

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA 2023

**PENGARUH PEMBERIAN AKUPRESURE PAYUDARA TERHADAP
PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS
MOJOSONGO BOYOLALI**

Desi Meliyawati¹⁾, Aris Prastyoningsih²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu
Kesehatan Univeritas Kusuma Husada Surakarta

^{2) 3)} Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email :

ABSTRAK

Hari-hari pertama masa nifas sering terjadi produksi Air Susu Ibu (ASI) kurang yang selalu menjadi pemicu bayi baru lahir diberikan susu formula yang akhirnya mengakibatkan tidak tercapainya ASI eksklusif, yang mana ASI eksklusif sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Masih banyak ibu yang mengeluh dan putus asa karena air susu yang belum keluar atau tidak lancar. Dalam upaya pengeluaran ASI ada dua hal yang mempengaruhi yaitu produksi dan pengeluaran. Tujuan penelitian ini yaitu Untuk mengetahui pengaruh pemberian akupresur payudara terhadap produksi ASI ibu nifas di Puskesmas Mojosongo Boyolali

Penelitian ini menggunakan desain *quasy Eksperimental dengan Pre and Post Test Without Control*. Metode pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden 30 ibu nifas. Uji Analisis data menggunakan uji *wilcoxon*.

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p value $0,000 < 0,05$ artinya ada pengaruh pemberian akupresur payudara terhadap produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Mojosongo Boyolali.

Kata Kunci : akupresure, produksi ASI, Ibu Nifas

Daftar Pustaka : (2013-2023).

MIDWIFE STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAMS
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA 2023

**THE EFFECT OF BREAST ACUPRESSURE TO BREAST MILK
PRODUCTION ON MOTHER BREAST FEEDING IN PUSKESMAS
MOJOSONGO BOYOLALI**

Desi Meliyawati¹⁾, Aris Prastyoningsih²⁾

- ¹⁾ Student of Midwife Study Program of Undergraduate Programs, Faculty of Health Sciences, University of Kusuma Husada surakarta
²⁾ Lecturers of Midwife Study Program of Undergraduate Programs, Faculty of Health Sciences, University of Kusuma Husada surakarta

[Email:](#)

ABSTRACT

In the first days of the postpartum period, there is often less production of Mother's Milk (ASI) which is always a trigger for newborns to be given formula milk which ultimately results in not achieving exclusive breastfeeding, in which exclusive breastfeeding is very important for the growth and development of infants. There are still many mothers who complain and give up because the milk has not come out or is not smooth. In efforts to expel breast milk, there are two things that affect it, namely production and expenditure. The purpose of this study was to determine the effect of giving breast acupressure on the milk production of postpartum mothers at the Mojosongo Boyolali Health Center.

This study uses a quasy experimental design with Pre and Post Test Without Control. The sampling method used purposive sampling with 30 postpartum mothers as respondents. Test Data analysis using the Wilcoxon test.

The results of the Wilcoxon test showed a p value of $0.000 < 0.05$ meaning that there was an effect of giving breast acupressure on the milk production of breast feeding mothers at the Mojosongo Boyolali Health Center.

Keywords: Accupresure, Breast Feeding Mother, Breast Milk Production

Bibliography: (2013 - 2023).

PENDAHULUAN

Hari-hari pertama masa nifas sering terjadi produksi Air Susu Ibu (ASI) kurang yang selalu menjadi pemicu bayi baru lahir diberikan susu formula yang akhirnya mengakibatkan tidak tercapainya ASI eksklusif, yang mana ASI eksklusif sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi (Pollard, 2019). Masih banyak ibu yang mengeluh dan putus asa karena air susu yang belum keluar atau tidak lancar. Ketidaklancaran pengeluaran ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan keadaan psikologis ibu yang sangat berperan dalam kelancaran pengeluaran ASI. Dalam upaya pengeluaran ASI ada dua hal yang mempengaruhi yaitu produksi dan pengeluaran (Mulyani, 2013). Payudara ibu juga dapat mengalami pembengkakan ketika menyusui.

Tim peneliti Health Collaborative Center (HCC) menunjukkan bahwa tingkat keberhasilan menyusui di Indonesia mencapai 89,4% (HCC). Secara data nasional, Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan, persentase pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif atau di bawah 6 bulan mencapai 71,58% pada 2021. Jumlah itu meningkat 1,96 poin dibandingkan 2020

yang sebesar 69,62%. Sedangkan di daerah Jawa Tengah prevelensi pemberian ASI yaitu 72% pada tahun 2019, 76,30% pada tahun 2020, 78, 93% pada tahun 2021 (BPS Indonesia, 2021). Untuk persentase penduduk berumur 0-23 Bulan (Baduta) yang Pernah diberi ASI dan Lama Pemberian ASI (Persen) di Kabupaten Boyolali pada tahun 2021 10,03% angka ini meningkat dari tahun sebelumnya yaitu sebesar 9,72%% pada tahun 2020 (BPS, 2022). Permasalahan menyusui dapat diatasi dengan beberapa macam yaitu salah satunya pemberian akupresure.

Efek penekanan titik akupresur dapat merangsang hipofisis yang berada di otak untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin kedalam darah sehingga produksi ASI meningkat. Selain itu akupresur dapat meningkatkan endorfin yang dapat mengurangi nyeri dan membuat tubuh rileks (Rahayu, 2015). Hasil penelitian Vidayanti (2015) dengan melakukan pijat punggung menggunakan Minyak Esensial Lavender terhadap Produksi ASI mendapatkan hasil adanya perbedaan kelancaran produksi ASI antara kelompok pijat menggunakan minyak esensial lavender dan kelompok kontrol dengan p-value 0,007 dan OR sebesar 4,84 (65% CI : 1,68-13,93)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Mojosongo didapatkan bahwa pada bulan September 2022 terdapat 30 kelahiran di Kecamatan Mojosongo dan pada tahun 2021 angka kelahiran hidup di Kecamatan Mojosongo mencapai 100%. Saat dilakukan wawancara pada 10 ibu yang tidak memberikan ASI, 6 diantaranya tidak memberikan ASI karena pada saat setelah selesai lahiran, ASI tidak berproduksi dan sulit keluar sehingga ibu berinisiatif langsung memberikan susu formula untuk kebutuhan bayi dan tidak melakukan terapi kesehatan untuk meningkatkan produksi ASI. Sedangkan 4 ibu beralasan karena harus bekerja sehingga waktu pemberian ASI hanya ketika ibu di rumah, namung ketika di rumah, ibu mengatakan sudah kelelahan untuk memberikan ASI kepada bayinya sehingga bayi beresiko kekurangan ASI

Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh akupresure terhadap produksi ASI ibu nifas.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Mojosongo Boyolali pada bulan Desember 2022 – Januari 2023

Jenis penelitian Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Quasy Eksperimental dengan Pre and Post Test*

Without Control. Sampel pada penelitian ini adalah 30 ibu ibu menyusui yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Mojosongo Boyolali.

Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan gelas ukur untuk mengetahui produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Analisa Data dengan uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon-test* karena untuk mengetahui pengaruh dari 2 variabel yang berpasangan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini adalah :

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Pada Usia Responden (n=30)

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
< 20 tahun	4	13,3
20 – 35 tahun	26	86,7
>35 tahun	0	0
Total	30	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa paling banyak diantara usia 20 – 35 tahun sebanyak 26 responden (86,7%). Penelitian ini sejalan dengan Wulandari dkk (2019) yang menyatakan bahwa usia responden paling banyakyaitu berkisar di antara 20-35 tahun yaitu 94,1%. Menurut Cuningham (2016) bahwa usia

reproduksi sehat dan subur pada wanita antara 20-35 tahun.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017) menjelaskan bahwa usia 20- 35 tahun adalah rentang usia produktif terbanyak dan sangat mendukung dalam pemberian ASI eksklusif karena ibu mudah menerima dan informasi yang diperoleh mengenai ASI, sedangkan usia kurang dari 20 tahun dianggap belum matang secara mental, fisik, dan psikologis dalam menghadapi kehamilan, persalinan, serta pemberian ASI. Usia lebih dari 35 tahun beresiko, karena telah terjadinya penurunan fungsi alat reproduksi (Wadud, 2013). Usia yang kurang dari 20 tahun merupakan masa pertumbuhan termasuk organ reproduksi (payudara), sedangkan usia lebih dari 35 tahun organ reproduksi sudah lemah dan tidak optimal dalam pemberian ASI Eksklusif, sehingga kemampuan seorang ibu untuk menyusui secara eksklusif juga sudah tidak optimal lagi karena penurunan fungsi dari organ reproduksi seperti payudara (Hidayati, 2013).

Table 2. Karakter responden berdasarkan pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SMP	3	10
SMA	21	70
Perguruan Tinggi	6	20
Total	30	100

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan hasil distribusi frekuensi pendidikan responden, paling banyak yaitu pendidikan terakhir SMA sebanyak 21 responden (70%). Menurut tingkat pendidikan sebagian besar memiliki tingkat pendidikan tinggi dari ke empat artikel sebanyak 24,5. Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi maka pengetahuan secara signifikan akan memiliki pengetahuan yang baik. Menurut teori menyatakan bahwa orang yang memiliki pendidikan tinggi akan merespon yang rasional terhadap informasi yang datang dan akan berfikir sejauh mana keuntungan yang akan mereka dapatkan. Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima hal baru sehingga informasi lebih mudah diterima khususnya tentang ASI eksklusif (Mabud, 2014).

Menurut pendapat peneliti tingkat pendidikan masyarakat yang rendah seringkali menjadi tuduhan utama sebagai penyebab sehingga ibu-ibu tidak mempunyai kesempatan, untuk mendapatkan informasi yang baik. Namun dengan majunya sistem informasi komunikasi saat ini, nampaknya tingkat pendidikan masyarakat rendah tidak lagi menjadi faktor utama yang menyebabkan penggunaan ASI masih rendah. Ibu-ibu

yang memiliki pendidikan rendah diberikan kesempatan untuk menambahkan informasi tentang pemberian ASI agar ibu tersebut dapat mengerti dan paham tentang ASI eksklusif

Tabel 3. Distribusi Berdasarkan Paritas (n=30)

Paritas	Frekuensi	Persentase (%)
Primipara	20	66,7
Multipara	10	33,3
Total	30	100

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan hasil distribusi frekuensi paritas responden paling banyak primipara yaitu 20 responden (66,7%). Menurut Purnamasari & Khasanah (2020) terdapat hubungan yang signifikan antara paritas dengan pemberian ASI Eksklusif dengan p value 0,005 (<0,05).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ariani (2022) Hasil uji statistik Chi-square menunjukkan nilai p-value 0,004, dimana nilai p value < $\alpha = 0,05$ maka terdapat hubungan paritas dengan produksi air susu ibu (ASI) di Klinik Andri Kotabangun tahun 2021. Ibu primipara lebih tidak teratur dalam memberikan ASI dalam dua minggu dan 12 minggu pertama dibandingkan dengan ibu multipara Ibu yang melahirkan lebih dari satu kali, produksi

ASI jauh lebih banyak dibandingkan ibu yang melahirkan pertama kali. Jumlah persalinan yang pernah dialami ibu memberikan pengalaman dalam memberikan ASI kepada bayi. Semakin banyak paritas ibu akan semakin berpengalaman dalam memberikan ASI dan mengetahui cara untuk meningkatkan produksi ASI, sehingga tidak ada masalah bagi ibu dalam memberikan ASI (Taveraset al., 2013).

Tabel 4. Produksi ASI sebelum diberikan intervensi

Karakteristik	Min	Max	Mean	SD
Produksi ASI pre	7	22	13,80	4,759

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan rata-rata produksi ASI sebelum diberikan intervensi yaitu 13,80 ml dengan produksi minimal yaitu 7 ml dan maksimal 22 ml. Menurut Niar dkk (2021) faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu pola makan, dukungan suami, pola istirahat, teknik menyusui, dan penggunaan ASI booster. Pola makan yang baik serta gizi yang cukup dapat mempengaruhi produksi ASI karena produksi ASI diperoleh dari makan dan minuman. Peran suami, dengan adanya dukungan suami dapat menurunkan stress ibu post partum sehingga tidak ada gangguan dalam produksi ASI. Istirahat yang cukup pada

masa nifas akan mempengaruhi kelancaran dari produksi ASI karena aktifitas yang tinggi akan menyebabkan ibu mengalami kelelahan dan apabila kondisi ibu lelah atau stress maka produksi ASI akan terganggu. Kurangnya istirahat dan tidur menyebabkan kurangnya jumlah produksi ASI, memperlambat proses involusi uteri dan meningkatkan risiko perdarahan, menyebabkan depresi dan ketidakmampuan ibu untuk merawat diri dan bayinya (Umaroh, 2013).

Tabel 5. Produksi ASI setelah diberikan intervensi

Karakteristik	Min	Max	Mean	SD
Produksi ASI post	10	30	16,63	5,379

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan rata-rata produksi ASI setelah diberikan intervensi yaitu 16,63 ml dengan produksi minimal yaitu 10 ml dan maksimal 30 ml.

Akupresur yang digunakan adalah teknik Acupressure point for lactation. Dengan demikian akupresur dapat memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek sampan tertundanya proses menyusui. Hasil penelitiannya sebelumnya dilakukan oleh saraung dkk (2017) di Puskesmas Ranotana Weru dengan ibu post partum di dapatkan hasil bahwa terapi akupresur efektif untuk

meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum yang mengalami penurunan produksi ASI.

Menurut pendapat peneliti, Akupresur dapat meningkatkan produksi ASI karena dapat memaksimalkan reseptor prolaktin dan oksitosin serta meminimalkan efek sampan tertundanya proses menyusui

Tabel 5. Analisis pengaruh pemberian akupresur payudara terhadap produksi ASI Ibu menyusui

Variabel	<i>p value</i>
Pre Test – Post Test	0,000

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan $p \text{ value} = 0,000$ ($p \text{ value} < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian akupresur payudara terhadap produksi ASI ibu nifas di Puskesmas Mojosongo Boyolali. Penelitian ini sejalan dengan Wulandari (2019) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh akupresur terhadap produksi ASI dengan $p \text{ value} 0,000$. Terdapat peningkatan rata – rata produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian akupresur payudara yaitu 13,80 ml menjadi 16,63 ml.

Akupresur merupakan pengobatan dari Cina yang muncul sejak ribuan

tahun lalu yang dilakukan dengan teknik pijatan untuk merangsang titik-titik tertentu dalam area tubuh. Titik untuk penanganan defisiensi produksi ASI dengan memberikan pemijatan pada titik SII (Shaoze), dan CV17 (Shanzhong), ST 18 (Rugen) dan LI4 (Hegu) merupakan titik kombinasi yang terletak antara os metakarpalis I dan II pertengahan tepi radial os metakarpalis II yang biasanya disebut dengan titik dewa (Rajin dkk, 2015).

Akupresur adalah salah satu teknik non farmakologi yang bisa meningkatkan produksi ASI pada ibu yang kurang lancar memproduksi ASI, dengan ilmu penyembuhan dengan menekan, memijat, mengurut bagian dari tubuh untuk mengaktifkan peredaran energi vital atau , yang bermanfaat meningkatkan stamina tubuh, melancarkan peredaran darah mengurangi rasa nyeri dan mengurangi stress atau menenangkan pikiran, akupresur dapat meningkatkan kecukupan ASI (Pratiwi et al. 2017). Yang sesuai dengan hasil penelitian (Djanah and Muslihatun 2017) yang berjudul akupresur terhadap produksi ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Mujahidah Bantul, menjelaskan bahwa ada pengaruh akupresur terhadap produksi ASI pada Ibu postpartum, hasil penelitian menunjukkan dilakukan

akupresur, rata-rata berat bayi pada umur dua minggu adalah 3318 gram dan pada umur empat minggu rata-rata berat bayi adalah 3668 gram.

Stimulasi akupresur ditransmisikan ke sum-sum tulang belakang dan otak melalui saraf akson. Sinapsis akan terjadi hingga rangsangan sinyal mencapai ke otak. Aktivasi sistem saraf pusat (SSP) menyebabkan perubahan neurotransmitter, hormon (termasuk prolaktin dan oksitosin), system kekebalan tubuh, efek biomekanik, dan zat biokimia lainnya (endorphin, sel kekebalan tubuh seperti sitokin) hal tersebut menimbulkan normalisasi modulasi dan efek keseimbangan pada Qi (Sharp & Moriarty, 2013 dalam Rahmanika dkk, 2018).

Dalam pemijatan sebaiknya jangan terlalu keras. Sensasi rasa (nyaman), panas, pegal, perih, gatal, kesemutan, dan lain sebagainya akan muncul jika pemijatan dilakukan dengan benar. Stimulasi pada beberapa titik dalam tubuh dapat menyebabkan keseimbangan dalam sirkulasi darah, sekresi hormon, dan factor faktor lain, yang dapat meningkatkan produksi dan sekresi ASI. Stimulasi beberapa titik lain dapat meningkatkan prolaktin dan oksitosin yang menyebabkan menyusui lebih baik (Anderson and Valdés, 2017;

Backer and Michael, 2015; Gao, Wu and Gao, 2014)

Keterbatasan Penelitian

1. tidak terdapat kelompok kontrol sehingga data yang didapatkan hanya berdasarkan pre dan post test
2. terdapat ibu yang telah selesai menyusui anaknya sebelum pengukuran produksi ASI

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan nilai $p < 0,05$ bahwa ada pengaruh pemberian akupresur payudara terhadap produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Mojosongo Boyolali.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diharapkan :

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan tambahan mengenai upaya peningkatan produksi ASI ibu nifas
2. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan wawasan mengenai akupresure dan tentang upaya untuk meningkatkan produksi ASI ibu nifas dengan Akupresure payudara.
3. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber atau acuan bagi peneliti selanjutnya sebagai tambahan bila diadakan penelitian lebih lanjut tentang Akupresure payudara
4. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman serta ilmu pengetahuan dari hasil yang telah dilakukan tentang penggunaan Akupresure payudara

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, F., & Efrianty, N. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Cemas Ibu Dalam Pemberian Asi Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui Di Desa Gunung Agung Kabupaten Muara
- Alhaidar, Farida & Umaternate (2017). Pengaruh Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Produksi ASI Diwilayah Kerja Puskesmas Kota Kecamatan Kotaternate Tengah. *Jurnal Riset Kesehatan*,6(1),2017,7-12
- Anderson, P. and Valdés, V. (2017) 'Acritical review of pharmaceutical galactagogues', *Breastfeed Med*, 2, pp. 229–242.
- Ariani, P. (2022). Hubungan Umur, Paritas, Dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Di Klinik Andri Kotabangun Tahun 2021. *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 5(1), 243-248.
- Backer, M. and Michael, G. (2015) *Acupuncture in the treatment of pain. Anintegrative Approach*. 1st edn. United States: Churchill Livingstone
- BPS, BKKBN, & Kementerian Kesehatan. (2022). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta.Diambil dari <https://ekoren.bkkbn.go.id/wp-content/uploads/2022/10/Laporan-SDKI-2021-WUS.pdf>
- Cunningham, 2016. *Obstetri Williams*. Jakarta: EGC.
- Devi, Putri & Zarma. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Penerapan Breastfeeding Fatherterhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 197-204.
<http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/1686/pdf>
- Dharma, K. (2014). *Metodologi*

- Penelitian Keperawatan. Jakarta timur: CV. Trans Info Media.
- Djama, Nuzliati. (2018). Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan*, 14(1), 2018, 5-10.
<http://ejournal.poltekkessmg.ac.id/ojs/index.php/jrk>
- Dwihestie, L. K., ST, S., Sri Wahtini, S. K. M., & Kes, M. H. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi Enim. *Jurnal Kesehatan Abdurahman*, 11(1), 25-30.
- Febriyanti, H., Yohanna, W. S., & Nurida, E. (2018). Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum Ditinjau dari Inisiasi Menyusu Dini dan Isapan Bayi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 39-46.
- Gao, S., Wu, H. and Gao, C. (2014) 'Effects of Guoshu acupoint pressure therapy on acutemastitis during lactation', *Zhongguo ZhenJiuPubmed*, 32, pp. 833-840
- Hasanudin, S. (2015). "Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Pemberian Terapi Akupresur Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda Tahun 2015." *Digital Repository (Agustus):27*.
- Hidayat, Aziz. Alimul. (2014). *Metodologi penelitian keperawatan dan teknik analisis data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayati. 2013. *Usia Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif*. Yogyakarta: Jurnal Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Hilda Sulistia Alam (2020). Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Metode Akupresur. <https://bocahindonesia.com/fungsi-hormon-prolaktin/> (bocah Indonesia, 2022)
<https://sains.kompas.com/read/2019/08/05/093300323/ahli-tegaskan-tidak-ada-Anggraini> (2021). payudara bengkak saat menyusui, ini solusinya. <https://www.klikdokter.com/gaya-hidup/perawatan-wanita/payudara-bengkak-saat-menyusui-ini-solusinya>
- Ikhsan, Muhamad N. (2019). *Dasar Ilmu Akupresur Dan Moksibusi* Jakarta: Salemba Medika.
- Jania, T., Windiyani, W., & Kurniawati, A. (2022). Manajemen non farmakologi untuk meningkatkan kelancaran asi pada
- Katuu, Mario & Kundre. (2018). Hubungan Pengetahuan Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Ruang Dahlia RSD Liun Kendaghe Tahuna Kabupaten Kepulauan Sangihe. *e-journal Keperawatan (e-Kp)*, 6(1)
- Kemenkes RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Khabibah, L., & Mukhoirotin, M. (2019). Pengaruh terapi akupresur dan pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum di RSUD Jombang. *Jurnal EDUNursing*, 3(2), 68-77.
- KHUSNA, A. W. K. (2018). Efektifitas akupresur terhadap produksi asi ibu post seksio sesarea di rsud muntilan
- Mabud, N. H., Mandang, J. & Mamuaya, T., 2014. Hubungan Pengetahuan, Pendidikan, Paritas Dengan Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), p. 56.
- Maharani, Mega Ayu and Sri Widodo. (2019). "Pengaruh Terapi

- Akupresur Totok Punggung Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo Semarang.” in Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus. Vol. 2.
- Majid, Yudi Abdul. (2017). “Terapi Akupresur Memberikan Rasa Tenang Dan Nyaman Serta Mampu Menurunkan Tekanan Darah Lansia.” *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan* 1.
- Mulyani, Siti. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Murtie, A. (2013). *Kupas tuntas pengobatan tradisional*. Yogyakarta: Trans Idea
- Niar, A., Dinengsih, S., & Siauta, J. (2021). Factors Affecting the Production of Breast Milk Breastfeeding Mother at Harifa RSB, Kolaka District Southeast Sulawesi Province. *Jurnal Kebidanan Midwifery*, 7(2), 10-19. Nifas. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. pada ibu nifas (studi literature) (Doctoral Dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta)*.
- Pollard, M. 2019. *ASI Asuhan Berbasis Bukti*. Jakarta: EGC.Publishing
- Purnamasari, D., & Khasanah, R. N. (2020). HUBUNGAN PARITAS DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI RUMAH KONSELING BANYUWANGI TAHUN 2020. *Healthy*, 9(1), 71-76.
- Rahayu, D., Yunitasari, E., & Santoso, B. (2015). PRODUKSI ASI IBU DENGAN INTERVENSI ACUPRESURE POINT FOR LACTATION DAN PIJAT OKSITOSIN. *Jurnal Ners*, 10(1), 9–19.
- Rahayu, E. (2015). Stres dan sense of humor pada guru slb c. 14(SlB C).
- Rahmaika Arumsari, D., Wayan AgungIndrawan, I. and Sri Wahyuni, E. (2018) ‘TheCombination of Acupressure and AffirmationRelaxation as an Alternative MethodtoIncrease Breast Milk Production andBreastfeeding Self-efficacy’, *ResearchJournal of Life Science*, 5(1), pp. 66–76. doi: 10.21776/ub.rjls.2018.005.01.7.
- Rajin, M., Masrurroh and Ghofar, A. (2015) *Panduan Babon Akupunktur*. Yogyakarta: IndoLiterasi
- Rajin, Mukhamad. (2020). *Bahan Ajar Keperawatan Komplementer Terapi Akupunktur*.
- Ramadani, M., & Hadi, E. N. (2019). Dukungan Suami dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Air Tawar Kota Padang , Sumatera Barat, 16424, 1–6.
- Risa Pitriani, & Rika Andriyani. (2014). *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. Cv budi utama. www.deepublish.co.id
- Riyanto.A (2017). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Simanungkalit, H. M. (2018). Status pekerjaan dan pengetahuan ibu menyusui terhadap pemberian asi eksklusif. *Jurnal Info Kesehatan*, 16(2), 236-244.
- Sobari, hesti listiani. (2020). “Teknik Dasar Akupresur.” 20.susu-formula-yang-lebih-baik-dari-asi?page=all (pranita, 2019)
- Sutanto, A. V. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Pt. Pustaka baru.
- Sutanto, AV. 2018. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Taveras, E.M., Capra, A.M., Braveman, P.A., Jansvold, N.G., Escobar, G.J., Lieu, T.A. (2013). *Clinican Support and Psicological Risk*

- Factors Associated With Breastfeeding Discontinuation. *Pediatrics Journal*
- Umaroh, Muflihatul. (2013) Hubungan Pola Istirahat Ibu Nifas dengan Kelancaran produksi Asi BPS Ny. Lastak Anang Arief, S.ST Perum Jengala Sidoarjo .
<http://www.academiaedu.com>, diakses tanggal 26 februari 2023
- Vidayanti. 2015. Pengaruh pijat punggung menggunakan minyak esensial lavender terhadap produksi ASI pasca bedah sesar di RSUD Panembahan Senopati Bantul. Uppm, poltekkes kemenkes semarang.
Journal.respati.ac.id/index.php/medica/article/view/199
- Wadud, M.A. (2013). Hubungan umur ibu paritas dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi berusia 0-6 bulan di Puskesmas Pembina Palembang. *Jurnal Poltekkes Palembang*. Diperoleh dari 27 februari 2023
- WHO, 2017. 10th Facts On Breast Feeding. Tersedia di URL <https://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/en/>. Diakses pada 10 November 2022
- WHO, 2020. Infant and Young Child Feeding. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/infant-and-young-child-feeding>. Diakses pada 10 November 2022
- Wulandari, A. S., Hasanah, O., & Sabrian, F. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi Air Susu Ibu (Asi). *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 51.
- Wulandari, N. F. (2020). Happy Exclusive Breastfeeding (D. Nadhiva (ed.)). Yuliana, W., & Hakim, B. N. (2020). Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa
- Zainiyah, H. (2015). Perbedaan Produksi Asi pada Ibu Post Partum yang Dilakukan Tehnik Acupressure Points For Lactation dan Tehnik Breast Care. *Ners*, 9-19.