

# GAMBARAN PENGETAHUAN DAN KEMAUAN IBU TENTANG PIJAT LAKTASI UNTUK MELAKUKAN PIJAT LAKTASI DI PMB NY.D

Yuanita Viva Avia Dewi<sup>1</sup>, Ayu Dwibudi Putri<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bogor Husada

Email : [yuanita.sbh@gmail.com](mailto:yuanita.sbh@gmail.com), [dwibudiputriayu@gmail.com](mailto:dwibudiputriayu@gmail.com)

## Abstract

*Knowledge is something that a person knows that is related to health, illness or wellness. Each person has different knowledge depending on each individual's perception of something. In this case, lactation massage is an effort to avoid breast engorgement due to accumulation of breast milk due to irregular discharge or the baby's sucking being less than optimal. This study aims to determine the relationship between knowledge about lactation massage in breastfeeding mothers and the mother's willingness to perform lactation massage at PMB Ny. D Bogor. This research uses a descriptive analytical design with a Cross-Sectional approach, namely research where the researcher measures or observes independent and dependent variable data only once at a time. The total research sample was 35 people. By analyzing data using uni-variate and bivariate tests. From the research results, it can be concluded that the results of the chi-square test show that the Sig Value (P-Value) is 0.046 (< 0.05), so it can be concluded that the calculation results state that there is a relationship between knowledge about lactation massage in breastfeeding mothers and the willingness of breastfeeding mothers. to do lactation massage, at PMB Ny. D.*

*Keywords: Lactation Massage, Knowledge, Willingness, Breast Milk*

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan kecerdasan anak sangat berkaitan erat dengan pertumbuhan otak. Faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan otak anak adalah nutrisi yang diterima saat pertumbuhan otak cepat. Dalam hal ini pemberian nutrisi terhadap bayi dapat melalui proses menyusui Air Susu Ibu (ASI). Berdasarkan penelitian Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), angka ibu yang pernah menyusui anak di Indonesia sudah tinggi, yaitu 90%, namun yang memberikan secara eksklusif selama 6 bulan masih rendah sebesar 20%. Pemberian ASI direkomendasikan sampai dua tahun atau lebih. Alasan ASI tetap diberikan setelah bayi berusia 6 bulan, karena 65% kebutuhan energi seorang bayi pada umur 6-8 bulan masih terpenuhi dari ASI. Pada umur 9-12 bulan sekitar 50% kebutuhannya dari ASI dan umur 1-2 tahun hanya sekitar 20% dari ASI.

Banyak bukti ilmiah yang memperlihatkan bahwa ASI yang diberikan secara eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan dapat mencukupi kebutuhan nutrisi

bayi untuk tumbuh dan berkembang. Beberapa contoh diantaranya, kolostrum (ASI pada hari 1-5) kaya protein, laktosa ASI sebagai sumber karbohidrat diserap lebih baik dibanding yang terdapat di dalam susu formula.

ASI eksklusif didefinisikan sebagai pemberian ASI tanpa suplementasi makanan maupun minuman lain kecuali obat. Setelah 6 bulan ASI tidak dapat mencukupi kebutuhan mineral seperti zat besi, seng sehingga untuk memenuhi kebutuhan tersebut harus diberikan MP ASI (makanan pendamping ASI) yang kaya zat besi. Bayi prematur, bayi dengan berat lahir rendah, dan bayi yang memiliki kelainan hematologi tidak memiliki cadangan besi adekuat pada saat lahir umumnya membutuhkan suplementasi besi sebelum usia 6 bulan, yang dapat diberikan bersama dengan ASI eksklusif. Yang perlu dipahami dalam pemberian ASI adalah produksi ASI yang tidak selalu sama setiap harinya; yaitu antara 450 - 1200 ml per hari, sehingga bila dalam 1 hari dirasakan produksinya berkurang, maka belum tentu akan begitu seterusnya. Bahkan pada 1-2 hari kemudian jumlahnya akan melebihi rata-rata

sehingga secara kumulatif akan mencukupi kebutuhan bayi (IDAI,2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 rata-rata angka pemberian ASI di dunia baru berkisar 38%. Hal ini jauh diatas target 50%. Di Indonesia, meskipun sejumlah besar perempuan (96%) sudah menyusui anaknya, tapi hanya 48,6% bayi yang mendapat ASI. Tahun 2020, angka cakupan pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan di Indonesia hanya sebesar 69,62%. Presentase pemberian ASI tertinggi dimiliki oleh DI Yogyakarta sebesar 78,93% sedangkan presentase pemberian ASI terendah dimiliki oleh Kalimantan Tengah dengan nilai sebesar 52,98% (Kemenkes RI, 2020).

Target pemberian ASI oleh WHO tahun 2015 yakni sebesar 50%, sedangkan target nasional yakni sebesar 80%. Pemberian ASI eksklusif di Jawa Barat pada bayi umur 0-6 bulan sebanyak 46,4%, gambaran ini masih dibawah target WHO dan target nasional (Profil Kesehatan Jawa Barat,2016). Berdasarkan data Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019, persentase bayi kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif sebesar 50% dan cakupan ASI eksklusif di Kota Bogor sebesar 53,3% yakni masih dibawah target nasional sebesar 80% (Dikses Jabar, 2016). Begitu juga dengan pencapaian ASI eksklusif di Kelurahan Tegalgundil tahun 2018 yakni sebesar 30,21%, yakni masih dibawah target nasional sebesar 80% dan target WHO sebesar 50%. Kegagalan menyusui dan rendahnya pemberian ASI terutama ASI eksklusif merupakan masalah yang perlu mendapatkan perhatian. Salah satu penyebab kegagalan menyusui karena ibu memiliki pengetahuan kurang tentang pijat laktasi sebagai upaya melancarkan produksi ASI (Aska,Pratia,Pertiwi,2020)

Menyusui merupakan suatu cara yang tidak ada duanya dalam memberikan makanan ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. Selain itu, mempunyai pengaruh biologis serta kejiwaan yang unik terhadap kesehatan ibu dan bayi. Zat-zat anti-infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap penyakit. Namun, menyusui tidak selamanya dapat berjalan dengan normal. Tidak sedikit ibu akan mengeluh seperti adanya

pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI karena pengeluaran yang tidak lancar atau pengisapan oleh bayi. Oleh karena itu, untuk menghindari agar kondisi semacam ini tidak terjadi maka diperlukan tindakan pijat laktasi (Maryunani, 2015).

Salah satu upaya yang dilakukan oleh ibu untuk menunjang keberhasilan menyusui disebut manajemen laktasi, yang dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi. Pada ibu bekerja ruang lingkup manajemen laktasi periode postnatal meliputi ASI eksklusif, cara menyusui, memeras ASI, menyimpan ASI peras, dan memberikan ASI peras. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui diantaranya asupan nutrisi yang mendukung produksi ASI, pemijatan laktasi, dan faktor psikologis yang baik bagi ibu menyusui (Hartono, 2016).

Metode baru yang diperkenalkan untuk mencegah dan mengatasi permasalahan ini diantaranya adalah pijat Laktasi. Pijat laktasi adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Teknik pijat laktasi untuk membantu keluarnya ASI, sangat penting membuat ibu rileks sebelum menyusui (Muawanah,2021). Setelah pemijatan laktasi diharapkan dapat membuat ibu rileks sehingga dapat terus memproduksi hormon prolaktin dan oksitosin, karena berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa saat seseorang merasa bingung, depresi, cemas dan merasa nyeri terus menerus akan mengalami penurunan hormon oksitosin dalam tubuh saat merasa sress *refleks let down* menjadi kurang maksimal akibatnya ASI akan mengumpul pada payudara saja sehingga ASI tidak bisa kembali diproduksi dan payudara akan terasa sakit (Mas'adah, 2013). Pijat laktasi diperlukan untuk menghindari adanya pembengkakan payudara akibat penumpukan ASI karena pengeluaran yang tidak lancar atau pengisapan bayi yang kurang maksimal (Maryunani, 2015).

Pengetahuan adalah suatu hal yang diketahui oleh seseorang yang berkaitan dengan sehat, sakit ataupun kesehatan. Setiap orang memiliki pengetahuan yang berbeda-beda

tergantung penginderaan masing-masing individu terhadap suatu hal (Notoatmodjo, 2018). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, informasi yang diperoleh dari media sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan sekitar, pengalaman individu beserta usia. Pengetahuan yang ada pada seseorang diterima melalui indera. Pengetahuan disalurkan ke otak paling banyak melalui indera pandang (Wirawan, 2014).

Peran pengetahuan merupakan prasyarat terjadinya perubahan sikap dan perilaku (Anto, 2012). Dalam hal ini pengetahuan tentang pijat laktasi merupakan pengetahuan tentang teknik pijat pada payudara ibu menyusui sebagai upaya melancarkan produksi ASI, mengurangi sumbatan pada payudara, dan membuat ibu menyusui merasa lebih rileks dalam memberikan ASI pada bayinya. Pengetahuan pijat laktasi yang tidak memadai, kurangnya pengertian tentang teknik pijat laktasi dan manfaatnya serta tentang kontribusi pijat laktasi terhadap upaya melancarkan produksi ASI menyebabkan Ibu kurang memiliki kemauan untuk melakukan upaya tersebut, demikian pula jika tingkat pengetahuan pijat laktasi seseorang memiliki pengaruh yang besar pada perubahan perilaku dan sikap terhadap kemauan ibu untuk melakukan upaya tersebut yaitu melakukan pijat laktasi.

## 2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan pijat laktasi pada ibu terhadap kemauan ibu untuk melakukan pijat laktasi di PMB Ny. D Kota Bogor. Dilakukan mulai tanggal 01 Desember 2022 s/d 15 Januari 2023 di PMB D, Amd. Keb. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah semua ibu menyusui sesuai karakteristik pengetahuan, usia, pekerjaan dan kemauan.

Sumber data penelitian ini yaitu data primer, yaitu data yang berasal dari ibu menyusui yang merupakan subjek dalam penelitian ini. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner, alat pengumpulan data formal bagi responden untuk menjawab

pertanyaan tertulis yang dirancang untuk memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian (Nursalam, 2016). Pertanyaan dalam kuesioner ini berkaitan dengan identitas, pengetahuan dan kemauan melakukan pijat laktasi.

Analisis data diolah menggunakan aplikasi computer yaitu Microsoft excel dan Statistical Program Sosial Sciences (SPSS). Jenis analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk menerangkan tentang karakteristik pengetahuan, usia, pekerjaan, paritas dan kemauan. Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui terdapat hubungan yang signifikan ataupun tidak antara variabel terikat dan variabel bebas. Untuk membuktikan apakah ada hubungan antara pengetahuan dengan kemauan untuk melakukan pijat laktasi digunakan Uji Chi Square dalam penelitian ini. Uji Chi Square adalah uji hipotesis untuk membandingkan frekuensi yang diamati dan yang diharapkan berdasarkan hipotesis yang diberikan. Signifikansi Uji Chi Square menggunakan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=5\%$ ), (Sabri dan Hastono, 2013).

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Total Subjek dalam penelitian ini adalah 35 subjek.

A. Rincian karakteristik subjek pada penelitian ini dapat dilihat dari Tabel 1.

**Tabel 1** Karakteristik Subjek

Variabel	Jumlah	
	n	%
Pengetahuan		
Kurang	5	14.3%
Cukup	24	68.6%
Baik	6	17.1%
Usia		
20-25 tahun	13	37.1%
26-30 tahun	12	34.1%
31-35 tahun	10	28.6%
Pekerjaan		
Bukan IRT	8	22.9%
IRT	27	77.1%
Kemauan untuk Pijat Laktasi		
Tidak Mau	1	2.9
Mau	34	97.1

Berdasarkan tabel 1, pengetahuan terbanyak adalah cukup yaitu 68.6%, usia 20-25 tahun yaitu 37.1%, pekerjaan IRT yaitu 77.1%,

dan kemauan untuk melakukan pijat laktasi yaitu 97.1%.

## B. Hubungan Pengetahuan tentang Pijat Laktasi dengan Kemauan untuk melakukan Pijat Laktasi

**Tabel 2** Hubungan Pengetahuan dengan Kemauan Malakukan Pijat Laktasi

Variabel independen	P value	Hasil
Kemauan melakukan Pijat Laktasi	0.046	Ada hubungan (p-value > 0.05)

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 2 maka dapat disimpulkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kemauan untuk melakukan pijat laktasi.

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang pijat laktasi dengan nilai tertinggi adalah terdapat pada kelompok cukup, sebesar 68,6% (24 responden) dan yang terendah terdapat pada kelompok kurang sebanyak 14,3% (5 responden). Dengan demikian dapat diketahui bahwa pengetahuan pijat laktasi memang belum banyak dikenal dengan baik oleh para ibu menyusui. Berdasarkan analisis tersebut, hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, namun dalam penelitian ini masih terdapat responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Dalam hal ini, dengan kata lain berbagai karakteristik ibu dari mulai usia, paritas dan pekerjaan sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan Ibu tentang pijat laktasi (Hidayah,2013).

Distribusi frekuensi berdasarkan usia yang tertinggi terdapat pada kelompok usia 20-25 tahun yaitu 37,1% (13 responden), dan yang terendah terdapat pada kelompok usia 31-35 tahun 26,6 % (10 responden) sehingga dapat disimpulkan bahwa usia ibu semakin muda semakin lebih luas keinginannya terutama tentang upaya melancarkan produksi ASI yaitu pijat laktasi. Semakin muda usia seseorang, akan memiliki rasa ingin tahu, ingin memberikan yang terbaik terpengaruh oleh lingkungan sosial dan banyak informasi yang lebih mudah di akses melalui gadget. Pada usia tersebut terbentuk usia

dewasa. Apabila umur bertambah, maka akan lebih banyak informasi dan pengalaman yang didapat. Umur adalah usia individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir, bekerja serta mengolah emosinya (Mubarak, 2018).

Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan tertinggi terdapat pada kelompok Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu 77,1% (27 responden) dan yang terendah adalah pada kelompok bukan IRT (pekerja) sebanyak 22,9% (8 responden).

Berdasarkan hasil hasil tersebut didapatkan bahwa IRT memiliki pengetahuan lebih banyak dibandingkan Ibu bekerja hal ini bias karena waktu yang tersedia untuk mengetahui informasi lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang bekerja, IRT lebih memiliki banyak waktu untuk mengunjungi posyandu atau turut serta menjadi kader posyandu. Ibu yang menjalani kegiatan IRT biasanya terbiasa membagi waktu lebih baik untuk mengutamakan kepentingan keluarga terutama anak, sehingga akan lebih banyak mendapatkan informasi terbaru hal ini dapat di lihat dari hasil penelitian sebelumnya bahwa lebih banyak responden IRT yang memiliki pengetahuan tentang pijat oketani atau pijat laktasi karena dapat memiliki banyak waktu mencari bahkan mengikuti kegiatan yang menunjang pengetahuan tersebut (Dina,2013).

Hasil distribusi frekuensi untuk variabel kemauan didapatkan hasil terdapat kelompok ibu yang mau melakukan pijat laktasi dengan nilai tertinggi sebesar 97,1 % (34 responden) dan yang terendah sebesar 2,9% (1 responden). Dengan demikian dapat disimpulkan dari uraian hasil di atas ibu yg tidak mau melakukan pijat laktasi itu hanya 1 responden dan dapat berkaitan dengan hasil uji pada tingkat pengetahuan ibu, dimana ibu yg tidak mau melakukan pijat laktasi termasuk pada kelompok ibu yang memiliki pengetahuan kurang mengenai pijat laktasi. Kemauan adalah dorongan kehendak yang terarah pada tujuan-tujuan hidup tertentu, dan dikendalikan oleh pertimbangan akal budi. Jadi, pada kemauan itu ada kebijaksanaan akal dan wawasan, di samping itu juga ada kontrol dan persetujuan

dari pusat kepribadian. Oleh karena itu, timbullah dinamika dan aktivitas manusia yang diarahkan pada pencapaian tujuan hidup tertentu (Fauzi,2021).

Berdasarkan hasil uji *Chi square* dengan nilai Sig (*P-value*) sebesar 0,046 ( $<0,05$ ) dapat diartikan bahwa ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang pijat laktasi terhadap kemauan ibu untuk melakukan pijat laktasi.

Dari hasil penelitian tersebut, peneliti berasumsi bahwa pengetahuan tentang pijat laktasi pada ibu menyusui merupakan salah satu hal penting untuk diketahui oleh ibu menyusui dalam rangka memberikan ASI eksklusif kepada bayi dengan produksi ASI yang lancar serta didukung oleh kemauan melakukan pijat laktasi oleh tenaga kesehatan maupun melakukan secara mandiri dirumah. Dari 35 responden dimana 34 responden tersebut terbagi dalam dua kategori yakni 34 responden yang mau melakukan pijat laktasi dan 1 responden yang tidak mau melakukan pijat laktasi. Kategori responden yang tidak melakukan pijat laktasi termasuk pada kategori pengetahuan kurang terhadap pijat laktasi.

Dari hasil tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan adalah kepercayaan yang benar, pengetahuan itu milik atau isi pikiran. Dengan demikian, pengetahuan merupakan hasil proses dari usaha yang dimaksud disini adalah pijat laktasi dimana ibu menyusui dengan mengetahui tentang pijat laktasi akan lebih memiliki kemauan untuk melakukan pijat laktasi, dan dalam hasil penelitian ini penting diketahui bahwa pijat laktasi adalah salah satu teknik atau cara tepat memijat payudara agar ASI lancar, cara ini biasa dilakukan oleh ibu yang baru melahirkan yang manfaatnya untuk meningkatkan produksi ASI (Air Susu Ibu). Pijat laktasi sangat mudah dilakukan dan dapat dilakukan ketika waktu luang dengan tenaga kesehatan atau dilakukan secara mandiri dirumah. Selain dapat meningkatkan produksi ASI, pijat laktasi juga dapat membantu memperlancar ASI dan mencegah terjadinya sumbatan pada payudara. Dengan demikian teknik pijat laktasi dapat dilakukan ketika terasa ada sumbatan pada payudara yang diakibatkan karena tidak lancarnya aliran air susu ibu (ASI). Dalam hal

ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu, hasil pelatihan II yang dilakukan sebelum memberikan pelatihan adalah dengan memberikan pengetahuan kepada ibu tentang cara menyusui yang benar dengan total 16 ibu menyusui yang berpengetahuan baik sejumlah 16 orang dilanjut pelatihan ketrampilan massage endorphin dan pijat oksitosin dari total 16 ibu menyusui 16 orang yang ketrampilannya baik. Dari hasil pelatihan pertama masih ada ibu menyusui yang berpengetahuan kurang sejumlah 11 orang, sedangkan ketrampilan yang masih kurang 13 ibu menyusui, sedangkan di pelatihan yang ke dua semua ibu menyusui sudah baik dalam hal pengetahuan dan ketrampilan. Menurut penelitian Ridawati tentang pengaruh endorphin massage terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum tahun 2020 dengan hasil Ibu post partum memiliki produksi ASI lancar setelah dilakukan *endorphin massage* lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak dilakukan *endorphin massage* serta terdapat pengaruh *endorphine message* terhadap produksi ASI (Ridawati,2020).

#### 4. SIMPULAN

1. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang pijat laktasi tertinggi pada kelompok pengetahuan cukup dengan nilai 68,8% (24 responden) dan yang terendah terdapat pada kelompok kurang sebanyak 14,3% (5 responden).
2. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang pijat laktasi berdasarkan usia dengan nilai tertinggi adalah pada kelompok usia 20-25 tahun dengan nilai 37,1% (13 responden) dan yang terendah terdapat pada kelompok usia 31-35 tahun 26,6 % (10 responden).
3. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang pijat laktasi berdasarkan pekerjaan dengan nilai tertinggi adalah pada kelompok Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan nilai 77,1% (27 responden) , dan yang terendah adalah pada kelompok bukan IRT (pekerja) sebanyak 22,9% (8 responden).
4. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu tentang pijat laktasi tertinggi pada

kelompok pengetahuan cukup dengan nilai 68,8% (24 responden) dan yang yang terendah terdapat pada kelompok kurang sebanyak 14,3% (5 responden).

5. Distribusi frekuensi kemauan ibu untuk melakukan pijat laktasi tertinggi dengan nilai 97,1 (34 responden) bersedia di berikan treatment pijat laktasi dan yang yang terendah sebesar 2,9% (1 responden).
6. Hubungan pengetahuan ibu tentang pijat laktasi terhadap kemauan ibu untuk melakukan pijat laktasi terbukti ada hubungannya dengan di dukung oleh hasil uji *Chi-square* dengan nilai *p value* 0,046 (<0,05).

## 5. REFERENSI

- Rahmawati, 2022. *Pengetahuan ibu nifas tentang pijat laktasi di PMB Bidan D Kabupaten Bandung*, Journal of Midwifery Information (JoMI) Volume 2 No 2 Bulan Februari Tahun 2022.
- Sampara, Jumrah, Kusniyanto, 2019. *Efektivitas Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di BPM Suriyanti*. Jurnal Seminar Nasional Sains, Teknologi, dan Sosial Humainora UIT 2019.
- Dinusyarif, 2013. *Makalah Psikologi Umum tentang kemauan dan motif*. [https://al-dinusyarif.blogspot.com/2013/11/diunduh\\_tanggal\\_03/01/2023](https://al-dinusyarif.blogspot.com/2013/11/diunduh_tanggal_03/01/2023)
- Aska, Prastia, Pertiwi,2020. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Di Kelurahan Tegol Gundil Kota Bogor*.
- Nisa, 2022. *Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di BPM Meilisa Afty Depok Periode 14 Juni-14 Juli 2021*. Jurnal Ilmiah Bidan Vol. 6 No. 2 (2022)
- Mayasari,2021. *Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Laktasi Pada Ibu Menyusui Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sukaramai Tahun 2021*. [https://staff.universitaspahlawan.ac.id/diunduh\\_tanggal\\_03/01/2023](https://staff.universitaspahlawan.ac.id/diunduh_tanggal_03/01/2023)
- Saudia, 2019. *Upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan Ibu menyusui dalam pemberian therapy komplementer massage endoepihin dan pijat laktasi di Kelurahan Dasan Cermen*. Jurnal Pengamas Kesehatan Sasambo. e-ISSN: 2715-0496.
- Sugiyono,2022. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Alfabeta Jakarta ; halaman 80.
- Kementrian Kesehatan RI. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*
- Kumparan.com, 2022. *Pijat Laktasi dan Fungsinya Pada proses menyusui*. <https://kumparan.com/mama-rempong/apa-itu-pijat-laktasi-dan-fungsinya-dalam-proses-menyusui-1zVwQs5ipo8/2> diunduh tanggal : 03/01/2023.
- Handayani, 2018. *Hubungan Pengetahuan ibu tentang Manajemen Laktasi Dengan Perilaku Dalam Pemberian ASI di Desa Kenokorejo Polokarto Sukoharejo*. Jurnal academica.