



## Pijat Punggung dan Akupresur untuk Produksi ASI pada Ibu Postpartum Multipara: Quasi Eksperimen

Mardiana Ahmad<sup>1\*</sup>, Triwidayanti<sup>1</sup>, Andi Wardihan Sinrang<sup>1</sup>, Andi Nilawati Usman<sup>1</sup>,  
Saidah Syamsuddin<sup>2</sup>, Muh. Aryadi Arsyad<sup>1</sup>, Nur Aliya Arsyad<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Kebidanan, Sekolah Pascasarjana, Universitas Hasanuddin Makassar, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin Makassar, Indonesia

\*Corresponding Author: mardianaahmad@pascaunhas.ac.id

### Abstrak

Pemberian ASI eksklusif sangat penting untuk perkembangan fisik, psikis dan intelektual. Namun demikian, cakupan pemberian ASI eksklusif 0-6 bulan masih rendah baik di tingkat lokal, nasional maupun global. Masalah yang sering dikeluhkan oleh ibu yaitu produksi ASI yang kurang ataupun tidak lancar dapat diatasi dengan pijat punggung dan akupresur. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat punggung dan akupresur terhadap produksi ASI pada ibu postpartum multipara. Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment* dengan rancangan *posttest only*. Jumlah sampel adalah 30 ibu postpartum multipara yang terbagi sama rata ke dalam kelompok pijat punggung dan kelompok akupresur. Semua intervensi dilakukan sekali sehari selama 7 hari dengan durasi 30 menit. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi, lembar SOP pijat punggung dan akupresur, dan kuesioner *Postpartum Depression Screning Scale* (PDSS). Analisis yang digunakan yaitu uji *independent t-test*. Hasil penelitian menunjukkan rerata produksi ASI pada kelompok pijat punggung lebih rendah daripada kelompok akupresur dengan rata-rata produksi ASI setelah intervensi pada pijat punggung adalah 597,67 nm/dl dan akupresur adalah 687,33 nm/dl. Ada perbedaan antara pijat punggung dan akupresur terhadap peningkatan produksi ASI dengan nilai p 0,007. Pijat punggung dan akupresur dapat membantu ibu postpartum multipara yang mengalami kekurangan ASI dan bermanfaat untuk ibu yang mengalami masalah ASI di kelahiran anak yang sebelumnya.

**Kata Kunci:** akupresur, ibu multipara, pijat punggung, postpartum, produksi ASI

## ***Back Massage and Acupressure for Breast Milk Production in Multiparous Postpartum Mothers: A Quasi Experiment***

### ***Abstract***

Exclusive breastfeeding is essential for developing physical, psychological, and intellectual development. However, coverage of exclusive breastfeeding from 0-6 months is still low locally, nationally, and globally. The problem which mothers frequently complained, namely less or unsmooth breastmilk production, can be solved by a back massage and acupressure. This research aimed to analyze the influence of back massage and acupressure on breastmilk production in multiparous postpartum mothers. This study used quasi-experimental method with posttest only design. The samples of this study were 30 multiparous postpartum mothers who were distributed evenly into back massage group and acupressure group. All interventions were done once a day for 30 minutes in seven days. The samples were selected by using purposive sampling technique. The instruments used were observation form, SOP sheet of back massage and acupressure, and Postpartum Depression Screening Scale (PDSS) questionnaire. The data analysis used independent t-test. The research results showed the average of breastmilk production after intervention in the group of back massage back (597.67 nm/dl) was lower than acupressure group (687.33 nm/dl), which means there was a difference between back massage and acupressure to enhancement of breastmilk production with p value 0.007. Back massage and acupressure could help multiparous postpartum mothers who experience a lack of breastmilk and were helpful for mothers who experience breastfeeding problems at the previous childbirth.

**Keywords:** back massage, acupressure, breastmilk production, postpartum, multiparous mothers

## Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) mengandung banyak zat gizi dan antibodi untuk perlindungan terhadap infeksi bagi bayi, ASI mudah dicerna dan diserap sehingga mendukung tumbuh kembang bayi yang optimal (Anita et al., 2020; Arsyad et al., 2020; Widiastuti & Widiani, 2020). Seperti diketahui, ASI memiliki banyak manfaat yang baik untuk ibu dan bayinya sehingga *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan bahwa menyusui harus dimulai dalam satu jam pertama kelahiran bayi sampai dengan enam bulan yang diberikan secara eksklusif dan diteruskan sampai dengan usia dua tahun atau lebih (WHO, 2021).

Secara umum, tingkat global pemberian ASI eksklusif masih rendah terutama di Negara berkembang (Goker et al., 2021). Berdasarkan data WHO dan UNICEF tahun 2014-2020, target pencapaian ASI eksklusif diseluruh dunia hanya mencapai 44% dan ini masih jauh dari target global 5 yang di perkirakan pada tahun 2025 sudah mencapai 50% (UNICEF, 2021; WHO, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 melaporkan bahwa bayi yang melakukan inisiasi menyusui dini (IMD) pada satu jam pertama sebesar 84,1% dan bayi yang IMD di atas satu jam pertama sebesar 15,9%. Prevalensi ASI eksklusif tahun 2018 hanya mencapai 37,3%. Berdasarkan data Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019 presentasi bayi baru lahir yang mendapatkan IMD sebesar 81,71%, sedangkan yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 70,82% (RISKESDAS, 2018). Pada tahun 2020 persentasi bayi baru lahir yang mendapatkan IMD sebesar 87,8%, sedangkan yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 67,8%.

Dari data tersebut kita dapat simpulkan bahwa meskipun angka pemberian IMD tinggi, akan tetapi persentasi pemberian ASI eksklusif mengalami penurunan akibatnya banyak penggunaan susu formula yang menyebabkan daya imun tubuh bayi turun atau melemah, proses tumbuh kembang bayi menjadi lambat atau terhambat, sedangkan pada fase ini merupakan fase gold period bagi bayi akibatnya sumber daya manusia (WHO, 2021; UNICEF, 2021).

Pemberian ASI eksklusif sangat penting untuk perkembangan fisik, psikis dan intelektual dan itu sudah diketahui secara luas. Namun demikian, cakupan pemberian ASI eksklusif 0-6 bulan masih rendah baik di tingkat lokal, nasional maupun global (Kadir, 2014; Prabasiwi et al., 2015).

Upaya pemerintah untuk menyukseskan pemberian ASI eksklusif yaitu dengan mengeluarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif. Selain itu, Walikota Makassar Provinsi Sulawesi Selatan juga mengeluarkan Peraturan Daerah Kota Makassar No. 3 tahun 2016 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif (Jamil & Sari, 2021; *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian AIR Susu Ibu Eksklusif*, 2012).

Meskipun pemberian ASI eksklusif sudah di dukung pemerintah, akan tetapi kenyataannya kesenjangan antara cakupan IMD dan ASI eksklusif masih tinggi disebabkan karena masalah yang sering dikeluhkan oleh ibu yaitu produksi ASI yang kurang ataupun tidak lancar. Salah satu alternatif untuk memproduksi ASI yaitu dengan pijat punggung dan akupresur (Delima et al., 2016).

Pijat punggung dan akupresur sebagai bagian dari pengobatan komplementer yang telah di atur dalam Permenkes Nomor 15 tahun 2018 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer (Tuti, 2018; Widia & Meihartati, 2018; Zubaidah et al., 2021). Wewenang bidan terkait pelaksanaan pijat dan akupresur dalam asuhan kebidanan komplementer tertuang pada Permenkes Nomor 15 tahun 2018 pada pasal 8 ayat 1 yaitu “Berdasarkan kualifikasi pendidikannya, tenaga kesehatan tradisional terdiri atas: a. Tenaga Kesehatan Tradisional profesi; dan b. Tenaga Kesehatan Tradisional vokasi”. Dijelaskan pada ayat 3 bahwa “Tenaga Kesehatan Tradisional vokasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf b merupakan Tenaga Kesehatan Tradisional lulusan pendidikan tinggi paling rendah program diploma tiga bidang kesehatan tradisional sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan (Permenkes RI, 2018).

## Metode Penelitian

Penelitian ini disetujui oleh komisi etik penelitian Universitas Hasanuddin Makassar dengan Nomor: 10306/UN4.14.1/TP.01.02/2022 dan memperoleh persetujuan tertulis dari semua subjek. Penelitian ini menggunakan *quasi experiment* dengan rancangan *posttest only*. Penelitian dilaksanakan di RSIA Sitti Khadijah I Muhammadiyah Makassar dari bulan September s/d November 2022 dengan populasi seluruh ibu

postpartum multipara berjumlah 30 sampel. 15 sampel untuk kelompok perlakuan pijat punggung dan 15 sampel untuk kelompok akupresur. Untuk kelompok pijat punggung dilakukan sebanyak 1 kali sehari selama 7 hari berturut-turut yaitu pijat punggung dengan durasi  $\pm$  30 menit dimulai pada hari ke 2 postpartum. Begitupun dengan kelompok akupresur dilakukan selama 7 hari dengan durasi  $\pm$  30 menit dan dilakukan pada hari ke 2 postpartum

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu ibu postpartum multipara, ibu postpartum dengan berat badan bayi lahir normal dan tanpa kelainan kongenital. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu ibu postpartum yang bayinya meninggal dunia, ibu yang mengalami komplikasi persalinan, ibu yang mengkonsumsi susu pelancar ASI, dan ibu yang mengkonsumsi suplemen pelancar ASI. Penelitian ini menggunakan lembar observasi untuk karakteristik responden, lembar SOP intervensi, kuesioner *Postpartum Depression Screning Scale* (PPDS) ini merupakan kuesioner yang telah baku secara internasional yang diadopsi dari penelitian (Anita et al., 2020) dan sudah tervalidasi yang diberikan kepada responden sebelum perlakuan dan setelah perlakuan pada hari ketujuh.

Pengumpulan data menggunakan data primer dengan uji analisis *Independen T Test*.

Pada kelompok Pijat punggung pemijatan disepanjang ruas tulang belakang dari Costa 2 sampai Thorakal 6 dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari berturut-turut dalam durasi 30 menit. Sedangkan akupresur penekanan pada titik SI 1 dan CV 17 dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari berturut-turut dalam durasi 30 menit. Intervensi dilakukan oleh peneliti sendiri dan telah mengikuti pelatihan akupresur yang diadakan oleh dokter spesialis Akupresur.

### Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan rerata Produksi ASI ibu pada kelompok pijat punggung lebih rendah di dibandingkan kelompok akupresur, dengan rata-rata produksi ASI setelah intervensi pada pijat punggung adalah 597,67 nm/dl dan akupresur adalah 687,33 nm/dl, yang berarti ada perbedaan antara pijat punggung dan akupresur terhadap peningkatan produksi ASI dengan nilai *P-value* 0,007.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Karakteristik	Intervensi				Total		Nilai-p
	Pijat Punggung		Akupresur		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Umur</b>							
Resiko Rendah	15	55,6	12	44,4	27	90	0,224
Resiko Tinggi	0	0	3	100	3	10	
<b>Pendidikan</b>							
Pendidikan Tinggi	6	33,3	12	66,7	18	60	0,62
Pendidikan Rendah	9	75	3	25	12	60	
<b>Pekerjaan</b>							
Bekerja	7	50	7	50	14	46,7	1,000
Tidak Bekerja	8	50	8	50	16	53,3	
<b>IMD</b>							
Ya	12	48	13	52	25	83,3	1,000
Tidak	3	60	2	40	5	16,7	
<b>LILA</b>							
Normal	14	50	14	50	28	93,3	1,000
Tidak Normal	1	50	1	50	2	6,7	

Sumber Data: Primer 2022, Chi-Square

**Tabel 2.** Perbedaan Produksi ASI Pijat Punggung dan Akupresur

Variabel Independen	Variabel Dependen Produksi ASI (ml)	P-value*
Pijat Punggung	597,67±108,082	0,007
Akupresur	687,33±38,353	

Independent T-Test

Hasil penelitian menunjukkan rerata Produksi ASI ibu pada kelompok pijat punggung lebih rendah di bandingkan kelompok akupresur, dengan rata-rata produksi ASI setelah intervensi pada pijat punggung adalah 597,67 nm/dl dan akupresur adalah 687,33 nm/dl, yang berarti ada perbedaan antara pijat punggung dan akupresur terhadap peningkatan produksi ASI dengan nilai *P-value* 0,007.

Pijat punggung adalah pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang *costae* kelima-keenam dan merupakan usaha untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin setelah melahirkan (Desmawati, 2013; Ekawati, 2018; Umbar Sari, 2017). Berdasarkan hasil uji menunjukkan nilai rata-rata produksi ASI pijat punggung sebesar 597,67 nm/dl dengan standar deviasi 108,082.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Zuidah, 2022) menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI jika dilakukan pijat punggung pada ibu menyusui. Peneliti lain juga yang dilakukan oleh (Handayani et al., 2022) menyatakan intervensi pijat punggung dapat meningkatkan produksi ASI karena pijat punggung dapat memberikan efek relaksasi, membuat ibu postpartum merasa nyaman.

Pijat punggung merupakan salah satu cara merangsang refleks oksitosin dan prolaktin untuk membuat ibu rileks saat kesulitan memerah ASI. Punggung atas merupakan titik yang digunakan untuk memperlancar proses laktasi (Safitri et al., 2015). Saraf yang memasok payudara berasal dari tulang belakang bagian atas, di antara tulang belikat. Area ini merupakan area dimana wanita sering mengalami ketegangan otot bagi ibu postpartum. Memijat punggung dapat merilekskan bahu dan merangsang refleks letdown (Usman, 2019).

Sedangkan Akupresur merupakan jenis sentuhan dan tekanan yang digunakan memiliki pengaruh besar terhadap perubahan fisiologis,

sistemik, menciptakan ketenangan dan keseimbangan seluruh tubuh dan pikiran, serta mengurangi gejala stres (Bastani et al., 2015; Moradi et al., 2014; Widia & Meihartati, 2018). Berdasarkan hasil uji menunjukkan nilai rata-rata produksi ASI pada akupresur sebesar 687.33 nm/dl dengan standar deviasi 38.353

Penelitian yang pernah dilakukan oleh (Erfina et al., 2020) menyatakan bahwa akupresur berpotensi menjadi perawatan pelengkap oleh bidan pada ibu nifas untuk membantu produksi ASI yang lebih baik. Sedangkan penelitian lain yang dilakukan oleh (Sulymbona et al., 2020) melaporkan bahwa kelompok yang tidak diberikan akupresur mengalami peningkatan produksi ASI yang tidak signifikan sedangkan kelompok yang diberikan akupresur mengalami peningkatan yang signifikan

Berdasarkan hasil uji yang dilakukan juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pijat punggung dan akupresur dengan nilai *p-value* 0,05 > 0,007 yang berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Penelitian ini sejalan dengan peneliti yang pernah dilakukan oleh (Anita et al., 2020) mengemukakan pijat punggung dan terapi akupresur mampu meningkatkan kadar hormon prolaktin sehingga terapi ini dapat diberikan pada ibu nifas dan menyusui untuk produksi ASI dan dapat dipertimbangkan untuk dipraktekkan dalam asuhan kebidanan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Yahya et al., 2020) melaporkan bahwa pijat punggung dan akupresur layak dijadikan sebagai terapi komplementer bayi ibu nifas untuk membantu meningkatkan hormon oksitosin untuk memperlancar produksi ASI. Perlakuan pijat punggung dan ekupresur pada ibu postpartum multipara berpengaruh nyata terhadap peningkatan hormon oksitosin dan hormon prolaktin yang dimana semakin tinggi jumlah hormon yang dirangsang yang kedua intervensi tersebut, maka akan semakin banyak juga jumlah ASI yang di produksi.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yaitu adanya perbedaan secara signifikan dari kedua terapi dalam meningkatkan produksi ASI, sehingga diharapkan kepada tenaga Kesehatan dapat memberikan penyuluhan/edukasi kepada ibu postpartum terkait manfaat kedua terapi tersebut.

## Referensi

- Anita, N., Ahmad, M., Usman, A. N., Sinrang, A. W., Alasiry, E., & Bahar, B. (2020). Potency of back massage and acupressure on increasing of prolactin hormone levels in primipara postpartum; consideration for midwifery care. *Enfermeria Clinica*, 30, 577–580.  
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.165>
- Arsyad, N. A., Syarif, S., Ahmad, M., & As'ad, S. (2020). Breast milk volume using portable double pump microcontroller Arduino Nano. *Enfermeria Clinica*, 30.  
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.159>
- Bastani, F., Sobhani, M., & Emamzadeh Ghasemi, H. S. (2015). Effect of Acupressure on Fatigue in Women With Multiple Sclerosis. *Global Journal of Health Science*, 7(4), 375–381.  
<https://doi.org/10.5539/gjhs.v7n4p375>
- Delima, M., Arni, G., & Rosya, E. (2016). PENGARUH PIJAT OKSITOSIN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS PLUS MANDIANGIN. *Jurnal Ipteks Terapan*, 9(4).  
<https://doi.org/10.22216/jit.2015.v9i4.1238>
- Desmawati, D. (2013). Penentu Kecepatan Pengeluaran Air Susu Ibu setelah Sectio Caesarea. *Kesmas: National Public Health Journal*, 7(8), 360.  
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v7i8.22>
- Ekawati, H. (2018). Efektivitas Kombinasi Perawatan Payudara dan Pijat Oksitosin terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di Ruang Melati RSUD Dr. Soegiri Lamongan. *J Kesehatan*, 10(1), 10–16.
- Erfina, Ahmad, M., Usman, A. N., Sinrang, A. W., Alasiry, E., & Bahar, B. (2020). Potential of acupressure to be complementary care by midwives in postpartum women's breast milk production. *Enfermeria Clinica*, 30.  
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.12.001>
- Goker, A., Kosova, F., Koken Durgun, S., & Demirtas, Z. (2021). The effect of postpartum period back massage on serum ghrelin, leptin, adiponectin and visfatin levels. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 42(November).  
<https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101284>
- Handayani, H., Djamil, M., Wahyuni, S., & Wigya M, S. (2022). The Effectiveness of Soy Bean, Oxytocin Massage and Back Massage on Breast Milk Production of Postpartum Mothers Systematic Literature Review. *Journal Research of Social, Science, Economics, and Management*, 1(9), 1302–1315.  
<https://doi.org/10.36418/jrssem.v1i9.144>
- Jamil, M., & Sari, C. K. (2021). DUKUNGAN TEMPAT KERJA TERHADAP PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF BERDASARKAN PERMENKES NOMOR 33 TAHUN 2012 PADA IBU BEKERJA DI KANTOR BUMN (PT PLN) KOTA SEMARANG. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 12(1).  
<https://doi.org/10.33666/jitk.v12i1.278>
- Kadir, N. A. (2014). Menelusuri Akar Masalah Rendahnya Persentase Pemberian Asi Eksklusif Di Indonesia. *Al-Hikmah Journal for Religious Studies*, 15(1), 114–125.
- Moradi, Z., Akbarzadeh, M., Moradi, P., Toosi, M., & Hadianfard, M. J. (2014). The Effect of Acupressure at GB-21 and SP-6 Acupoints on Anxiety Level and Maternal-Fetal Attachment in Primiparous Women: a Randomized Controlled Clinical Trial. *Nursing and Midwifery Studies*, 3(3).  
<https://doi.org/10.17795/nmsjournal19948>
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian AIR Susu Ibu Eksklusif. (2012).
- Permenkes RI, 2018. (2018). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2018 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Tradisional Komplementer. *World Development*, 1(1), 1–15.
- Prabasiwi, A., Fikawati, S., & Syafiq, A. (2015). ASI Eksklusif dan Persepsi Ketidakcukupan ASI. *Kesmas: National Public Health Journal*, 9(3), 282.  
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v9i3.691>
- RISKESDAS. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Safitri, W. N., Susilaningih, & Panggayuh, A. (2015). Pijat punggung dan percepatan pengeluaran asi pada ibu post partum. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 1(2), 148–153.
- Sulymbona, N., As'ad, S., Khuzaimah, A., Miskad, U. A., Ahmad, M., & Bahar, B. (2020). The effect of acupressure therapy on the

- improvement of breast milk production in postpartum mothers. *Enfermeria Clinica*, 30, 615–618.  
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.12.002>
- Tuti, W. M. N. (2018). Pijat Oksitoksin dan Aroma Terapi Lavender Meningkatkan Produksi Asi. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 44–53.
- Umbar Sari, D. (2017). Efektifitas Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran Asi Di Rsia Annisa Tahun 2017. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1), 11–17. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v1i1.47>
- UNICEF. (2021). *UNICEF Global Databases: Infant and Young Child Feeding: Exclusive breastfeeding*.
- Usman, H. (2019). Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Massage Rolling (punggung) Mempengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Mapane Kabupaten Poso. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(1), 28.  
<https://doi.org/10.33860/jbc.v2i1.148>
- WHO. (2021). *Global Nutrition Monitoring Framework Operational Guidance For Tracking Progress In Meeting Target For 2025*. 2021.
- Widia, L., & Meihartati, T. (2018). Oxytocin massage enhanced breast milk production in post-partum women. *Majalah Obstetri & Ginekologi*, 25(2), 63.  
<https://doi.org/10.20473/mog.v25i22017.63-65>
- Widiastuti, N. M. R., & Widiani, N. N. A. (2020). Improved breastfeeding with back massage among postnatal mothers. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 8(2). <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20200239>
- Yahya, F. D., Ahmad, M., Usman, A. N., Sinrang, A. W., Alasiry, E., & Bahar, B. (2020). Potential combination of back massage therapy and acupressure as complementary therapy in postpartum women for the increase in the hormone oxytocin. *Enfermeria Clinica*, 30, 570–572.  
<https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.07.163>
- Zubaidah et al. (2021). Asuhan Keperawatan Nifas. In CV Budi Utama (Ed.), *CV Budi Utama* (1st ed.). Deepublish.
- Zuidah. (2022). THE EFFECT OF BACK MASSAGE ON BREASTFEEDING MOTHERS USING LAVENDER
- ESSENTIAL OIL ON BREAST MILK PRODUCTION IN BPM WAHYU JL. PERTIWI NO 58 VILLAGE KOLAM KECAMATAN PERCUT SEI TUAN YEAR 2021. *Midwifery Science*, 10(2), 51–58.  
<https://doi.org/10.30994/sjik.v11i1.878>