



### Pemberian Pelatihan pada Kader Kesehatan tentang Pijat Oketani Guna Proses Kelancaran Pemberian ASI Ibu Menyusui

Ellyzabeth Sukmawati<sup>1✉</sup>, Dahlia Arief Rantauni<sup>2</sup>, Norif Didik Nur Imanah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Universitas Telogorejo, Jawa Tengah, Indonesia

<sup>2</sup>Prodi DIII Kebidanan, STIKES Serulingmas Cilacap, Jawa Tengah, Indonesia

✉Email korespondensi: [sukmaqu87@gmail.com](mailto:sukmaqu87@gmail.com)



#### History Artikel

Received: 14-12-2024

Accepted: 05-06-2025

Published: 01-10-2025

#### Kata kunci

Pelatihan Kader;  
Pijat Oketani;  
Kader Kesehatan.

#### ABSTRAK

Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu memberikan ketampilan pada kader kesehatan tentang teknik pijat Oketani sebagai salah satu teknik untuk memperlancar proses pengeluaran ASI. Metode pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dengan memberikan pelatihan melalui ceramah, diskusi serta tanya jawab dengan bantuan media powerpoint, manekin dan video. Teknik pengukuran ketercapaian pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan mengukur pengetahuan secara pre dan post test. Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan di Kecamatan Maos, Kabupaten Cilacap dengan jumlah peserta kader Kesehatan sejumlah 50 orang dengan alokasi waktu bulan Maret hingga September tahun 2024. Hasil kegiatan yaitu dilakukan pelatihan pijat Oketani yang menjadi salah satu alternatif bagi ibu menyusui untuk memperlancar proses produksi ASI dengan teknik pijat. Hasil penilaian pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan nilai, yang menjadi indikator keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Peningkatan pengetahuan pada kader posyandu diharapkan dapat disebarluaskan kepada masyarakat luas, sehingga memberikan dampak positif yang lebih luas. Kegiatan ini memiliki implikasi penting dalam memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan pengetahuan kader kesehatan, yang pada gilirannya dapat membantu menyelesaikan permasalahan ibu dalam hal menyusui. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya bermanfaat bagi kader posyandu, tetapi juga berpotensi meningkatkan kesehatan ibu dan anak dalam komunitas secara keseluruhan.

#### Keywords:

Cadre Training;  
Oketani Message;  
Health cadre.

#### ABSTRACT

*The purpose of implementing community service activities is to provide skills to health cadres about the Oketani massage technique as one of the techniques to facilitate the process of breast milk production. The method of implementing this service is carried out by providing training through lectures, discussions and questions and answers with the help of powerpoint media, mannequins and videos. The technique of measuring the achievement of the implementation of activities is carried out by measuring knowledge in pre and post test. The place where the service activities were carried out was carried out in Maos District, Cilacap Regency with a total of 50 health cadre participants with a time allocation from March to September 2024. The result of the activity was the Oketani massage training which is one of the alternatives for breastfeeding mothers to smooth the milk production process with massage techniques. The results of the pre-test and post-test assessments showed an increase in scores, which was an indicator of the success of this community service activity. The increase in knowledge of posyandu cadres is expected to be disseminated to the wider community, so as to have a wider positive impact. This activity has important implications in making a positive contribution to improving the knowledge of health cadres, which in turn can help solve maternal problems in terms of breastfeeding. Thus, this community service activity is not only beneficial for*



## PENDAHULUAN

Terapi melalui pendekatan komplementer merupakan metode pengobatan yang menggabungkan praktik medis konvensional dengan berbagai teknik penyembuhan alternatif (Abidin, 2019). Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan pasien secara holistik, dengan memperhatikan aspek fisik, mental, dan emosional (Rhomadona et al., 2023). Beberapa contoh terapi komplementer yang sering digunakan meliputi akupunktur, pijat terapi, aromaterapi, meditasi, dan penggunaan herbal. Meskipun beberapa metode ini belum sepenuhnya diakui oleh komunitas medis mainstream, banyak pasien melaporkan manfaat positif dari penggunaan terapi komplementer sebagai pelengkap pengobatan konvensional (Cicilia K et al., 2021).

Pijat Oketani menjadi salah satu terapi komplementer dengan metode perawatan payudara untuk meningkatkan produksi ASI (Junita et al., 2022). Pijat Oketani adalah teknik pijat yang efektif dalam mengatasi masalah laktasi, terutama yang disebabkan oleh puting datar (flat nipple) dan puting terbalik (inverted nipple) (Fasiha, Ahmad, et al., 2022). Metode ini tidak hanya membantu mengurangi masalah tersebut, tetapi juga berperan dalam menstimulasi kekuatan otot pectoralis, yang pada gilirannya dapat meningkatkan produksi ASI (Buhari et al., 2018). Sebuah studi penelitian menunjukkan bahwa pijat Oketani memiliki manfaat tambahan dalam meningkatkan kelembutan dan elastisitas payudara. Perubahan ini sangat menguntungkan bagi bayi, karena payudara yang lebih lembut dan elastis memudahkan proses menyusui, memungkinkan bayi untuk mengisap ASI dengan lebih efektif. Dengan demikian, pijat Oketani menawarkan solusi komprehensif untuk berbagai tantangan laktasi, mendukung kesuksesan menyusui bagi ibu dan bayi (Rahnemaie et al., 2019).

Hasil data pada tahun 2020 diketahui bahwa Kabupaten Cilacap tercatat memiliki jumlah penduduk sebanyak 1.963.824 jiwa (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2020). Sedangkan hasil Susenas 2021 menunjukkan bahwa 97% pemberian ASI hingga anak berusia 2 tahun di Kabupaten Cilacap. Berdasarkan kajian, diketahui bahwa terdapat bayi yang tidak mendapatkan ASI sebanyak 3 persen pada tahun 2021 (Badan Pusat Statistik, 2020). Diketahui bahwa berdasarkan hasil survei yang dilakukan, salah satu kecamatan di Kabupaten Cilacap yaitu Kecamatan Maos memiliki kegagalan dalam pemberian ASI karena ibu menyusui di wilayah tersebut kesulitan dalam pemberian ASI. Kesulitan ini disebabkan karena salah satu faktornya yaitu putting lecet, produksi ASI yang kurang dan berbagai penyebab yang lain.

Dalam rangka menyukseskan pembangunan nasional, khususnya di bidang kesehatan, bentuk pelayanan kesehatan diarahkan pada prinsip bahwa masyarakat bukanlah sebagai objek tetapi merupakan subjek dari pembangunan itu sendiri. Masyarakat diharapkan secara aktif dan bertanggung jawab untuk ikut serta meningkatkan efisiensi pelayanan dengan mendorong masyarakat memanfaatkan sumber daya. Salah satu penerapan dengan memanfaatkan sumber daya masyarakat yaitu dengan memberikan pelatihan kader kesehatan.

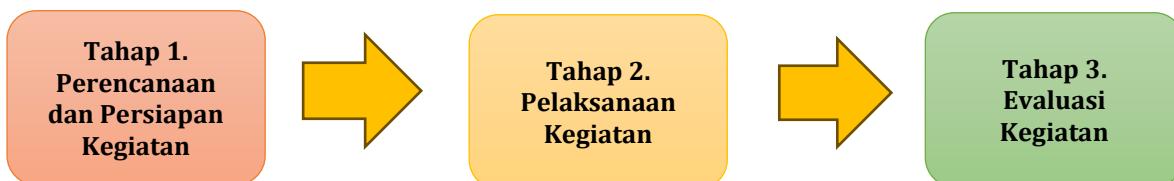
Pengabdian masyarakat melalui pelatihan pijat Oketani merupakan upaya untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu menyusui serta bayi mereka. Metode pijat ini, yang dikembangkan oleh Sotomi Oketani di Jepang, bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI dan mengatasi masalah payudara pada ibu menyusui.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini didasari oleh tingginya angka kegagalan menyusui dan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang teknik pijat yang dapat membantu proses laktasi. Dengan memberikan pelatihan dan sosialisasi tentang pijat Oketani diharapkan dapat menyelesaikan permasalahan kesehatan ibu menyusui terutama terkait produksi ASI. Kader kesehatan dapat menjadi salah satu penyalur informasi yang membantu pelayanan kesehatan tenaga kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kader kesehatan terbutki efektif menjadi salah satu penyalur informasi di masyarakat (Nur Imanah & Sukmawati, 2021).

Berdasarkan permasalahan ini, tujuan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu memberikan ketrampilan tambahan pada kader tentang pijat Oketani sebagai salah satu teknik untuk memperlancar proses pengeluaran ASI.

## METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan pelatihan ketrampilan, diskusi serta tanya jawab melalui bantuan media powerpoint dan manekin. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada bulan Maret hingga September 2024 di Kecamatan Maos, Kabupaten Cilacap. Pemberian pelatihan dilakukan pada kader kesehatan sebanyak 50 orang. Teknik pengukuran ketercapaian pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan pengukuran *pre and post-test* dan lembar observasi.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pada kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui beberapa tahapan. Pada tahap awal dilaksanakan dengan perencanaan dan persiapan melalui persiapan penyusunan kegiatan dan pengurusan perizinan kegiatan. Selanjutnya pada tahap 2 dilaksanakan pelaksanaan kegiatan, diawali dengan persiapan pelaksanaan, registrasi peserta, penyampaian materi (diskusi) dan sesi tanya jawab. Tahap 3 yaitu tindak lanjut kegiatan berupa pemberian kuesioner pada peserta untuk menilai pengetahuan terkait pijat Oketani. Kuesioner terdiri dari 12 pertanyaan yang dibagi penilaiannya dengan rentang nilai baik, cukup, dan kurang. Baik ketika mampu menjawab > 8 pertanyaan, cukup mampu menjawab >4-8 pertanyaan, kurang ketika peserta menjawab < 4 pertanyaan dengan jawaban benar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan kader kesehatan dalam pengabdian masyarakat ini memungkinkan optimalisasi sumber daya dan dampak yang lebih luas, khususnya kader kesehatan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tidak hanya mengatasi masalah secara parsial, tetapi juga menciptakan sinergi yang dapat mendorong perubahan berkelanjutan dalam komunitas sasaran.

Pada gambar 1 menunjukkan awal kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dengan mengukur pengetahuan kader kesehatan dengan kuesioner yang telah disediakan. Hasil nilai pengetahuan dikategorikan menjadi 3 kategori

pengetahuan yaitu kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Hasil penilaian dipaparkan pada Tabel 1.



**Gambar 2. Pelaksanaan Pelatihan Pijat Oketani Pada Kader Kesehatan**

**Tabel 1. Hasil Penilaian Pengetahuan Peserta Pelatihan Pijat Oketani (*Pre and Post-Test*)**

Kategori	Pre-Test	Post-Test
Baik	0	42
Cukup	14	8
Kurang	36	0

Hasil penilaian pengetahuan peserta pelatihan berdasarkan pada tabel 1 diketahui bahwa pada saat sebelum diberikan pelatihan ketrampilan, kategori peserta pelatihan berada di kategori kurang yaitu 72 % dan kategori pengetahuan cukup 28%. Setelah dilakukan pelatihan ketrampilan maka menyebabkan peningkatan pengetahuan peserta yaitu berada di kategori baik 84% dan cukup di 16%.

Pelaksanaan pre-test dan post-test digunakan sebagai suatu indikator pencapaian dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan ini. Peningkatan pengetahuan peserta tentang pijat Oketani merupakan langkah penting dalam menyebarluaskan informasi ini kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki keunggulan dalam memberikan solusi alternatif bagi ibu menyusui untuk memperlancar proses pemberian ASI. Setelah pelatihan, dilakukan pemantauan untuk mengevaluasi penerapan keterampilan yang telah diajarkan (Aulia Faris Akbar, 2012). Selama proses ini, kader kesehatan secara aktif membagikan informasi tentang pijat Oketani kepada ibu menyusui pada setiap kegiatan posyandu. Pendekatan ini memastikan bahwa pengetahuan yang diperoleh tidak hanya berhenti pada kader, tetapi juga sampai kepada masyarakat yang membutuhkannya, sehingga memberikan manfaat langsung bagi kesehatan ibu dan bayi di komunitas tersebut.



**Gambar 3. Pelaksanaan Pelatihan Pijat Oketani**

Pelatihan ini terbukti efektif dilaksanakan oleh kader kesehatan untuk membantu ibu menyusui menyelesaikan permasalahan terkait gangguan pada proses menyusui. Kader kesehatan masyarakat memainkan peran penting dalam sistem pelayanan kesehatan, meskipun mereka bukan tenaga profesional. Mereka berfungsi sebagai penghubung antara masyarakat dan layanan kesehatan formal. Tugas utama kader adalah membantu menyelesaikan masalah kesehatan umum yang mendesak di tingkat masyarakat. Meskipun tidak bekerja dalam sistem tertutup, kader beroperasi sebagai bagian integral dari sistem kesehatan yang lebih luas. Mereka diharapkan memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi, menangani, dan bila perlu, merujuk masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat. Peran kader sangat penting dalam meningkatkan kesadaran kesehatan dan memberikan dukungan dasar kepada masyarakat, terutama di daerah-daerah yang memiliki akses terbatas ke layanan kesehatan profesional. Dengan adanya pelatihan ini memberikan peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader kesehatan, khususnya tentang pijat oketani yang merupakan salah satu terapi komplementer dan dapat diterapkan pada ibu menyusui.

Pijat Oketani merupakan metode komplementer yang efektif dalam meningkatkan produksi ASI dan mendukung keberhasilan menyusui. Sesuai dengan kondisi masyarakat di lokasi kegiatan, para kader yang telah dilatih mampu menyebarluaskan pengetahuan tentang teknik ini kepada ibu-ibu menyusui. Peserta pengabdian menunjukkan komitmen untuk menjadi kader ASI, bertujuan meningkatkan angka keberhasilan pemberian ASI di wilayah mereka melalui penerapan pijat Oketani. Metode ini telah direkomendasikan oleh penelitian sebagai salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI. Dengan adanya kader terlatih yang dapat mengajarkan dan menerapkan teknik pijat Oketani di masyarakat, diharapkan dapat memberikan dampak positif pada kesehatan ibu dan bayi serta mendukung program ASI eksklusif di daerah tersebut. Produksi ASI yang tidak mencukupi merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan penghentian menyusui secara dini (Prastyoningsih et al., 2021). Masalah ini telah menjadi perhatian dalam kesehatan ibu dan anak (Dary & Sulistyaningsih, 2023). Pijat telah diidentifikasi sebagai metode perawatan yang efektif dan berisiko rendah untuk meningkatkan sekresi susu pada ibu menyusui. Meskipun demikian, tinjauan sistematis literatur sebelumnya belum secara komprehensif membahas berbagai metode terapi pijat dan efeknya terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam penelitian yang perlu diatasi untuk memberikan pemahaman yang

lebih baik tentang efektivitas pijat dalam meningkatkan produksi ASI dan mendukung keberhasilan menyusui jangka Panjang (Riasti & Ulfah, 2021).

Tinjauan sistematis mengenai pijat Oketani telah dilakukan di berbagai negara untuk mengevaluasi efektivitasnya dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu-ibu Asia (Mayasari & Lailiyana, 2020). Meskipun teknik ini tampaknya dapat meningkatkan volume ASI, sebagian besar penelitian yang ada memiliki kualitas rendah hingga sedang karena risiko bias yang tidak jelas dan heterogenitas data. Beberapa keterbatasan yang ditemukan meliputi kurangnya rincian tentang kelompok kontrol, keragaman karakteristik peserta, dan ukuran sampel yang kecil, yang menghalangi dilakukannya meta-analisis dari data lintas studi (Kasad et al., 2022). Untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang efektivitas pijat Oketani, diperlukan penelitian lebih lanjut dengan metodologi yang lebih ketat dan pengukuran volume ASI yang terstandarisasi. Hal ini akan memungkinkan penggabungan data dari berbagai studi untuk menghasilkan kesimpulan yang lebih kuat mengenai efek keseluruhan dari intervensi ini (Fasiha, Achmad, et al., 2022)

Pijat Oketani tidak hanya meningkatkan produksi ASI, tetapi juga telah terbukti efektif dalam mengurangi bendungan air susu ibu (Indrayani et al., 2023). Metode ini aman digunakan oleh ibu menyusui dan memberikan manfaat ganda. Kegiatan pelatihan tentang teknik ini memiliki implikasi positif, terutama dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan (Tasnim et al., 2019). Dengan pemahaman yang lebih baik, para kader kesehatan dapat berperan sebagai agen perubahan di masyarakat, menyebarluaskan informasi penting ini kepada ibu-ibu menyusui (Dehghani et al., 2018). Implikasi pelaksanaan kegiatan ini yaitu memberikan kontribusi positif terkait peningkatan pengetahuan pada kader kesehatan. Kader kesehatan diharapkan bisa menyalurkan pengetahuannya pada ibu-ibu menyusui supaya dapat mengatasi permasalahan menyusui terutama terkait kelancaran produksi ASI nya selama masa menyusui.

## SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian telah berhasil dilaksanakan dengan partisipasi 50 kader kesehatan, menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam upaya peningkatan kualitas layanan kesehatan masyarakat. Hasil yang dicapai sangat menggembirakan, dengan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan mengenai teknik pijat Oketani. Metode ini dikenal efektif dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Para kader yang telah mengikuti pelatihan diharapkan tidak hanya menyimpan pengetahuan ini untuk diri sendiri, tetapi juga berkomitmen untuk menjadi agen perubahan sebagai kader ASI di wilayah mereka masing-masing. Dengan menyebarluaskan informasi dan keterampilan yang telah diperoleh kepada ibu-ibu menyusui di komunitas, para kader dapat berkontribusi secara langsung dalam meningkatkan angka keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Hal ini sejalan dengan tujuan utama dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, yaitu memberdayakan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam bidang kesehatan. Diharapkan dengan adanya transfer pengetahuan ini, akan tercipta efek domino positif yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesehatan ibu dan anak serta kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2019). Buku Ajar Keperawatan Komplenter "Terapi Komplementer Solusi Cerdas Optimalkan Kesehatan. In *Efektifitas Penyaluran Gizi pada Kelompok 1000 HPK dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Kesadaran Gizi* (Vol. 3, Issue 3).
- Aulia Faris Akbar. (2012). Definisi pengetahuan, sikap, dan perilaku. *Definisi Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku*.
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2020). Statistik Indonesia 2020. In *Statistik Indonesia 2020* (Vol. 1101001).
- Badan Pusat Statistik, K. C. (2020). Kecamatan Cilacap Tengah Dalam Angka 2020. In *Kabupaten Klaten Dalam Angka*.
- Buhari, S., Jafar, N., & Multazam, M. (2018). Perbandingan Pijat Oketani dan Oksitosin terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Post Partum Hari Pertama sampai Hari Ketiga di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 2(2). <https://doi.org/10.37337/jkdp.v2i2.84>
- Cicilia K, C., Windayanti, H., A, S. A., Rosta, W. E., Yuliani, E., G, C. S., S, A. N. I., Komala, D., & A, S. D. (2021). Literature Review : Teknik Komplementer pada Penanganan Bendungan ASI. *Jurnal Universitas Ngudi Waluyo*.
- Dary, S. W., & Sulistyaningsih, S. (2023). Benefits of Oketani Massage to Solve Breast Milk Problems: A Scoping Review. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(3). <https://doi.org/10.30604/jika.v8i3.2218>
- Dehghani, M., Babazadeh, R., Khadivzadeh, T., Pourhoseini, S. A., & Esmaeili, H. (2018). Effect of breast Oketani-massage on neonatal weight gain: A randomized controlled clinical trial. *Evidence Based Care Journal*, 8(3). <https://doi.org/10.22038/ebcj.2018.32347.1817>
- Fasiha, Achmad, I. H., & Wabula, W. M. (2022). Sukses Menyusui dengan Pijat Oketani. In *Poltekkes Kemenkes Maluku* (Issue September).
- Fasiha, F., Ahmad, I. H., & Wabula, W. M. (2022). Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani dan Akupresur terhadap Kadar Prolaktin Pada Ibu Pasca Sectio Caesarea di Rumkit Tk. II Prof. Dr. J. A. Latumeten. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(2). <https://doi.org/10.32695/jkt.v13i2.359>
- Indrayani, T., Choirunnisa, R., & Lumprom, O. (2023). Effectiveness of Combining Oketani and Oxytocin Massage on The Breastmilk Production. *IJNP (Indonesian Journal of Nursing Practices)*, 6(2). <https://doi.org/10.18196/ijnp.v6i2.17213>
- Junita, N., Susaldi, Fauziah, N., Dwimeiza Sulistyowati, P., Hamida Maisaroh Nurlatu, S., & Nafs, T. (2022). Pijat Oketani Mempengaruhi Produksi ASI pada Ibu Postpartum. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(3). <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i3.16>
- Kasad, Harahap, M. S., Nurdahliana, & Noviyanti. (2022). Comparison of Breast Massage (Oxytocin Massage, Oketani Massage, and Marmet Massage) Against the Smoothness of Breast Milk from the Aspect of Baby's Sleep Frequency. *Bioscientia Medicina : Journal of Biomedicine and Translational Research*, 6(8). <https://doi.org/10.37275/bsm.v6i8.564>
- Mayasari, W., & Lailiyana, Y. (2020). The Effect of Oketani Massage on Breast Milk in Post Partum Mother in Pmb Dince Safrina. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 8(1).
- Nur Imanah, N. D., & Sukmawati, E. (2021). Peran Serta Kader Dalam Kegiatan Posyandu Balita Dengan Jumlah Kunjungan Balita Pada Era New Normal. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1). <https://doi.org/10.36419/jki.v12i1.442>
- Prastyoningsih, A., Rohmantika, D., Pratiwi, E. N., Maharani, A., & Rohmah, A. N. (2021). The Effect of Education Breastfeeding to Breastfeeding Self Efficacy in Central Java Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(3). <https://doi.org/10.20961/placentum.v9i3.54967>
- Rahnemaie, F. S., Zare, E., Zaheri, F., & Abdi, F. (2019). Effects of complementary medicine on successful breastfeeding and its associated issues in the postpartum period. In *Iranian Journal of Pediatrics* (Vol. 29, Issue 1). <https://doi.org/10.5812/ijp.80180>
- Rhomadona, S. ., Hidayah, A., Widayanti, W., Kusumastuti, & Ernawati, E. (2023). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer Pada Ibu Nifas. In *Buku Ajar*.

- Riasti, R. I., & Ulfah, K. (2021). Oketani Massage To Increase Breast Milk Production. *Proceeding of the 4th International Conference on Interprofessional Health Collaboration and Community Empowerment*, 1(December).
- Tasnim, S., Roy, S. K., Jahan, K., Nazmeen, S., Debnath, S. C., & Islam, A. B. M. M. (2019). Difficulties in breastfeeding: Easy solution by oketani breast massage. *Bangladesh Medical Research Council Bulletin*, 45(3). <https://doi.org/10.3329/BMRCB.V45I3.44644>