

## EVIDENCE BASED CASE REPORT (EBCR) : PENGARUH PEMBERIAN PIJAT OKETANI TERHADAP PRODUKSI ASI

### EVIDENCE BASED CASE REPORT (EBCR): THE EFFECT OF GIVING OKETANI MASSAGE ON BREAST MILK PRODUCTION

Jasmine Khoirul Barriyah<sup>1\*</sup>, Santi Sofiyanti<sup>2</sup>, Rika Resmana<sup>3</sup>

<sup>1\*</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung

<sup>1\*</sup> Email : Jasminekhoirulbarriyah271@gmail.com

<sup>2,3</sup> Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung

<sup>2,3</sup> Email : Santisofiyanti@staff.poltekkesbandung.ac.id, Rika\_resmana@yahoo.com

#### ABSTRACT

**Background:** Breastfeeding is a nutritional need for babies during growth and development. Breast milk (ASI) helps in sensory, cognitive, and motor development and protects and prevents babies from various diseases and infections. Breast milk production is influenced by the hormones prolactin and oxytocin, food intake, the mother's psychological condition, breast care, and the frequency of breastfeeding. In stimulating the release of these hormones, one of the efforts made is breast care. Breast care will stimulate the breasts and affect the hypopise to release more progesterone, estrogen, and oxytocin hormones. The hormone oxytocin will contract other cells around the alveoli, causing milk to flow down towards the nipple. One of the breast care techniques is oketani massage. This massage is a massage technique popularized in Japan that will make the breasts softer, the areola and nipples elastic, making it easier for babies to suckle breast milk. **Objective:** To determine the effect of oketani massage on postpartum maternal breast milk production. **Method:** This journal search uses keywords, Boolean Operators and E-data based with literature review and experimental research types. **Results:** Based on this study, it was found that there was an effect of Oketani massage on breast milk production in postpartum mothers. **Conclusion:** It is expected that health workers can use the Oketani massage technique to help breast milk production in postpartum mothers as an easy and inexpensive alternative that can help mothers in breast milk production.

**Key words:** Postpartum; Breast Care; Oketani Massage; Breast Milk Production

#### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Menyusui adalah kebutuhan nutrisi bayi selama pertumbuhan dan perkembangan. ASI (Air Susu Ibu) membantu dalam perkembangan sensorik, kognitif, dan motorik serta melindungi dan mencegah bayi dari berbagai penyakit dan infeksi. Produksi ASI dipengaruhi oleh Hormon prolaktin dan oksitosin, asupan makanan, kondisi psikologis ibu, perawatan payudara, dan frekuensi bayi menyusui. Dalam merangsang pengeluaran hormon tersebut maka salah satu upaya yang dilakukan adalah perawatan payudara, Perawatan payudara akan merangsang payudara dan mempengaruhi hypopise untuk mengeluarkan lebih banyak hormon progesteron, estrogen, dan oksitosin. Hormon oksitosin akan mengkontraksi sel-sel lain di sekitar alveoli, menyebabkan air susu mengalir turun ke arah puting. Salah satu teknik perawatan payudara adalah pijat oketani. Pijatan ini merupakan suatu teknik pemijatan yang dipopulerkan di Jepang yang akan membuat payudara menjadi lebih lembut, areola dan puting elastis sehingga memudahkan bayi untuk menghisap ASI. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pijat oketani terhadap pengeluaran ASI ibu *postpartum*. **Metode:**

Penelusuran jurnal ini menggunakan kata kunci, *Boolean Operator* dan *E-data based* dengan jenis penelitian literatur review dan eksperimen. **Hasil:** Berdasarkan penelitian ini didapatkan ada pengaruh pijat oketani terhadap pengeluaran ASI pada ibu *postpartum*. **Simpulan:** Diharapkan tenaga kesehatan dapat menggunakan teknik pijat oketani untuk membantu pengeluaran ASI pada ibu *Postpartum* sebagai alternatif yang mudah dan murah sehingga bisa membantu ibu dalam pengeluaran ASI.

**Kata kunci:** Postpartum; Perawatan Payudara; Pijat Oketani; Pengeluaran ASI

## PENDAHULUAN

Dalam masa kehidupannya bayi membutuhkan makanan alami utamanya yakni air susu ibu (ASI), terutama selama bulan-bulan pertama kehidupan mereka. ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi terutama di bulan-bulan pertama kehidupannya. ASI diekskresi oleh kelenjar mammae yang berfungsi sebagai makanan bayi berupa laktosa, emulsi lemak di dalam larutan protein, dan garam-garam anorganik.<sup>1</sup>

Menurut World Health Organization (WHO), bayi harus diberikan ASI secara eksklusif tanpa makanan tambahan sampai mereka berusia enam bulan, dan kemudian dilanjutkan sampai mereka berusia dua tahun pertama kehidupan.<sup>2</sup> ASI mengandung banyak manfaat dimana didalamnya terdapat unsur gizi yang bermanfaat sebagai nutrisi, hormon, kekebalan tubuh, faktor pertumbuhan, antibodi, dan inflamasi yang dapat mencegah infeksi pada bayi. Hal ini penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi selama diberikan ASI.<sup>3</sup>

Data ASI eksklusif pada bayi di seluruh dunia sebesar 41%, sedangkan target WHO untuk ASI eksklusif di dunia sebesar 70%.<sup>4</sup> Data ASI eksklusif di Indonesia sebesar 68,74%, data tersebut telah melampaui target renstra sebesar 47%. Capaian ASI eksklusif tertinggi terdapat di Provinsi Jawa Barat

sebesar 90,79%. Sedangkan, capaian ASI eksklusif terendah terdapat di Provinsi Gorontalo sebesar 30,71%. Provinsi Riau berada di urutan kedua dengan capaian ASI eksklusif terendah di Indonesia.<sup>5,6</sup>

Menurut data profil kesehatan Indonesia tahun 2017, cakupan bayi di Indonesia yang mendapat ASI eksklusif adalah 61,33%, (Kemenkes, 2018). Pemerintah telah menargetkan 80% bayi mengkonsumsi ASI Eksklusif di Indonesia, tetapi belum tercapai. Salah satu cara untuk meningkatkan cakupan ini adalah dengan memberikan informasi yang akurat tentang berbagai manfaat ASI eksklusif bagi ibu dan bayi. Sebagai upaya untuk membantu meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi.<sup>7</sup>

Dalam prosesnya setiap Ibu pasca melahirkan pasti dapat mengeluarkan ASI, tetapi jumlah yang dapat dikeluarkan berbeda-beda tergantung pada individu. Beberapa faktor yang mempengaruhi adalah makanan, kesehatan mental, fisiologis, pola istirahat, jenis kontrasepsi, berat lahir bayi, frekuensi menyusui dan posisi isapan bayi, umur kehamilan saat melahirkan, dan kebiasaan merokok dan meminum alkohol, dapat menyebabkan produksi ASI yang kurang. Banyak ibu yang kekurangan ASI memilih susu formula sebagai penggantinya. Namun, susu formula tidak dapat sepenuhnya menggantikan

ASI karena nilai gizinya yang lebih rendah dibandingkan dengan ASI. Oleh karena itu, ibu harus berusaha untuk meningkatkan produksi ASI mereka dan meningkatkan jumlah ASI yang mereka keluarkan. Dengan melakukan perawatan payudara.<sup>8</sup>

Salah satu upaya yang dilakukan adalah pemberian pijat oketani. Pijat Oketani merupakan perawatan payudara yang unik yang pertama kali dipopulerkan oleh Sotomi Oketani dari Jepang dan sudah dilaksanakan di beberapa Negara antara lain Korea, Jepang dan Bangladesh. Sotomi menjelaskan bahwa menyusui dapat meningkatkan kedekatan (*bonding*) antara ibu dengan bayi sekaligus mendukung pertumbuhan fisik dan mental anak secara alami. Pijat Oketani dapat membantu ibu menyusui dalam mengatasi kesulitan saat menyusui bayi mereka. Pijat oketani dapat memberikan rasa nyaman dan menghilangkan rasa nyeri pada ibu postpartum. Tubuh ibu postpartum menjadi lebih relaks. Hal ini berbeda dengan pijat payudara yang konvensional. Pijat oketani akan membuat payudara menjadi lebih lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menghisap ASI.<sup>9</sup>

## KASUS

Seorang wanita (Ny. A) berusia 25 tahun Postpartum 1 hari mengeluh ASI sedikit dan bayi tidak mau menyusu. Dalam pengkajian diketahui keadaan umum pasien adalah baik dan juga composmentis sehingga pasien dapat dilakukan anamnesa terlebih dahulu terkait identitas, keluhan saat ini, riwayat kehamilan dan persalinan saat ini serta riwayat kesehatan pasien dan keluarga yang dapat diperberat atau memperberat masa nifasnya. Dalam hal ini dapat ditemukan bahwa Ny.A tidak memiliki keluhan apapun setelah melahirkan 1 hari yang lalu dan tidak memiliki riwayat penyakit yang dapat

diperberat dan memperberat masa nifasnya baik dalam diri Ny.A atau penyakit turunan yang diidap oleh anggota keluarga. Pada persalinan ini Ny. A melahirkan bayi perempuan secara spontan dengan berat badan ketika dilahirkan adalah 3000 gram, Panjang badan 47 cm, Lingkar dada 31 cm, lingkar kepala 33 cm dengan luka laserasi derajat 2. Dalam anamnesa yang telah dilakukan pun Ny.A mengatakan sudah mulai bisa bergerak ke kanan dan kekiri serta berjalan sedikit demi sedikit.

Pada pemeriksaan fisik yang dilakukan kepada Ny.A didapatkan hasil yaitu Keadaan umum : Baik, Kesadaran : Composmentis, TD : 116/77 mmhg, S : 36 C, N : 91 x/menit, R : 20 x/menit, TFU : P-2, Kontraksi uterus : Baik, Kandung kemih : Kosong, Kolostrum (+)

## RUMUSAN MASALAH

### PICO

P : Masa Nifas/ *Postpartum*

I : Pijat Oketani/ *oketani breast massage*

C : Tidak ada intervensi lainnya

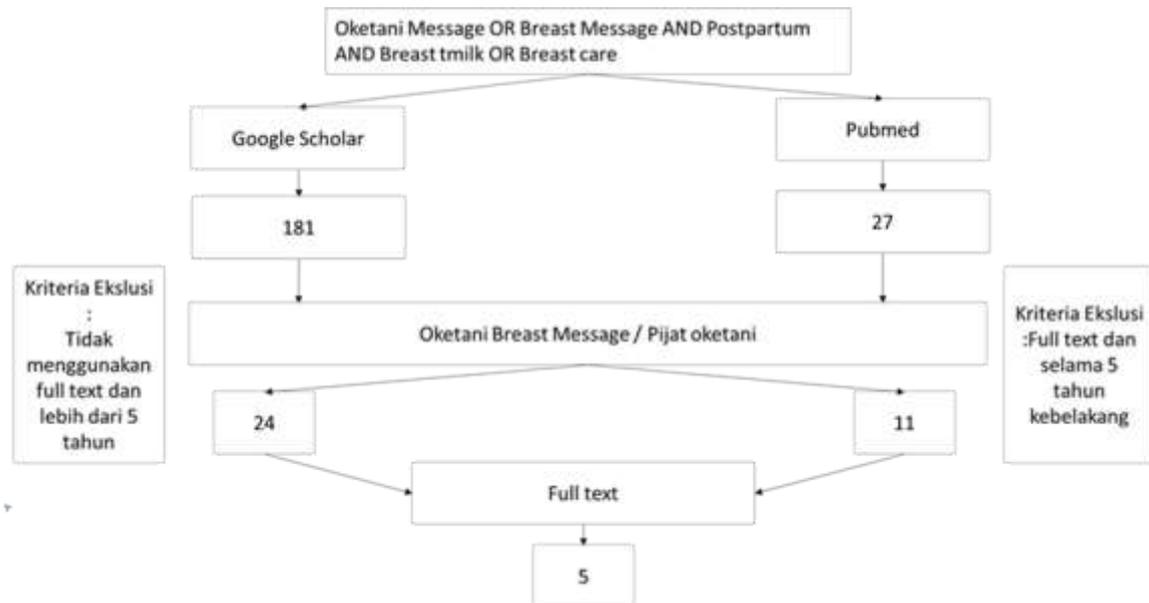
O : produksi asi

Apakah pemberian pijat oketani berpengaruh terhadap produksi ASI?

## METODE

Metode penelusuran artikel atau jurnal dengan menggunakan databased *Pubmed* dan *Google Scholar*. Kata kunci yang digunakan adalah kata yang mewakili populasi yakni *Oketani Message OR Breast Message AND Postpartum AND Breast milk OR Breast care*. Artikel jurnal yang relevan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang meliputi batasan terbitan 5 tahun terakhir.

**Gambar 1. Diagram Alur Pemilihan Literature**



**Tabel 1. Telaah Kritis**

Artikel	Desain Penelitian	Level of Evidence	Validity	Importance	Applicability
<p>Judul: <i>The Impact Of Combination Of Rolling And Oketani Massage On Prolactin Level And Breast Milk Production In PostCesarean Section Mothers</i><sup>10</sup></p> <p>Penulis: Nia Dwi Yuliati, Hadi, Sri Rahayu, Noor Pramono, Donny Kristanto Mulyantoro</p> <p>Penerbit: <i>Belitung Nursing Journal</i></p> <p>Tahun terbit: 2017</p>	Ekperimen	II	Metode Penelitian eksperimental semu dengan desain control group pretest posttest.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik kadar prolaktin setelah intervensi pada kelompok eksperimen dan kontrol dengan p-value 0,035 (<0,05), dan perbedaan produksi ASI yang signifikan pada kedua kelompok pada posttest 1 dan posttest ke 2 dengan pvalue 0,000 (<0,05).	Terdapat pengaruh yang signifikan secara statistik dari kombinasi pijat rolling dan oketani terhadap peningkatan kadar prolaktin dan produksi ASI. Disarankan agar intervensi ini dapat diterapkan asuhan kebidanan pada ibu pasca operasi caesar.

<p>Judul : <i>The Effectiveness of Oketani Massage on the Prevention of Mother's Breast Milk Dam ASI on Postpartum and Post Sectio Sesarea</i> <sup>11</sup></p> <p>Penulis: Tiarnida Nababan, Wicak Tini Hia, Nia Rahmawi, Triana Anggraeni Haloho, Yenni Anita Hutagalung</p> <p>Penerbit: <i>Jurnal penelitian perawat profesional</i></p> <p>Tahun Terbit: 2020</p>	<p>Ekperimen</p>	<p>II</p>	<p>Metode yang dipakai Pra Eksperimen dengan Rancangan Post Test Only Design. Pengukuran data menggunakan observasi dengan analisis data bivariat. Populasi : 233 orang, Sampel : 35 orang dengan tehnik Accidental Sampling</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) tidak mengalami bendungan ASI dan mengalami peningkatan produksi ASI. Hasil analisis data diperoleh nilai <math>Z=-4,472b</math> dan nilai <math>p\text{-value} = 0,000</math> dengan taraf signifikasi <math>p&lt;0,05</math>.</p>	<p>Kesimpulan dari hasil penelitian menyatakan bahwa kejadian bendungan ASI pada ibu post partum dan ibu post Sectio Caesarea 100% efektif dapat dicegah dengan pijat oketani dan juga pijat oketani meningkatkan produksi ASI</p>
<p>Judul: Perbandingan Efektifitas Pijat Oketani Dengan Pijat Oksitosin Untuk Mengurangi Keluhan Bendungan Asi Di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya <sup>12</sup></p> <p>Penulis: Suhermi Sudirman, Fatma Jama</p> <p>Penerbit: Jurnal kebidanan dan keperawatan</p> <p>Tahun: 2019</p>	<p>Ekperimen</p>	<p>II</p>	<p>Desain penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan rancangan "One Groups Pretest-Posttest Design" yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan sebelum dan sesudah diberi perlakuan</p>	<p>Setelah dilakukan implementasi langsung pemberian perawatan payudara dengan terapi pijat oketani pada ibu post partum selama 30 menit pada pagi dan sore dalam jangka waktu 3 hari didapatkan hasil pijat oketani mampu menurunkan rasa nyeri payudara pada ibu post partum, frekuensi menyusui ibu meningkat <math>\geq 8</math> kali dalam sehari atau setiap 2 – 3 jam, frekuensi</p>	<p>Metode ini dapat digunakan oleh ibu nifas untuk memberikn perawatan payudara sebagai upaya untuk meningkatkan produksi ASI serta pencegahan terjadinya bendugan payudara</p>

				BAB bayi meningkat 3 – 4 kali perhari dan BAK 7 – 8 kali perhari, dan ibu post partum mengatakan bahwa mereka merasa nyaman setelah dilakukan pemijatan	
<p>Judul: Pijat Oketani Lebih Efektif Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Dibandingkan Dengan Tehnik Marmet<sup>9</sup></p> <p>Penulis: Anita Dwi Astari, Machmudah</p> <p>Penerbit: Prosiding unimus</p> <p>Tahun Terbit: 2019</p>	Ekperimen	II	<p>Jenis Penelitian Quasy – Experiment dengan rancangan Pre Test and Post Test Non – Equivalent Control Group Design. Analisis data dengan Uji Independent Sample T – Test. Dengan jumlah sampel sebanyak 32 orang yang diambil secara purposive sampling</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beda frekuensi menyusu, frekuensi BAK dan frekuensi BAB pada responden setelah diberikan pijat oketani dan tehnik marmet dengan masing – masing nilai p-value 0,000 (p&lt;0,05).</p>	<p>Selisih nilai pre-test dan post-test pijat Oketani lebih efektif mempengaruhi frekuensi menyusu dan fekuensi BAB dibandingkan dengan tehnik Marmet dengan nilai delta frekuensi menyusu 13,5 &gt; 13,1, nilai delta frekuensi BAB 5,75 &gt; 3,00, sedangkan tehnik Marmet lebih efektif mempengaruhi frekuensi BAK dibandingkan pijat Oketani dengan nilai delta frekuensi BAK 9,25 &lt; 11,12.</p>
<p>Judul : Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas<sup>13</sup></p> <p>Penulis : Siti Novy Romlah, Junaida Rahmi</p>	Ekperimen	II	<p>Desain Penelitian Quasy Experiment dengan Rancangan One Groups Pre Test Post Test Desig</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan mean kelancaran ASI sebelum dan sesudah pijat oketani pada ibu nifas adalah 10,3 dan 12,5. Hasil Uji T dependent menunjukkan ada perbedaan kelancaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat</p>	<p>Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa kejadian bendungan ASI efektif dapat dicegah dengan pijat oketani. Ditemukan ada perbedaan kelancaran ASI dan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah</p>

Tahun Terbit : 2019			<p>oketani pada ibu nifas (<math>p=0,016</math>). Mean tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani pada ibu nifas adalah 35,11 dan 13,33. Hasil Uji T dependen menunjukkan ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan pijat oketani pada ibu nifas (<math>p=0,006</math>)</p>	<p>dilakukan pijat oketani. Pijat oketani yang diberikan merasakan keadaan yang tenang, santai, rileks, dan nyaman dalam menyusui bayinya sehingga menyebabkan peningkatan kadar oksitosin dan ASI lancar</p>
------------------------	--	--	--	---

## HASIL

Pijat oketani dilakukan selama 3 hari yakni pada hari pertama hingga hari ketiga setelah persalinan, dilakukan sekali sehari dengan durasi 15-30 menit dan dilakukan penilaian dari frekuensi menyusui, dan jumlah frekuensi BAB dan BAK. Pada hari pertama pasca persalinan yakni pada tanggal Ny.A mengeluh ASI nya sangat sedikit dan takut ASI nya tidak keluar, kemudian Ny.A diberikan intervensi yakni pijat oketani yang dilakukan selama 15 menit di ruang nifas serta mengajarkan kepada keluarga pasien dan diperoleh hasil payudara menjadi lebih lentur serta ASI yang dikeluarkan cukup banyak sehingga

## PEMBAHASAN

Metode yang digunakan pada studi kasus ini adalah study deskriptif dengan pendekatan asuhan kebidanan berbasis bukti (*evidence based case report*). Studi kasus ini menggunakan 1 subjek yaitu Ny.A yang mengeluh ASI nya belum keluar dengan diagnosis P1A0 Postpartum 1 hari. Berdasarkan pengkajian, data yang didapat menunjukkan hal yang normal. Tindakan non-farmakologi yang

Ny.A dapat menyusui bayinya sebanyak 5-7x/ hari dan frekuensi BAB 1x/hari serta BAK 2-3x/hari dengan lama menyusui sekitar 10 menit, kemudian pada hari kedua pijat oketani dilakukan secara mandiri oleh keluarga di rumahnya dan didapatkan hasil bahwa Ny.A dapat menyusui bayinya sebanyak 8-10x/ hari dan frekuensi BAB 2x/hari serta BAK 5-7 x/hari dengan lama menyusui 15 menit, serta hari ketiga dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil bahwa Ny.A dapat menyusui bayinya sebanyak 8-12x/ hari dan frekuensi BAB 2x/hari serta BAK 7-9 x/hari dengan lama menyusui 15-20 menit.

diberikan pada Ny.A untuk mengatasi peningkatan produksi ASI dan mencegah terjadinya bendungan payudara adalah dengan penerapan Oketani Breast Massage (OBM). Pijat oketani salah satu metode *breast care* yang tidak menimbulkan rasa nyeri. Manfaat pijat oketani antara lain menimbulkan rasa nyaman, meningkatkan produksi ASI, payudara menjadi lebih elastis, saluran produksi ASI lancar dan kemampuan untuk mencegah serta mengobati ibu yang mengalami pembengkakan payudara,

puting tenggelam, puting lecet, puting terbenam atau puting datar<sup>14</sup>.

Pijat oketani ini dilakukan selama 15-30 menit sekali dalam sehari dan dilakukan dalam 3 hari. Pijat oketani merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin bertanggung jawab untuk produksi ASI, sedangkan hormon oksitosin untuk mensekresikan ASI. Hormon oksitosin adalah hormon yang dihasilkan oleh kelenjar hipofisis *posterior*. Hormon ini bertanggung jawab untuk mengalirkan ASI yang telah di produksi prolaktin ke saluran laktiferus dan sampai ke mulut bayi melalui isapannya. Pijat oketani akan membuat kelenjar *mammae* menjadi mature dan lebih luas, sehingga kelenjar-kelenjar air susu menjadi semakin banyak dan ASI yang diproduksi meningkat. Payudara akan menjadi lunak, lentur dan areola serta puting susu menjadi lebih elastis saat dilakukan pijat oketani. Seluruh payudara menjadi lebih lentur dan membuat ASI berkualitas lebih baik karena kandungan solids, konsentrasi lemak dan *gross energy* meningkat<sup>14</sup>.

Pijat oketani menstimulasi kekuatan otot pectoralis untuk meningkatkan produksi ASI dan membuat payudara menjadi lebih lembut serta lebih elastis sehingga bayi mudah untuk menghisap ASI. Persepsi ibu positif terhadap pijat oketani, yaitu ibu lebih percaya diri dan menyatakan bahwa bayinya dapat menyusui lebih baik dari sebelumnya<sup>15</sup>.

## SIMPULAN

Penerapan pijat oketani dapat berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI dan pencegahan adanya bendungan payudara dengan dilakukan selama 15-30 menit setiap hari, dilakukan 1x sehari.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Allah Swt, karena sudah memberikan kesehatan dan kelancaran untuk peneliti bisa menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Terima kasih kepada staff dosen, keluarga, dan segala pihak yang telah membantu dan berkontribusi dalam terlaksananya penelitian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

1. Ronisah. Tumbuh Kembang Bayi Usia 6-12 Bulan yang Diberi ASI Eksklusif dengan yang Tidak Diberi ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Lima Puluh Kabupaten Batu Bara Tahun 2017. *J Pembang Wil Kota*. 2017.
2. Kurniawan. Determinan Keberhasilan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif. *J Kedokt Brawijaya*. 2019.
3. Puspitasari. Upaya Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif Dan Kebijakannya Di Indonesia. *Penelit Gizi Dan Makanan (The J Nutr Food Res*. 2019.
4. WHO. Global Breastfeeding Collective. 2018.
5. Profil Kesehatan Ibu dan Anak 2022. *Badan Pus Stat*. 2022.
6. Sari, V. P. U., & Syahda S. Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *J doppler*. 2020.
7. Saputri, I. N., Ginting, D. Y., & Zendato IC. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *J Kebidanan Kestra*. 2019.
8. Sudirman S JF. Pelatihan Terapi Pijat Oketani Ibu Postpartum Pada Perawat/ Bidan di RS Bersalin Masyita Makassar. *J Pengabd Masy Kebidanan*. 2019.
9. Astari. Pijat oketani lebih efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum dibandingkan dengan teknik marmet. *Univ Muhammadiyah Semarang*. 2019.
10. Dwi N, Yuliati H, Rahayu S, et al.

- The Impact Of Combination Of Rolling And Oketani Massage On Prolactin Level And Breast Milk Production In PostCesarean Section Mothers. *Belitung Noursing J.* 2017.
11. Tiarnida, Nababan, Tini W, et al. The Effectiveness of Oketani Massage on the Prevention of Mother's Breast Milk Dam ASI on Postpartum and Post Sectio Sesarea. *J Penelit Perawat Prof.* 2020.
  12. Suhermi, Sudirman, Jama F. Perbandingan Efektifitas Pijat Oketani Dengan Pijat Oksitosin Untuk Mengurangi Keluhan Bendungan Asi Di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. *J kebidanan dan keperawatan.* 2019.
  13. Novy S, Romlah, Junaida, Rahmi. Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Kelancaran ASI dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas. 2019.
  14. Machmudah. Sukses Menyusui dengan Pijat Oketani. *Pros Semin Nas Publ Hasil-Hasil Penelit Dan Pengabdian Masyarakat.* 2017.
  15. Yasni sasmita. Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Lhok Bengkuang Kecamatan Tapaktuan. *J Pendidikan, Sains, dan Hum.* 2020;8(4):555-561.