

PERBEDAAN PRODUKSI COLOSTRUM YANG DILAKUKAN PIJAT OKSITOSIN DENGAN YANG DIBERIKAN AROMATERAPY LAVENDER PADA IBU NIFAS DI RUANG DAHLIA RS dr. SOEBANDI JEMBER

Erna Wahyuningsih¹, Susilawati², Jenie Palupi³
Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang^{1,2,3}
e-mail: ernap17331235046@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Cakupan ASI eksklusif di Jember pada 2021 hanya 63,3%, masih di bawah target nasional 80% (Profil Kesehatan Kabupaten Jember 2021). Salah satu hambatan adalah kecemasan ibu nifas pasca operasi caesar yang dapat menghambat produksi colostrum. Intervensi nonfarmakologis, seperti pijat oksitosin dan aromaterapi lavender, dapat meningkatkan produksi colostrum dan kesejahteraan emosional ibu. Penelitian ini bertujuan membandingkan efektivitas kedua intervensi tersebut di RSD dr. Soebandi Jember. Penelitian Quasi Experimental dengan desain *Post-Test Only Non-Equivalent Two Experimental Groups Design* dan teknik sampling dengan *Accidental Sampling* yang melibatkan 40 ibu nifas pasca operasi caesar dibagi menjadi 20 yang diberikan pijat oksitosin dan 20 yang diberikan aromateraphy lavender. Data dianalisis menggunakan uji independent t-test. Kelompok pijat oksitosin memiliki rata-rata produksi ASI 8,90 ml, lebih tinggi dari kelompok aromaterapi lavender (7,10 ml). Uji independent t-test menunjukkan perbedaan signifikan ($p < 0,05$). Pijat oksitosin lebih banyak memproduksi colostrum daripada produksi colostrum yang diberikan aromateraphy lavender. Semua ibu nifas sebaiknya diberikan pijat oksitosin untuk membantu meningkatkan produksi colostrum.

Kata Kunci: *Pijat Oksitosin, Aromaterapi Lavender, Produksi Colostrum, Ibu Postpartum*

ABSTRACT

The exclusive breastfeeding coverage in Jember in 2021 was only 63.3%, which is below the national target of 80% (Jember Health Profile 2021). One of the barriers is the anxiety experienced by postpartum mothers after cesarean delivery, which can hinder colostrum production. Non-pharmacological interventions, such as oxytocin massage and lavender aromatherapy, can enhance colostrum production and improve maternal emotional well-being. This study aims to compare the effectiveness of these two interventions at RSD dr. Soebandi Jember. This quasi-experimental study employed a Post-Test Only Non-Equivalent Two Experimental Groups Design. Using accidental sampling, 40 postpartum mothers after cesarean section were recruited, with 20 mothers receiving oxytocin massage and 20 receiving lavender aromatherapy. Data were analyzed using an independent t-test. The oxytocin massage group had an average breast milk production of 8.90 ml, which was higher than the lavender aromatherapy group (7.10 ml). An independent t-test showed a significant difference ($p < 0.05$). Oxytocin massage produced more colostrum compared to lavender aromatherapy. All postpartum mothers should receive oxytocin massage to help increase colostrum production.

Keywords: *Oxytocin Massage, Lavender Aromatherapy, Colostrum Production, Postpartum Mothers.*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan alami yang memberikan nutrisi paling penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi baru lahir yang sehat. Selain itu, karena ASI merupakan makanan alami pertama dan terpenting yang dibutuhkan bayi, ASI juga mendorong pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat (Sholawatut et al., 2021). Pemberian makanan

yang tepat pada bayi merupakan pondasi penting dalam perkembangan dan kesehatan bayi. Di antara berbagai pilihan makanan (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi. ASI tidak hanya memenuhi kebutuhan gizi bayi, tetapi juga mengandung berbagai zat penting yang tidak ditemukan dalam susu formula atau makanan lain. Salah satu komponen utama ASI yang memiliki peran krusial adalah colostrum. Colostrum, yang diproduksi ibu dalam beberapa hari pertama setelah melahirkan, kaya akan antibodi dan nutrisi esensial yang membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh bayi (Meyda & Wijayanti, 2025; Telaumbanua & A, 2025).

Meskipun manfaat colostrum sudah diakui secara luas, beberapa ibu tetap merasa khawatir tentang kemampuan mereka untuk memproduksi colostrum yang cukup, terutama setelah menjalani operasi caesar (SC). Operasi caesar biasanya diikuti oleh masa pemulihan yang lebih panjang dan rasa sakit yang dapat menghambat proses laktasi. Di Ruang Dahlia RS dr. Soebandi Jember, beberapa ibu yang baru saja menjalani Sectio Caesarea (SC) mengalami kecemasan dan kekhawatiran karena ASI mereka tidak segera keluar. Kekhawatiran ini seringkali mendorong ibu dan keluarga untuk memberikan susu formula kepada bayi mereka segera setelah lahir, meskipun sudah menerima konseling laktasi dari tenaga kesehatan. Hal ini terjadi karena adanya anggapan bahwa bayi yang sering menangis tidak mendapatkan cukup nutrisi, terutama dalam beberapa hari pertama setelah persalinan. Meskipun pemberian susu formula dimaksudkan untuk memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang cukup, tindakan ini dapat berdampak negatif pada keberlanjutan menyusui secara eksklusif, mengurangi kepercayaan diri ibu dalam kemampuan menyusui, dan menghambat produksi ASI secara alami (Husnia et al., 2025).

Menurut target WHO dan UNICEF cakupan ASI eksklusif pada bayi dibawah 6 bulan adalah 41% dan pada tahun 2030 diharapkan dapat mencapai 70%. Data dari International Baby Food Action Network (IBFAN) menunjukkan bahwa Indonesia memiliki cakupan pemberian ASI eksklusif terendah di antara 51 negara di seluruh dunia, dan menempatkan Indonesia pada peringkat keenam terbawah di Asia. Sementara itu, berdasarkan Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020, didapatkan 56,9% bayi di Indonesia yang berusia antara 0 dan 6 bulan telah mendapatkan ASI eksklusif, sedangkan target capaian ASI eksklusif di Indonesia adalah 80%. Berdasarkan statistik profil kesehatan Jawa Timur tahun 2021, bayi baru lahir di Jawa Timur yang telah mendapatkan ASI eksklusif adalah sebanyak 51,0%. Cakupan tersebut lebih rendah dibandingkan cakupan pada tahun 2020 yaitu 80%. Menurut data Profil Kesehatan Kabupaten Jember tahun 2021 yang diperoleh dari Bagian Gizi Dinas Kesehatan Kabupaten Jember didapatkan persentase bayi baru lahir yang mendapat ASI eksklusif adalah 63,3%. Sementara itu, target pencapaian yang ditetapkan adalah 80%. Persentase cakupan tersebut masih jauh dari sasaran capaian cakupan ASI (Dinkes Jember, 2021).

Kekhawatiran ibu terhadap produksi colostrum yang tidak segera keluar dan segera memberikan susu formula setelah bayi lahir berdampak negatif pada produksi colostrum. Dengan berkurangnya frekuensi menyusui langsung dari payudara, stimulasi yang diperlukan untuk produksi colostrum pun menurun. Akibatnya, produksi colostrum semakin berkurang, dan kepercayaan diri ibu dalam kemampuannya menyusui menurun. Bayi juga tidak mendapatkan manfaat optimal dari colostrum, seperti nutrisi lengkap dan antibodi. Penggunaan susu formula dapat membuat bayi lebih rentan terhadap alergi dan masalah pencernaan. Dampak jangka panjangnya, hubungan emosional antara ibu dan bayi bisa terpengaruh, dan kesempatan untuk mempromosikan kesehatan jangka panjang bayi melalui ASI eksklusif terlewatkan. Oleh karena itu, dukungan dan edukasi yang tepat tentang proses laktasi sangat penting untuk membantu ibu tetap termotivasi memberikan ASI eksklusif, sehingga kesehatan ibu dan bayi dapat terjaga dengan optimal. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Saraung et al

(2017), yang menyebutkan bahwa beberapa faktor kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif meliputi dukungan keluarga, makanan, kondisi psikis, kelelahan ibu, dan kekuatan isapan bayi.

Menghadapi tantangan dalam produksi colostrum pada ibu pasca melahirkan, tindakan non farmakologis seperti pijat oksitosin dan pemberian aromaterapi lavender dapat menjadi solusi yang efektif. Pijat oksitosin diidentifikasi sebagai intervensi untuk mengatasi masalah produksi colostrum yang sering menjadi sumber kecemasan bagi ibu, terutama setelah persalinan. Pijat oksitosin bekerja dengan merangsang hormon oksitosin, yang berperan penting dalam proses pengeluaran colostrum. Dengan meningkatkan hormon ini, pijat oksitosin dapat membantu memperlancar aliran colostrum dan mengurangi ketegangan pada payudara. Di sisi lain aromaterapi lavender dikenal memiliki efek menenangkan yang dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan, faktor-faktor yang sering menghambat produksi colostrum. Oleh karena itu, implementasi pijat oksitosin dan pemberian aromaterapi lavender tidak hanya mendukung kelancaran produksi colostrum, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional ibu, yang berdampak positif pada kesehatan bayi secara keseluruhan (Sholawatut et al., 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan menggunakan metode kuantitatif yang menerapkan desain kuasi-eksperimental dengan model *Post-test Only Non-Equivalent Two Experimental Groups*. Desain ini dipilih untuk membandingkan efektivitas dua jenis intervensi yang berbeda terhadap produksi kolostrum. Penelitian dilaksanakan di Ruang Dahlia Rumah Sakit Daerah dr. Soebandi Jember, dengan periode waktu penelitian berlangsung dari 10 Juli hingga 30 Agustus 2024. Populasi target dalam penelitian ini adalah seluruh ibu *post-partum* setelah operasi sesar (*Sectio Caesarea*) yang dirawat di ruangan tersebut, dengan rata-rata 45 ibu per tahun. Dari populasi ini, sampel penelitian sebanyak 40 orang ditentukan melalui perhitungan menggunakan rumus Slovin. Proses penarikan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *accidental sampling*, di mana responden dipilih berdasarkan kebetulan atau ketersediaan saat peneliti melakukan pengumpulan data (Sugiyono, 2018).

Prosedur penelitian diawali dengan membagi 40 responden yang terpilih ke dalam dua kelompok intervensi yang berbeda, masing-masing terdiri dari 20 orang. Kelompok pertama diberikan perlakuan berupa pijat oksitosin, sementara kelompok kedua diberikan perlakuan berupa aromaterapi lavender. Kedua intervensi ini diberikan sebanyak dua kali dalam sehari, yaitu pada pagi dan sore hari, dan dilanjutkan dengan observasi selama 24 jam. Instrumen utama yang digunakan untuk pengumpulan data adalah lembar observasi dan pompa ASI. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara mengukur volume kolostrum yang berhasil diproduksi oleh setiap ibu setelah menerima intervensi. Hasil pengukuran volume kolostrum tersebut kemudian dicatat secara sistematis pada lembar observasi untuk dianalisis lebih lanjut.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif untuk menguji hipotesis komparatif. Setelah data volume produksi kolostrum dari kedua kelompok terkumpul, dilakukan analisis statistik inferensial dengan menggunakan uji *independent t-test*. Uji statistik ini dipilih karena tujuannya adalah untuk membandingkan rata-rata hasil dari dua kelompok yang independen atau tidak berpasangan (kelompok pijat oksitosin dan kelompok aromaterapi lavender). Uji ini secara spesifik bertujuan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara rata-rata produksi kolostrum pada kedua kelompok tersebut. Hasil dari analisis ini menjadi dasar untuk menarik kesimpulan mengenai intervensi mana yang lebih efektif dalam meningkatkan produksi kolostrum pada ibu nifas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Distribusi Data Produksi Colostrum Setelah Diberikan Pijat Oksitosin Dalam 24 Jam

Tabel 1. Distribusi Data Produksi Colostrum Setelah Diberikan Pijat Oksitosin

Produksi ASI Setelah Pijat Oksitosin	N	%
12 ml	4	20
10 ml	6	30
9 ml	1	5
8 ml	4	20
7 ml	1	5
6 ml	2	10
5 ml	2	10
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 1 modus produksi colostrum setelah pijat oksitosin adalah 10 ml, yang merupakan jumlah produksi colostrum terbanyak, sebesar 30% responden. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar ibu mencapai produksi colostrum optimal pada angka tersebut setelah intervensi. Data tersebut menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi colostrum, meskipun tetap ada variasi antar individu.

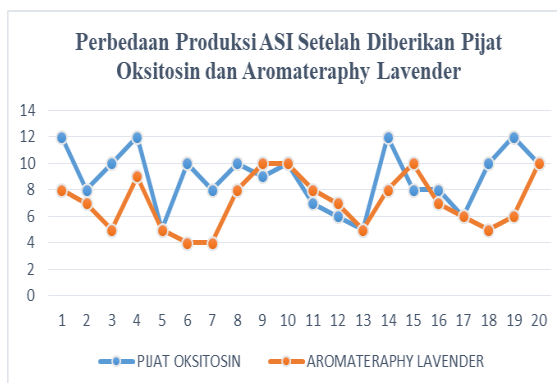
2. Distribusi Produksi Colostrum Setelah Diberikan Aromaterapy Lavender

Tabel 2. Distribusi Produksi Colostrum Setelah Diberikan Aromateraphy Lavender 24 Jam

Produksi Colostrum Setelah Diberikan Aromateraphy Lavender	N	%
10 ml	4	20
9 ml	1	5
8 ml	4	20
7 ml	3	15
6 ml	2	10
5 ml	4	20
4 ml	2	10
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 2. dapat diketahui bahwa produksi colostrum setelah diberikan aromaterapi lavender pada 20 responden menunjukkan tiga modus (10 ml, 8 ml, dan 5 ml) dengan frekuensi masing-masing 20%, yang menggambarkan variasi hasil antar individu. Menunjukkan tingkat produksi yang lebih rendah dibandingkan dengan pijat oksitosin. Distribusi data yang bervariasi ini mencerminkan respons yang beragam terhadap aromaterapi lavender, namun tetap menunjukkan efek positif pada peningkatan produksi colostrum.

3. Gambaran Grafik Perbedaan Produksi Colostrum Yang DiLakukan Pijat Oksitosin Dengan Yang Di Berikan Aromateraphy Lavender



Gambar 1. Grafik Perbedaan Produksi Colostrum Setelah Diberikan Pijat Oksitosin Dan Aromateraphy Lavender

Gambar 1 menyajikan perbandingan data produksi kolostrum antara dua kelompok intervensi yang berbeda, yaitu pijat oksitosin (garis biru) dan aromaterapi lavender (garis oranye), pada 20 subjek penelitian. Grafik tersebut secara visual menunjukkan bahwa garis biru secara konsisten berada pada posisi yang lebih tinggi daripada garis oranye di sebagian besar titik data. Hal ini mengindikasikan bahwa produksi kolostrum pada kelompok ibu yang menerima perlakuan pijat oksitosin cenderung lebih banyak. Dengan demikian, dapat disimpulkan dari data ini bahwa metode pijat oksitosin memiliki efektivitas yang lebih unggul dalam merangsang produksi kolostrum.

Pembahasan

Analisis mendalam terhadap hasil penelitian ini secara meyakinkan menunjukkan keunggulan metode pijat oksitosin dibandingkan aromaterapi lavender dalam meningkatkan produksi *colostrum* pada ibu pasca operasi sesar. Data kuantitatif dengan jelas memperlihatkan bahwa kelompok intervensi pijat oksitosin secara konsisten menghasilkan volume *colostrum* yang lebih tinggi, dengan rata-rata produksi mencapai 8,9 ml, dibandingkan dengan kelompok aromaterapi lavender yang hanya mencatatkan rata-rata 7,1 ml. Perbedaan ini tidak hanya terlihat dari nilai rata-rata, tetapi juga dari distribusi data, di mana modus produksi pada kelompok pijat oksitosin adalah 10 ml, sementara pada kelompok aromaterapi terdapat tiga modus yang lebih rendah. Temuan ini secara kuat mengindikasikan bahwa intervensi yang bersifat stimulasi fisik langsung pada jalur hormonal memiliki efektivitas yang lebih superior dalam merangsang laktasi awal (Dewi & Kusumastuti, 2024).

Keunggulan pijat oksitosin dapat dijelaskan melalui mekanisme kerja fisiologisnya yang bersifat ganda dan langsung. Pijat ini secara spesifik menstimulasi reseptor sensorik di area punggung yang mengirimkan sinyal langsung ke hipotalamus untuk melepaskan hormon oksitosin. Hormon oksitosin inilah yang bertanggung jawab memicu *let-down reflex*, yaitu kontraksi otot-otot di sekitar alveoli payudara yang mendorong pengeluaran ASI (Marlina et al., 2024; Telaumbanua & A, 2025). Selain efek hormonal langsung ini, pijat oksitosin juga merangsang produksi endorfin, sebuah neurotransmitter yang berfungsi sebagai analgesik alami dan peningkat suasana hati. Manfaat ganda ini sangat relevan bagi ibu pasca operasi sesar yang seringkali mengalami kombinasi antara nyeri fisik dan stres psikologis. Dengan mengurangi nyeri dan meningkatkan relaksasi, kondisi emosional ibu menjadi lebih stabil, yang secara tidak langsung turut mendukung refleksi laktasi (Widiyanti et al., 2020).

Sebaliknya, aromaterapi lavender, meskipun menunjukkan efek positif, bekerja melalui mekanisme yang lebih tidak langsung dan berfokus pada aspek psikologis. Aroma lavender dikenal memiliki efek sedatif yang dapat menenangkan sistem saraf, sehingga membantu

mengurangi tingkat stres dan kecemasan yang seringkali menjadi penghambat produksi ASI. Dengan menciptakan suasana yang lebih rileks, aromaterapi lavender membantu menciptakan kondisi yang lebih kondusif untuk menyusui. Namun, intervensi ini tidak secara langsung merangsang pelepasan hormon oksitosin yang merupakan pemicu utama pengeluaran ASI (Fatrini et al., 2022; Laksonowati et al., 2021). Oleh karena itu, seperti yang juga diungkapkan oleh Budiarti et al. (2018), aromaterapi lavender lebih tepat diposisikan sebagai terapi komplementer yang mendukung kesejahteraan emosional ibu, sementara intervensi fisik seperti pijat oksitosin tetap menjadi pilihan utama untuk stimulasi produksi *colostrum* secara optimal.

Perbedaan efektivitas antara kedua metode ini menegaskan kembali betapa kompleksnya proses laktasi, yang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor fisiologis dan psikologis. Pijat oksitosin secara langsung menargetkan jalur hormonal yang memicu pengeluaran ASI, sementara aromaterapi lavender lebih berfokus pada pengurangan hambatan psikologis seperti stres (Kusuma & Lestari, 2019; Nurjanah et al., 2020). Meskipun keduanya sama-sama bertujuan menciptakan kondisi yang mendukung menyusui, intervensi yang memberikan rangsangan fisik langsung pada refleksi hormonal terbukti lebih unggul dalam hal peningkatan volume produksi. Temuan ini memberikan justifikasi ilmiah yang kuat untuk merekomendasikan pijat oksitosin sebagai intervensi lini pertama bagi ibu pasca operasi sesar yang mengalami kesulitan dalam memulai laktasi.

Penting juga untuk memperhatikan adanya variasi individual dalam respons terhadap kedua intervensi. Faktor-faktor seperti usia, paritas (jumlah kelahiran sebelumnya), tingkat nyeri pasca operasi, dan kondisi psikologis ibu turut memengaruhi volume produksi *colostrum*. Temuan bahwa ibu dengan usia di bawah 35 tahun dan ibu *multipara* (telah melahirkan lebih dari satu kali) cenderung memproduksi lebih banyak *colostrum* sejalan dengan teori laktasi yang sudah ada. Hal ini mengindikasikan bahwa keberhasilan stimulasi produksi ASI tidak hanya bergantung pada satu jenis intervensi, melainkan merupakan hasil dari interaksi kompleks antara metode yang digunakan dengan karakteristik unik dari setiap individu ibu. Oleh karena itu, pendekatan dalam konseling laktasi harus bersifat personal dan mempertimbangkan seluruh faktor tersebut.

Implikasi klinis dari penelitian ini sangat signifikan bagi praktik keperawatan dan kebidanan. Tenaga kesehatan yang mendampingi ibu pasca operasi sesar dapat dengan percaya diri merekomendasikan pijat oksitosin sebagai metode non-farmakologis yang efektif dan berbasis bukti untuk meningkatkan produksi *colostrum*. Sementara itu, aromaterapi lavender dapat ditawarkan sebagai terapi pendukung untuk membantu ibu mengelola stres dan menciptakan pengalaman menyusui yang lebih nyaman (Amaliasari et al., 2020; Widiastuti et al., 2022). Kombinasi kedua metode ini berpotensi memberikan pendekatan holistik yang tidak hanya meningkatkan suplai ASI tetapi juga mendukung kesejahteraan emosional ibu, yang pada akhirnya dapat meningkatkan tingkat keberhasilan menyusui eksklusif. Edukasi mengenai kedua teknik ini sebaiknya menjadi bagian standar dari perawatan pasca persalinan.

Namun demikian, perlu diakui bahwa penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Ukuran sampel yang relatif kecil (20 responden per kelompok) membatasi kemampuan untuk menggeneralisasi hasil ke populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian ini tidak mengontrol secara ketat semua variabel perancu potensial, seperti frekuensi pemompaan ASI atau tingkat dukungan psikologis yang diterima setiap ibu dari keluarganya. Desain penelitian juga tidak menyebutkan adanya proses *blinding*, sehingga ada kemungkinan bias dari peneliti atau peserta. Untuk penelitian di masa depan, disarankan untuk menggunakan ukuran sampel yang lebih besar, menerapkan desain *randomized controlled trial* (RCT) dengan *blinding*, serta mengukur dan mengontrol lebih banyak variabel perancu untuk mendapatkan hasil yang lebih kuat dan valid.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul “Perbedaan Produksi Colostrum Yang Dilakukan Pijat Oksitosin Dengan Yang Diberikan Aromaterapi Lavender Pada Ibu Nifas di Ruang Dahlia RSD dr. Soebandi Jember”, dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu Rata-rata produksi Colostrum pada ibu nifas di Ruang Dahlia RS dr. Soebandi Jember setelah diberikan pijat oksitosin adalah 8,90 ml. Rata-rata produksi Colostrum pada ibu nifas di Ruang Dahlia RS dr. Soebandi Jember yang diberikan aromaterapi lavender adalah 7,10 ml, yaitu lebih rendah dibandingkan dengan kelompok pijat oksitosin. Terdapat perbedaan signifikan dalam produksi colostrum antara ibu nifas yang diberikan pijat oksitosin dan yang diberikan aromaterapi lavender di Ruang Dahlia RS dr. Soebandi Jember, di mana produksi colostrum pada kelompok pijat oksitosin lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok aromaterapi lavender.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliasari, G. et al. (2020). The Effect of Breast Treatment and Oxytocin Massage on The Production of Breast Milk. *Journal of Computational and Theoretical Nanoscience*, 17(7), 3047. <https://doi.org/10.1166/jctn.2020.9133>
- Dewi, A. P. S., & Kusumastuti, K. (2024). Effect of Combining Oketani and Oxytocin Massage Towards Breast Milk Production: A Quasi-Experimental Study. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 13(4), 1881. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v13i4.24609>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Jember. (2020). *Profil Kesehatan Jember*. Dinas Kesehatan Kabupaten Jember.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2020). *Profil Kesehatan Jawa Timur Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Fatrin, T. et al. (2022). Edukasi Praktik Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Humanity and Medicine*, 3(1), 39. <https://doi.org/10.32539/hummed.v3i1.73>
- Husnia, L. H. et al. (2025). Hubungan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil Di Desa Tisnogambar Bangsalsari Kabupaten Jember. *HEALTHY Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(3), 300. <https://doi.org/10.51878/healthy.v4i3.7039>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kusuma, R., & Lestari, S. (2019). Efektivitas Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Stres Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), 58–65. <https://jurnal.ugm.ac.id/jkr/article/view/45550>
- Laksonowati, S. M. et al. (2021). Effectiveness of Warm Herbal Compress on Oxytocin Hormone and Breast Milk Production. *MEDISAINS*, 19(3), 67. <https://doi.org/10.30595/medisains.v19i3.12007>
- Marlina, M. et al. (2024). Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil. *HEALTHY Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(2), 210. <https://doi.org/10.51878/healthy.v3i2.3781>
- Meyda, R., & Wijayanti, L. A. (2025). Hubungan Self Efficacy Ibu Dengan Pemberian ASI Eksklusif. *SOCIAL Jurnal Inovasi Pendidikan IPS*, 5(1), 152. <https://doi.org/10.51878/social.v5i1.4691>
- Nurjanah, R. et al. (2020). Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 101–110.

- Saraung, M. W. et al. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 1–8. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/17845>
- Sholawatut, K. et al. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin Dengan Minyak Lavender. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 64. <https://ejurnal.malahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/4491>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Telaumbanua, M. K. I. K., & A, H. A. (2025). Hubungan Budaya Terhadap Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi 0-12 Bulan Di Desa Namosimpur. *HEALTHY Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(3), 211. <https://doi.org/10.51878/healthy.v4i3.6779>
- Widiastuti, N. M. R. et al. (2022). Midwifery Complementary Treatment With The Application of Oxytocin Massage Using Lavender Aromatherapy Oil on Breast Milk Production in Postpartum Mothers. *Babali Nursing Research*, 3(3), 246. <https://doi.org/10.37363/bnr.2022.33151>
- Widiyanti, S. et al. (2020). Efektivitas Pijat Oksitosin Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(1), 42–49. <https://jki.ui.ac.id/index.php/jki/article/view/977>