

## MANFAAT BACK ROLLING MESSAGE TERHADAP PENGELUARAN ASI DI KLINIK ESTHI HUSADA HUSADA SEMARANG

Dewi Mayangsari <sup>1</sup>, Dedeh Rahma <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> STIKes Karya Husada Semarang, Jl Kompol R Soekanto no 49 Semarang, (024) 6724581  
dmayang\_yahud@yahoo.co.id

### ABSTRAK

Back Rolling Massage merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Back Rolling Massage dilakukan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar. Tujuan penelitian : untuk mengetahui apakah ada manfaat Back Rolling Massage terhadap pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) pada ibu nifas di klinik Esti Husada Kota Semarang. Metode : jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, menggunakan metode Quasi Eksperiment. Desain penelitian menggunakan pretest-posttest with control group design.. pengambilan sampel dengan total sampel sejumlah 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji paired t-test Hasil : Berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji statistik paired t-test maka didapatkan nilai p value sebesar 0,002 (nilai probabilitas (p) > (0,05)). Kesimpulan : bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah Back Rolling Massage terhadap pengeluaran ASI ibu nifas.

Kata kunci: back rolling massage; pengeluaran ASI

### ABSTRACT

Back Rolling Massage is one solution to overcome incompleteness of breast milk production. Massage oxytocin is carried along the spine (vertebrae) to the fifth-sixth costae bone. The mother will feel calm, relax, increase the pain threshold and love her baby, so that the oxytocin hormone comes out and the milk quickly comes out. Research Objectives of the study : was to determine whether there is an effect of oxytocin massage on breast milk expenditure on postpartum mothers in the Esti Husada clinic in Semarang City. The type of research used was quantitative research, using the Quasi Experiment method. The design of the study used a pretest-posttest with control group design .. sampling with a total sample of 15 respondents in the intervention group and 15 respondents in the control group Data analysis was done by univariate analysis and bivariate analysis using paired t-test. Based on bivariate analysis using paired t-test statistical test, it was obtained p value of 0.002 (probability value (p) > (0.05)). There is an influence before and after oxytocin massage on postpartum mother's milk delivery. Objective of the study. Method. Results. Conclusion.

Keywords: back rolling massage, breast feeding

## LATAR BELAKANG

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh dan air putih, serta tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan nasi tim. Upaya untuk mendukung peningkatan pemberian ASI Eksklusif dapat dilihat dari telah dikeluarkannya berbagai pengakuan atau kesepakatan baik yang bersifat global maupun nasional yang bertujuan melindungi, mempromosi, dan mendukung pemberian ASI. Dengan demikian, diharapkan setiap ibu di seluruh dunia dapat melaksanakan pemberian ASI dan setiap bayi diseluruh dunia memperoleh haknya mendapat ASI. Sesuai dengan tujuan Sustainable Development Goal's (SDG's) ke-3 target ke-2 yaitu pada tahun 2030, mengakhiri kematian bayi dan balita yang dapat dicegah dengan seluruh negara berusaha menurunkan Angka Kematian Neonatal setidaknya hingga 12 per 1.000 Kelahiran Hidup.

World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) merekomendasikan pemberian nutrisi yang optimal bagi bayi baru lahir melalui strategi global pemberian ASI eksklusif selama enam bulan (Suryani, Emy dkk, 2013)

Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI), Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia sebesar 32 kematian per 1.000 kelahiran hidup. Penyebab AKB salah satunya adalah pemberian susu formula. bayi yang diberikan susu formula mengalami kesakitan diare 10 kali lebih banyak dan perilaku yang meningkatkan resiko terjadinya diare yaitu dalam menggunakan botol susu, penggunaan botol ini memudahkan pencemaran oleh kuman karena botol susu susah dibersihkan, penggunaan botol yang tidak bersih atau sudah dipakai selama berjam-jam dan membiarkan dilingkungan yang panas, sering menyebabkan infeksi usus yang parah karena bakteri dan jamur 4 kali lipat lebih banyak, sariawan mulut karena jamur 6 kali lebih banyak serta kegemukan atau obesitas

terjadi pada bayi yang mengkonsumsi susu formula sebesar 3,4 % dan kerugian lain menurunnya tingkat kekebalan asma dan alergi. AKB dapat dicegah dengan cara pemberian ASI Eksklusif (SDKI, 2012).

Pemberian ASI Eksklusif dapat menekan AKB dan mengurangi 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian bayi didunia melalui pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan sejak jam pertama kelahirannya tanpa memberikan makanan dan minuman tambahan kepada bayi. Hasil Survey menunjukkan angka cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada bayi umur 0-6 bulan hanya 27 %. Angka cakupan tersebut Masih sangat rendah namun setidaknya telah mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil pada tahun 2007 yaitu 17 %,) (BPS, 2012). Di Indonesia bayi yang mendapat ASI eksklusif pada tahun 2014 sebesar 45,55%. Kementerian Kesehatan sendiri telah menetapkan target cakupan pemberian ASI eksklusif per 2014 sebesar 80%.Kenyataannya, baru 27,5% ibu di Indonesia yang berhasil memberi ASI eksklusif (BKKBN, 2014)

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah menyatakan cakupan pemberian ASI eksklusif hanya 25,6% pada tahun 2012<sup>6</sup>. Angka tersebut lebih rendah dibanding tahun 2011 yakni sekitar 45,18% . Bila dilihat di kota Semarang pun menunjukkan angka yang tidak lebih besar, yaitu pada tahun 2009 pemberian ASI Eksklusif sebesar 3.138 (24,63%) dari 12.740 bayi usia 0 – 6 bulan yang ada (Profil Kesehatan Semarang, 2016)

Salah satu penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif bagi bayi dibawah usia enam bulan karena produksi ASI pada ibu postpartum yang terhambat pada hari-hari pertama paska persalinan sehingga sebagian besar bayi mendapatkan susu formula pada saat baru lahir. Cakupan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi beberapa hal diantaranya belum optimalnya penerapan 10 Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui, pemahaman masyarakat, rendahnya pengetahuan ibu dan keluarga

lainnya mengenai manfaat dan cara menyusui yang benar, kurangnya pelayanan konseling laktasi dan dukungan dari petugas kesehatan, faktor sosial budaya, kondisi yang kurang memadai bagi para ibu yang bekerja dan gencarnya pemasaran susu formula (Riskseddas, 2013)

Back Rolling Massage merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. Back Rolling Massage dilakukan pada sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima-keenam. Ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar. Oksitosin dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui oral, intra-nasal, intra-muscular, maupun dengan pemijatan yang merangsang keluarnya hormon oksitosin. Tindakan Back Rolling Massage ini dapat memberikan sensasi rileks pada ibu dan melancarkan aliran saraf serta saluran ASI kedua payudara lancar (Mardiyaningsih, Eko, 2010)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terdapat 178 ibu nifas yang melakukan kunjungan nifas dari bulan Januari sampai Desember 2017 selama setahun dan pada bulan November 2017 hingga April 2018 terdapat sebanyak 68 ibu nifas selama 6 bulan. Hasil wawancara dengan 10 ibu postpartum, diperoleh data bahwa klien mengeluh ASInya belum keluar pada hari pertama dan ibu memberikan bayi dengan susu formula alasannya karena ibu terpengaruh oleh mitos, banyak ibu yang dilarang oleh keluarganya untuk makan-makanan yang bergizi tinggi. Gagalnya IMD (Inisiasi Menyusu Dini) yang merupakan salah satu keberhasilan pemberian ASI eksklusif selama 1 jam. Kegagalan IMD dapat terjadi karena kontak dengan kulit ibu kurang dari 1 jam dan kurangnya pengetahuan ibu, meningkatnya promosi susu kaleng sebagai pengganti ASI, kurang dukungan suami dan pelekatan menyusui yang tidak benar. sehingga ibu tidak yakin bisa memberi ASI pada bayinya, perasaan ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya

akan menyebabkan penurunan hormone oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan.

Berdasarkan latar belakang peneliti tertarik untuk meneliti "Manfaat Back Rolling Massage terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas Di klinik Esti Husada Kota Semarang".

## METODE

Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah ibu nifas pada hari 1 - 3 yang ASInya kurang lancar di Klinik Esti Husada Kota Semarang

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode Quasi Eksperiment, Desain penelitian menggunakan pre-test and post-test with control group design. Penelitian dilakukan di Klinik Esti Husada Kota Semarang pada bulan Maret sampai Juli 2018 dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari. Dalam penelitian ini menggunakan accidental sampling. Pada penelitian ini peneliti mengambil sampel sebanyak 30 ibu nifas. Analisis data Univariat menghitung Mean, Standar Deviasi. Analisa data bivariate menggunakan Paired T Test pada kelompok berpasangan dan menggunakan Independent T Test pada kelompok tidak berpasangan serta uji normalitasnya menggunakan Saphiro Wilk.

## HASIL

Tabel 1. Back Rolling Massage (BRM) dan Pijat Endorpin pada ibu nifas Di Klinik E Kota Semarang.

Kelompok	Hasil	Df	Mean	SD	P value	
Back Rolling Massage	Sebelum	15	140,33	11,412	0,002	0,05
	Sesudah	15	153,33	9,759		
Endorphine	Sebelum	15	206,00	51,658	0,014	0,05
	Sesudah	15	230,00	66,762		

Tabel 1 menunjukkan hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji statistik paired t-test maka didapatkan nilai sebelum dan sesudah Back Rolling Massage sebesar

p value 0,002 yang berarti bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah Back Rolling Massage , sementara itu hasil dari sebelum dan sesudah pijat Endorphine sebesar p value 0,014 yang berarti bahwa ada perbedaan sebelum pijat dan sesudah pijat Endorphine.

Tabel 2. Pengaruh Back Rolling Massage (BRM) dan Pijat Endorphine terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas Di Klinik E Kota Semarang.

Kelompok	Df	Mean	SD	P value	
BRM	15	140,33	11,412	0,00	0,05
Endorphine	15	153,33	9,759	0	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji statistik Independent t-test maka didapatkan nilai p value sebesar 0.000 (nilai probabilitas (p) < (0,05). Sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh pengeluaran ASI sesudah Back Rolling Massage dan Back Rolling Massagee pada ibu nifas di Klinik "E" Kota Semarang

#### PEMBAHASAN

Rerata Pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan Back Rolling Massage

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan maka dapat diketahui bahwa pengeluaran ASI ibu nifas Di Klinik E Kota Semarang sebelum dilakukan Back Rolling Massage mempunyai rata-rata pengeluaran ASI sebanyak 140.33 ml, Standar Deviasi 11.412 ml dan pengeluaran ASI terendah 120 ml tertinggi 160 ml, dan sesudah dilakukan Back Rolling Massage mempunyai rata-rata 153.33 ml, Standar Deviasi 9.759 dan pengeluaran ASI terendah 140 ml tertinggi 170 ml. Hasil dari penelitian bahwa responden yang sebelum dilakukan Back Rolling Massage ASInya cenderung sedikit, karena di pengaruhi oleh faktor kurangnya pengetahuan tentang Back Rolling Massage. Hasil penelitian bahwa responden yang sudah dilakukan Back Rolling Massage

ASInya cenderung keluar lebih banyak karena di pengaruhi oleh hormon yang di produksi oleh hipofisis posterior yang akan dilepas kedalam pembuluh darah jika mendapatkan rangsangan yang tepat.

Back Rolling Massage adalah pemijatan tulang belakang dari leher sampai pada costa 5-6 yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin, ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Rerata Pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Endorphine

Berdasarkan hasil penelitian yang saya lakukan maka dapat diketahui bahwa produksi ASI ibu nifas Di Klinik "E" Kota Semarang sebelum dilakukan Pijat Endorphine mempunyai rata-rata produksi ASI sebanyak 206.00 ml, standar deviasi 51.658 ml dan pengeluaran ASI terendah 140 ml tertinggi 320 ml dan sesudah dilakukan Pijat Endorphine mempunyai rata-rata 230.00 ml, std. Deviation 66.762 ml dan pengeluaran ASI terendah 140 ml tertinggi 350 ml.

Hasil dari penelitian bahwa responden sebelum dilakukan Pijat Endorphine ASInya cenderung sedikit, karena di pengaruhi oleh faktor kurangnya pengetahuan tentang Pijat Endorphine selain pengetahuan ibu juga di pengaruhi oleh psikologis contohnya ibu yang mengalami post partum blues. Hasil penelitian bahwa responden yang sesudah dilakukan Pijat Endorphine ASInya cenderung keluar lebih banyak karena setelah dilakukan pemijatan selama kurang lebih 20 menit ibu merasa lebih bebas dari rasa sakit dan rileks dan nyaman selama menyusui.

Pengaruh Pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan Back Rolling Massage

Berdasarkan hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji statistic Paired T Test sebelum dan sesudah Back Rolling Massage nilai p value sebesar 0,002 (nilai probabilitas

(p value)  $< \alpha$  (0,05) sehingga  $H_0$  di tolak atau  $H_a$  diterima, maka dikatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara Back Rolling Massage terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas Di Klinik "E" Kota Semarang.

Back Rolling Massage adalah pemijatan tulang belakang dari leher (cervical) sampai pada costa 5-6 yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipotalamus dilanjutkan ke hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin. Hormon oksitosin fungsinya adalah untuk kontraksi uterus sehingga terjadi involusio uteri dan kontraksi sel-sel alveoli yang terdapat di payudara ibu sehingga ASI memancar keluar. Hormon oksitosin juga disebut sebagai hormon cinta yang membuat ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar.

Pengaruh Pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Endorphine

Berdasarkan hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji statistic Paired T Test sebelum dan sesudah Pijat Endorphine nilai p value sebesar 0,014 (nilai probabilitas (p value)  $< \alpha$  (0,05) sehingga  $H_0$  di tolak atau  $H_a$  diterima, maka dikatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara Pijat Endorphine terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas Di Klinik "E" Kota Semarang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan kadar hormone prolactin dan volume ASI adalah faktor psikologis ibu. Dengan Pijat Endorphine meningkatkan pelepasan endorphine yaitu zat penenang yang mengalir ke preadaran darah ibu yang menimbulkan respon vasodilatasi yang meningkatkan kelancaran aliran darah tubuh sehingga tubuh menjadi rileks dan tenang, sehingga memicu pengeluaran hormone oksitosin yang berperan dalam mekanisme letdown reflex (pengeluaran ASI) yang mempengaruhi pula pengeluaran hormone prolaktin (prolactin refleks). Pijatan yang diberikan berupa sentuhan yang sangat ringan yang bisa membuat bulu-bulu halus pada permukaan kulit berdiri. Hal ini terjadi

karena pijat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang merupakan pereda sakit alami.

Perbedaan Back Rolling Massage dan Pijat Endorphine terhadap Pengeluaran ASI

Berdasarkan hasil analisa bivariat dengan menggunakan uji statistic Independent t-test nilai p value sebesar 0,000 (nilai probabilitas (p)  $< \alpha$  (0,05) sehingga  $H_0$  di tolak atau  $H_a$  diterima, maka dikatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara Back Rolling Massage dan Pijat Endorphine terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas Di Klinik "E" Kota Semarang.

Dari hasil analisa kedua kelompok tersebut maka dapat disimpulkan bahwa Back Rolling Massage lebih efektif terhadap pengeluaran ASI daripada pijat Endorphine.

Secara fisiologis Back Rolling Massage merangsang refleks oksitosin atau let-down untuk mengsekresi hormone oksitosin ke dalam darah. Oksitosin ini menyebabkan sel-sel miopitelium disekitar alveoli ke duktuli menuju sinus dan putting kemudian dihisap oleh bayi. Penelitian yang dilakukan Emy Suryani tahun 2016 pengaruh Back Rolling Massage terhadap pengeluaran ASI ibu postpartum di BPM wilayah Kabupaten Klaten dengan indikator berat badan, frekwensi bayi BAK, frekwensi bayi menyusu dalam sehari dan lama tidur bayi setelah menyusu, menggunakan uji statistic T test Dependent dengan Wilcoxon. Hasil analisa data menunjukkan dengan hasil bahwa p value = 0,001 ( $p < 0,5$  Sehingga  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima). Ia mengemukakan bahwa sebagian besar ibu nifas merasakan manfaat Back Rolling Massage dimana produksi ASI sebelum dilakukan Back Rolling Massage menjadi lancar setelah dilakukan Back Rolling Massage. Hal ini juga membuat ibu merasakan rilek lebih nyaman dan kelelahan setelah melahirkan juga berkurang.

Dengan keadaan psikologis yang tenang akan memicu keluarnya hormone endorphin sehingga berpengaruh terhadap pengeluaran ASI. Salah satu cara penatalaksanaan untuk meningkatkan pengeluaran ASI serta mengurangi nyeri dengan melakukan

endorphin massage merupakan sebuah terapi sentuhan atau pijatan ringan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorfin yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan Hartono Anisa, Sevi Oktaviani, Devi Nindya massage endorphine terhadap volume ASI ibu post partum tahun 2016. Dalam penelitian ini nilai pretest-posttest yang diperoleh dari masing-masing kelompok dianalisis dengan menggunakan paired t test (Uji beda sampel berpasangan). Dari hasil uji statistik menggunakan paired t test dengan signifikansi level ( $\alpha = 0,05$ ), diperoleh nilai signifikan  $p=0,001$  ( $p < 0.05$ ) menunjukkan bahwa dilakukannya massage endorphin mempunyai pengaruh yang bermakna secara statistik terhadap volume ASI pada ibu post partum. Peningkatan ini dimungkinkan karena dengan menggunakan massage endorphine, ibu post partum merasa lebih nyaman dan rileks.

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat peningkatan rerata produksi ASI sebanyak 13 ml Setelah dilakukan Back Rolling Massage pada ibu nifas. Terdapat peningkatan rerata produksi ASI sebanyak 24 ml setelah dilakukan pijat Endorphin pada ibu nifas. Ada perbedaan yang signifikan antara Back Rolling Massage dan Pijat Endorphine terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas Di Klinik "E" Kota Semarang.

Bagi Ibu nifas diharapkan kepada suami maupun keluarga ibu yang menyusui agar dapat menerapkan dan melakukan Back Rolling Massage dan pijat Endorphin pada ibu untuk memperlancar pengeluaran ASI sehingga dapat mencapai ASI secara eksklusif.

Bagi Tenaga Kesehatan diharapkan bagi tenaga kesehatan selalu memberikan dukungan kepada suami dan keluarga serta mengajarkan teknik Back Rolling Massage dan pijat Endorphin, untuk meningkatkan

pengeluaran ASI dan cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan perlunya penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh Back Rolling Massage dan pijat Endorphin terhadap peningkatan produksi ASI dengan menambah variabel dalam penelitian yang terkait dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui.

#### REFERENSI

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) [Indonesia].(2014). Rencana Strategis Kependudukan dan KB Nasional 2010-2014. Jakarta; Indonesia: BKKBN.
- Biro Pusat Statistik. 2012. Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012.
- Dinkes Jawa Tengah 2008. Profil Kesehatan Jawa Tengah 2008. Diakses Tanggal 27 Februari 2018
- Kristiyansari, W. 2009. ASI:Menyusui dan Sadari. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mardiyarningsih, Eko. 2010. Efektifitas kombinasi teknik marmet dan pijat oksitoksin terhadap produksi ASI ibu post SC di RS wilayah Jawa Tengah
- Nasir, ABD, DKK. 2011. Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta:Nuha Medika. hal: 187,199,209, 234, 245
- Profil Kesehatan Semarang Tahun 2016. 31 Oktober 2017. <http://dinkes.semarangkota.go.id/>
- Riskesdas. 2013. Data Cakupan ASI. [www.depkes.go.id/](http://www.depkes.go.id/)Diakses pada tanggal 20 Februari
- Reni, 2015 Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui, Jakarta:Trans info media
- Saleha, 2009 Asuhan Kebidanan Masa Nifas, Jakarta: Salemba Medika
- Sugiono. 2014. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta. hal: 81,85
- Sulistyaningsih. 2011. Metodologi Penelitian Kebidanan. Yogyakarta: Graha Ilmu. hal: 81, 121-122 140, 145-146, 149-152,

- Saryono dan Mekar Dwi Anggraeni. 2013. Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan. Yogyakarta: Nuha medika
- Suryani, Emy & Astuti, Endah Widhi.(2013).Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum Di BPM Wilayah Kabupaten Klaten.Jurnal.Volume2.Nomor2.  
<http://www.google.co.id/url?q=http://www.docsengine.com/pdf/1/oksitosin.html>.  
Diakses 20 Februari 2018
- Widayanti, 2014. Efektivitas metode "speos" (stimulasi pijat endorphin, oksitosin dan sugestif) terhadap pengeluaran asi pada ibu nifas : (Quasi Ekperimen, di BPM Wilayah Kabupaten Cirebon Tahun 2014). Masters thesis, Program Pascasarjana Undip.