400 ml) for 12 postpartum mothers (80%). Statistical test results independent sample T-test show value Say. (2-tailed) $0.001 < 0.05$ means there is influence Acupressure on Increasing Breast Milk in Postpartum Mothers In the Territory Tanjung Uncang Public Health Center Work in Batam City in 2023. **Conclusion:** there is influence Acupressure on Increasing Breast Milk in Postpartum Mothers In the Territory Tanjung Uncang Public Health Center Work in Batam City in 2023. **Keywords:** Postpartum Mother, Acupressure, Breast Milk Production.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi ideal untuk bayi yang mengandung zat gizi paling sesuai dengan kebutuhan bayi dan mengandung seperangkat zat perlindungan untuk memerangi penyakit. Dua tahun pertama kehidupan seorang anak sangat penting, karena nutrisi yang optimal selama periode ini menurunkan morbiditas dan mortalitas, mengurangi risiko penyakit kronis, dan mendorong perkembangan yang lebih baik secara keseluruhan. Oleh karena itu, pemberian ASI yang optimal yaitu saat anak berusia 0-23 bulan sangat penting karena dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak di bawah usia 5 tahun setiap tahun.

World Health Organization (WHO) dan United Nations of Children's Fund (UNICEF) dalam strategi global pemberian makanan pada bayi dan anak menyatakan bahwa pencegahan kematian bayi adalah dengan pemberian makanan yang tepat yaitu pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan kehidupan dan pengenalan makanan pendamping ASI (MPASI) yang aman dan bergizi pada usia 6 bulan bersamaan dengan pemberian ASI lanjutan hingga usia 2 tahun atau lebih (1).

Berdasarkan WHO (2020), cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 39% sejak periode 2014-2019. Berdasarkan data United Nations International Children's Emergency Found (UNICEF) hanya 3% ibu yang memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan dan cakupan ASI eksklusif di Indonesia hanya mencapai 55 %. Pada tahun 2020 WHO kembali memaparkan data berupa angka pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan, namun angka ini tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif menurut WHO. Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, frekuensi pemberian ASI, berat bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stres dan penyakit akut, Inisiasi Menyusui Dini (IMD), keberadaan perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi, dan status gizi. Sebanyak 44% berhenti menyusui sebelum bayi berusia 3 bulan karena produksi ASI yang kurang yang disebabkan beberapa faktor seperti stress, kecukupan gizi ibu, kurang stimulasi

isapan bayi, penggunaan obat-obatan, malah hormon dan endokrin, 31% karena masalah payudara, 25% merasa kelelahan (1).

Pemberian ASI di Indonesia masih sangat rendah. Data profil Kesehatan Indonesia (2018) menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sampai 6 bulan sebanyak 35.73%, menurut Riskesdas (2020), 52,5% atau hanya setengah dari 2.3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia atau menurun dari angkatan tahun 2019. Hasil Riskesdas (2020) mengungkapkan bahwa alasan utama anak 0-23 bulan belum atau tidak pernah disusui karena ASI tidak keluar dan ASI tidak cukup (65,7%). Sehingga 33.3% bayi yang berumur 0-5 bulan telah diberikan makanan prelaktal dengan jenis makanan terbanyak adalah susu formula (84.5%) (2).

Data dari Dinas Kesehatan Kepulauan Riau Tahun 2020 menunjukkan bahwa persentase bayi usia <6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif di Kepulauan Riau yaitu di Karimun jumlah bayi yang diberikan ASI Eksklusif berjumlah 1.401 (50.9%) dari total bayi 2.755, di Bintan berjumlah 1.470 (49.7%) dari total bayi 2.955, Natuna berjumlah 516 (64.6%) dari total bayi 799, Lingga berjumlah 589 (51.5%) dari total bayi 1.144, Kepulauan Anambas berjumlah 188 (22.6%) dari total bayi 831, Batam 16.623 (59.1%) dari total bayi 28.148 dan Tanjung Pinang berjumlah 1.369 (52.8%) dari total bayi 2.591 (3).

Data Dinas Kesehatan Kota Batam Tahun 2021 persentase bayi usia < 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif di Kota Batam menunjukkan bahwa angka terendah terdapat di Puskesmas Bulang dengan persentase (39.9%), Puskesmas Tanjung Uncang (41%) dan Puskesmas Batu Aji (45.7%) sedangkan untuk 3 angka tertinggi terdapat di Puskesmas Belakang Padang (100%), Puskesmas Sungai Panas (100%) dan Puskesmas Botania (100%). Dan berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Batam Tahun 2021 bahwa jumlah persalinan tertinggi terdapat di Puskesmas Sei Langkai (3,667),

Puskesmas Baloi Permai (3,249), dan Puskesmas Sei Lekop (2,349) (4).

Wawancara yang dilakukan oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang didapatkan data bahwa dari 12 ibu terdapat tujuh ibu yang tidak memberikan ASI pada anaknya, lima diantaranya dikarenakan ASI tidak lancar dan pengeluaran ASI yang sedikit, dua ibu lainnya mengatakan takut ASI tidak cukup dan diberikan makanan pendamping ASI oleh orang tua seperti pisang dan madu.

Banyak faktor yang menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayi nya yaitu masalah dalam proses menyusui, faktor ekonomi, dukungan suami dan keluarga, lingkungan sekitar, rendahnya pengetahuan, sosial budaya dan karena ASI yang tidak lancar yang merupakan masalah yang dihadapi oleh sebagian ibu postpartum karena kurangnya pengeluaran ASI. Pengeluaran ASI yang kurang berdampak pada status gizi dan rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif karena ibu akan memberikan susu formula (sufor) untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan akhirnya akan mempengaruhi produksi ASI (5).

Kegagalan bayi untuk menyusui merupakan salah satu faktor yang menyebabkan produksi ASI lebih dari 3 hari, frekuensi menyusui berhubungan dengan rangsangan isapan pada payudara dengan produksi oksitosin dan prolaktin untuk memproduksi air susu (6). Sehingga sebanyak 35% ibu memberikan makanan tambahan pada bayi sebelum usia enam bulan karena adanya persepsi bahwa ASI yang tidak cukup atau terpenuhi (7).

Ketidakcukupan ASI pada bayi akan mengakibatkan masalah sindrom ASI kurang yang menyebabkan bayi mengalami ketidakpuasan setelah menyusui, bayi sering menangis atau rewel, tinja bayi keras dan payudara tidak terasa membesar (8).

Penatalaksanaan untuk melancarkan produksi ASI pada ibu post partum dapat dilakukan dengan teknik farmakologis dan teknik non farmakologis. Teknik farmakologis

bisa menggunakan obat pelancar ASI dan non farmakologis dengan cara teknik pijat oksitosin, akupresur, breast care dan stimulasi pijat endorphin, oksitosin dan surgesif (SPEOS) (9).

Akupresur merupakan penekanan menggunakan jari yang dapat memberikan stimulasi *sensori stomatic* melalui jalur aferen sehingga mempengaruhi aliran *bioenergy* (Qi) yang mengalir dalam satu meridian atau aliran, rangsangan pada titik meridian akan memberikan fungsi kerja yang maksimal yang berhubungan dengan organ tersebut. Rangsangan tersebut dapat melewati jalur saraf, somatovisceral, garis meridian dan reaksi lokal. Stimulasi sensorik yang dihasilkan akupresur akan merangsang hipofisis posterior dan pituitary yang akan mempengaruhi perbaikan kerja fungsi dari hormon yang akan meningkatkan produksi ASI(10).

Ibu yang menyusui bayinya dapat mencegah sepertiga kejadian infeksi saluran pernapasan atau (ISPA), kejadian diare dapat turun 50%, dan penyakit usus parah pada bayi premature dapat berkurang kejadiannya sebanyak 58%. Pada ibu menyusui risiko terkena kanker payudara juga dapat menurun 6-10%, dapat mengurangi kejadian diare dan pneumonia sehingga biaya kesehatan dapat dikurangi 256,4 juta USD atau 3 triliun tiap tahunnya, ASI eksklusif dapat meningkatkan IQ anak, potensi mendapatkan pekerjaan yang lebih baik karena memiliki fungsi kecerdasan

tinggi dan Di Indonesia, hampir 14% dari penghasilan seseorang habis digunakan untuk membeli susu formula bayi berusia kurang dari 6 bulan. Dengan ASI eksklusif, penghasilan orangtua dapat dihemat sebesar 14% (11).

METODE

Penelitian ini adalah *Quasi Experimental Research* atau penelitian eksperimen semu. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh akupresur terhadap peningkatan ASI pada ibu nifas di Puskesmas Tanjung Uncang Tahun 2023. Cara mengetahuinya yaitu dengan membandingkan produksi ASI ibu nifas antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen, akan diberikan perlakuan akupresur pada ibu nifas. Desain *Quasi Exsperimental* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pretest Posttest Nonequivalent Control Group Design*, yaitu desain yang memberikan pretest sebelum dikenakan perlakuan, serta posttest sesudah dikenakan perlakuan pada masing-masing kelompok. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (12).

Instrumen penelitian pompa ASI, jam tangan, SOP dan lembar observasi yang berisi usia, alamat dan hasil pengukuran produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan akupresur. Analisis data menggunakan *independent T-test*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden di Puskesmas Tanjung Uncang

Variabel	f	%
Usia		
Remaja Akhir	8	26,6
Desawa Awal	22	73,4
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	10	33,3
Pendidikan Menengah	13	43,3
Pendidikan Tinggi	7	23,4

Pekerjaan		
Bekerja	14	46,6
Tidak Bekerja	16	53,4
Produksi ASI		
Kurang (<250 ml)	10	33,3
Normal (250-400 ml)	19	63,3
Lebih (> 400 ml)	1	3,32

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa mayoritas ibu memiliki usia kategori dewasa awal sebanyak 22 responden (73,4%). Untuk pendidikan mayoritas ibu memilikipendidikan Mayoritas ibu memiliki produksi ASI ibu nifas kelompok akupresur adalah normal (250-400 ml) sebanyak 9 ibu nifas (60%) dan sebagian kecil adalah lebih (>400 ml) sebanyak 1 ibu nifas (6,7%). Mayoritas produksi ASI ibu nifas

menengah sebanyak 13 responden (43,3%). Dan untuk pekerjaan mayoritas ibu tidak bekerja sebanyak 16 responden (53,4%).

pada kelompok kontrol adalah normal (250-400 ml) sebanyak 10 ibu nifas (66,7%) dan sebagian kecil adalah kurang (>250ml) sebanyak 5 ibu nifas (33,3%).

Analisis Bivariat

Tabel 2 Tabulasi Pengaruh Akupresur terhadap Peningkatan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang

Variabel Dependen	Variabel Independen	Mean	N	Std. Deviation	t	Sig. (2- tailed)	Lower	Uppper
Produksi Asi	Akupresure Kontrol	352,33 277,33	15 15	65,451 43,991	3,634	0,001	32,291	115,709

Berdasarkan tabel 3 hasil uji statistik independent sample T-test menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) $0,001 < 0,05$ maka H_0 ditolak H_a diterima yang berarti ada Pengaruh Akupresur terhadap Peningkatan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Kota Batam Tahun 2023. Terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI pada kelompok akupresur (351,33) dan kelompok tanpa akupresur (277,33) pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Kota Batam Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Pengaruh Akupresure terhadap Peningkatan ASI pada Ibu Nifas

Hasil uji statistik *independent sample T-test* menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) $0,001 < 0,05$ maka H_0 ditolak H_a diterima yang

berarti ada Pengaruh Akupresur terhadap Peningkatan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Kota Batam Tahun 2023. Terdapat perbedaan rata-rata produksi ASI pada kelompok akupresur (351,33) dan kelompok tanp akupresur (277,33) pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Kota Batam Tahun 2023.

Penelitian ini dikuatkan oleh beberapa penelitian terdahulu yang mirip atau sama dengan penelitian yang dilakukan diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Liliana (2020) dengan judul pengaruh terapi akupresur terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di pku Muhammadiyah Bantul pada kelompok perlakuan pijat akupresur dilakukan dua kali pada hari ke dua dan hari ke tiga postpartum. Pada hari kedua sebelum diberikan pijat akupresur produksi ASI semua ibu

postpartum dalam kategori tidak cukup (100 %). Akupresur dilakukan dua hari berturut pada pada hari kedua dan hari ketiga. Akupresur dilakukan pada titik pemijatan dan stimulasi pada titik akupoin yang bermanfaat memberikan rasanyaman pada ibu. Titik-titik akupresur yaitu: Meridian REN CV 17 meridian lambung ST 18, ST 15, ST 16, ST 36 meridian usus kecil SI 1, pemijatan dilakukan 20 – 40 detik selama 5 menit pada hari ke 2 dan ke 3 postpartum. Produksi ASI dievaluasi sebelum perlakuan dan pada hari ke 4 postpartum. Dan berdasarkan Analisa Mc Nemar pada menunjukkan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan intervensi Akupresur hasil p value 0,000 artinya ada pengaruh akupresur terhadap produksi ASI (13).

Penelitian yang dilakukan oleh Siregar menunjukkan bahwa dari hasil uji statistik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan uji Mann whitney didapatkan hasil bahwa nilai signifikansi 0.004 ($p < 0,05$) sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada produksi ASI antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hal ini membuktikan bahwa adanya pengaruh akupresur yang signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019 (14).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurhasanah (2022) dengan judul Perbedaan Terapi Pijat Akupresur Dan Breastcare Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum bahwa Hasil uji t-test independent diketahui nilai signifikansi posttest sebesar $0,007 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengeluaran ASI pada ibu postpartum sesudah mendapatkan terapi pijat akupresur di PMB S.H Panongan Kabupaten Tangerang Banten (15).

Akupresur adalah teknik pengobatan nonfarmakologi yang berkaitan erat dengan akupunktur, dengan melakukan tekanan pada titik-titik tertentu dalam tubuh. Akupresur

sebagai seni dan ilmu penyembuhan berlandaskan pada teori keseimbangan yin dan yang. Yin dan Yang adalah dua aspek yang saling mendasari, saling mempengaruhi, tidak mutlak dan keduanya saling bertentangan tetapi membentuk suatu kesatuan yang utuh dalam suatu keseimbangan yang harmonis dan dinamis. Akupresur dapat menghasilkan efek melalui beberapa mekanisme yang berbeda. Titik akupresur memiliki sifat listrik yang ketika dirangsang dapat mengubah tingkat neurotransmitter kimia tubuh. Akupresur diyakini untuk melepaskan rasa sakit dan ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi dan pelepasan endorfin.

Terapi akupresur merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Teknik ini bisa memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi. Akupresur dapat meningkatkan rasa rileks pada ibu nifas .

Adanya perubahan kelancaran ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat akupresur hal ini disebabkan oleh karena melalui pijat akupresur titik-titik tertentu pada tubuh yang berguna untuk mengurangi nyeri serta mengurangi ketegangan dan kelelahan ditekan menjadikan daerah tersebut menjadi lancar. Kondisi ini bisa memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek samping seperti nyeri, ketegangan dan kelelahan yang dialami ibu postpartum.

KESIMPULAN

Terdapat Pengaru Akupresur terhadap Peningkatan ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Uncang Kota Batam Tahun 2023 dengan Hasil uji statistik independent sample T-test menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) $0,001 < 0,05$.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih Kepada Kepala Puskesmas Tanjung Uncang serta seluruh staf jajarannya yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar Mendukung Program ASI dan Dukungan terhadap Ibu Menyusui. Jakarta: World Health Organisation; 2020.
2. Kemenkes RI. Profil Dinas kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020.
3. Dinkes Kepulauan Riau. Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. Pangkal Pinang: Dinas Kesehatan Kepulauan Riau; 2019.
4. Dinkes Kota Batam. Profil Kesehatan Kota Batam. Batam: Dinas Kesehatan Kota Batam; 2020.
5. Djanah, Nur Muslihatun WN. Akupresur terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *J Sain dan Kesehat Phot*. 1930;8(1):73–7.
6. Angriani, Riana Sudaryati, Etty Lubis Z. Hubungan Frekuensi Menyusui dengan Kelancaran Produksi ASI Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Peusangan Selatan Kabupaten Bireuen Provinsi Aceh. *J Muara Sains, Teknol Kedokteran, dan Ilmu Kesehat*. 2018;2(1):299–304.
7. Parwati W DM. The Effect of Breast Acupressure and Oxylosins Massage to Improve the Breast Milk Production in Postpartum Mother. *J Med Sci Clin Res*. 2017;5(10):28756–60.
8. Marni. Asuhan Kebidanan pada Nifas. Jakarta: Pustaka Pelajar; 2015.
9. Pillitery Adele. Asuhan Ibu dan Anak. Jakarta: EGC; 2002.
10. Rahayu, Dwi Santoso, Budi Yunitasari E. Produksi ASI ibu dengan Intervensi. *J Ners*. 2015;10(1):9–19.
11. Hamdanesti Rischa MS. Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Sawahan Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang. *J Ilmu Kesehat*. 2017;1(1):13–21.
12. Sudaryono. Metodologi Penelitian. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada; 2019.
13. Ene, Servasia Karolin Hadi, Selasih Putri Isnawati Kusumawardani LA. Systematic Literature Review Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Malahayati Nurs J*. 2022;4(8):2070–87.
14. Siregar, Gf Gustina Purba, Tetty Junita Anatasya, Stefani Gulo RAP. Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum. *J Penelit Kebidanan dan Kespro*. 2020;2(2):53–8.
15. Nurhasanah S, Masluroh M. Perbedaan Terapi Pijat Akupresur dan Breastcare terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum. *J Ilm Ilmu Kebidanan dan Kandung*. 2022;14(2):94–101.