



# Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat

Volume 5 | Nomor 1 | Januari – Maret 2024

e-ISSN: 2722-5798 & p-ISSN: 2722-5801

DOI: [10.33860/pjpm.v5i1.2181](https://doi.org/10.33860/pjpm.v5i1.2181)

Website: <http://ojs.polkespalupress.id/index.php/PJPM/>

## Pelatihan Pijat Oketani Ibu Postpartum pada Kader Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Tulehu Kabupaten Maluku Tengah

Fasiha<sup>✉</sup>, Ismiyanti H. Achmad, Widy Markosia Wabula

Prodi DIII Kebidanan Ambon, Poltekkes Kemenkes Maluku, Ambon, Indonesia

✉ Email korespondensi: [fasiha220478@gmail.com](mailto:fasiha220478@gmail.com)



### History Article:

Received: 10-06-2023

Accepted: 28-02-2024

Published: 31-03-2024

### Kata kunci:

pelatihan;  
kader;  
pijat oketani.

### ABSTRAK

Puskesmas Tulehu merupakan salah satu puskesmas yang berada di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Maluku Tengah. Memiliki 17 Posyandu dengan 85 orang kader Kesehatan aktif. Terdapat kader PMBA yang merupakan perwakilan dari kader Kesehatan 17 Posyandu, di bentuk dan dilatih sejak tahun 2019. Cakupan ASI Eksklusif di wilayah kerja puskesmas Tulehu sebesar 32%, dimana belum sesuai target yaitu 40%. Ada 129 orang jumlah bayi, namun yang mendapatkan ASI hanya 41 orang. Hal ini terjadi karena beberapa ibu mengatakan bahwa produksi ASI kurang (sindrom ASI kurang), sehingga memberikan susu formula dan makanan tambahan sebelum usia 6 bulan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader dalam membantu mengatasi permasalahan menyusui pada ibu post partum. Ada 20 orang kader yang menjadi sasaran dalam kegiatan. Kegiatan yang dilakukan berupa pemberian materi pijat oketani, demonstrasi dan re-demonstrasi yang dilanjutkan dengan latihan mandiri di rumah menggunakan model/media pembelajaran yang diberikan. Hasil post test menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dari 71,6 menjadi 92,26 serta hasil penilaian ketrampilan hasilnya sangat baik yaitu 97,1. Hal ini menandakan pencapaian yang sangat baik bagi peserta. Diharapkan pemantauan dan evaluasi berkala dari bidan terhadap hasil pijat oketani yang dilakukan kader, sehingga permasalahan pemberian ASI teratasi serta cakupan ASI Eksklusif meningkat.

### Keywords:

training;  
cadre;  
oketani massage.

### ABSTRACT

*Tulehu Community Health Centers is one of the community health centers in these work areas of the Central Maluku Regency Health Services. has 17 Posyandu with 85 active health cadres. There are IYCF Cadres who are representatives of the 17 Posyandu Health cadres. they were formed and trained in 2019. Exclusive breastfeeding coverage in the Tulehu Health Center working area is 32%, which is not yet according to the target of 40%. There were 129 babies, but only 41 people received breast milk. This happens because some mothers say that breast milk production is lacking (insufficient breast milk syndrome), so they give formula milk and additional food before 6 months, the activity aims is to increase the knowledge and skills of cadres in helping overcome breastfeeding problems in postpartum mothers. 20 cadres were targeted in the activities. The activities carried out consisted of providing oketani massage material demonstrations and re-demonstrations followed by independent practice a home using the learning models/media provided. The post-test results showed that there was an increase in knowledge from 71.6 to 92.26 and the skills assessment results were very good, namely 97.1. This indicates a very good achievement for the participants. It is hoped that regular monitoring and evaluation by midwives of the results of the oketani massage carried out by cadres will result in the problem of breastfeeding being resolved and the coverage of exclusive breastfeeding increasing.*



©2024 by the authors. Submitted for possible open-access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

## PENDAHULUAN

ASI Eksklusif sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 mengenai Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Arlina et al., 2018; Kementerian Kesehatan RI, 2020; Mufdillah, 2017; Presiden RI, 2012). Penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI. Apabila bayi tidak mengisap puting susu pada setengah jam setelah persalinan, hormone prolaktin akan turun dan sulit merangsang prolaktin sehingga ASI akan keluar pada hari ketiga atau lebih. Sebagai upaya untuk tetap mempertahankan prolaktin, isapan bayi akan memberikan rangsangan pada hipofisis untuk mengeluarkan hormone oksitosin. Hormon oksitosin bekerja merangsang otot polos untuk memeras ASI yang ada pada alveoli, lobus serta duktus yang berisi ASI yang dikeluarkan melalui puting susu (Elisabeth Siwi Walyani & Th. Endang Purwoastuti, 2017). Refleks oksitosin ini dipengaruhi oleh faktor kejiwaan ibu. Jika ada rasa cemas, stress dan ragu yang terjadi, maka pengeluaran ASI bisa terhambat (Marmi, 2017).

Beberapa evidence based dari hasil penelitian menyebutkan bahwa ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan dan melancarkan produksi ASI diantaranya dengan melakukan melakukan perawatan payudara, metode pijatan seperti pijat oketani, pijat oksitosin, pijat marmet, pijat akupressure (Cho et al., 2012; Esfahani et al., 2015; Fasiha, Ismiyanti H. Achmad, 2022; Jama & Suhermi S, 2019; Machmudah & Khayati, 2016a; Pujiati et al., 2021; Putri Permata et al., 2020; Sembiring, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat oketani efektif mengatasi permasalahan menyusui. Pijat oketani merupakan manajemen keterampilan untuk mengatasi masalah laktasi seperti produksi ASI yang tidak cukup, pembengkakan payudara, pijat oketani akan menyebabkan payudara menjadi lunak, lentur dan areola akan menjadi elastis, duktus lactiferous dan puting susu juga menjadi elastis. Pijat oketani efektif dalam melancarkan produksi ASI dan ekresi ASI karena pijat oketani merangsang otot-otot dada yang lebih besar untuk meningkatkan produksi ASI (Fatrin & Putri, 2021; Machmudah & Khayati, 2016b; Putri Permata et al., 2020; Sari & Syahda, 2020). terdapat 8 tehnik pada pijat oketani yaitu, 7 tehnik memisahkan kelenjar mammae dan 1 tehnik pemerahan pada setiap payudara, hal ini bertujuan untuk mengatasi masalah menyusui pada ibu Postpartum dengan tindakan pemijatan tanpa menimbulkan rasa nyeri (Cho et al., 2012; Kementerian Kesehatan RI, 2019b).

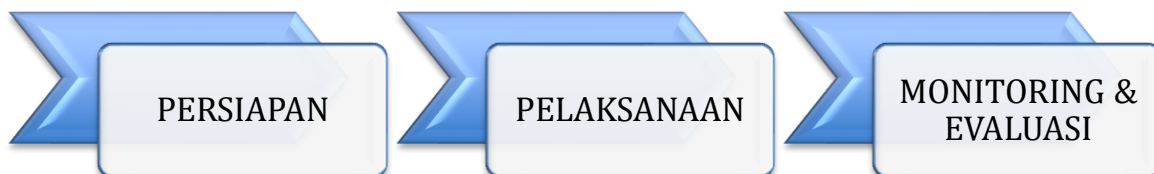
Memiliki 17 Posyandu yang tersebar di dusun yang merupakan wilayah kerja puskesmas Tulehu dan memiliki 85 orang kader Kesehatan aktif yang tersebar pada 17 posyandu. Dari hasil survei awal yang dilakukan Tim Pengabdian bahwa Cakupan ASI Eksklusif di wilayah kerja puskesmas Tulehu sebesar 32%, dimana belum sesuai target yaitu 40%. Jumlah bayi sebanyak 129 orang, tetapi yang mendapatkan ASI hanya 41 orang. Hal ini terjadi karena beberapa ibu mengatakan bahwa produksi ASI kurang (sindrom ASI kurang), sehingga memberikan susu formula dan makanan tambahan sebelum usia 6 bulan. Di wilayah kerja puskesmas Tulehu, sudah terbentuk kader PMBA (Pemberian Makanan Bayi dan Anak). Kader PMBA ini adalah perwakilan dari kader Kesehatan 17 Posyandu. Kader PMBA ini dibentuk dan dilatih sejak tahun 2019. Kader PMBA ini dilatih untuk memberikan konsultasi gizi pada ibu hamil dan menyusui. Kegiatan yang diberikan sebatas pemberian konsultasi gizi, sedang untuk manajemen laktasi yang meliputi cara perawatan payudara untuk meningkatkan

produksi ASI, posisi dan teknik menyusui yang baik dan benar belum pernah diberikan pelatihan. Sampai dengan tahun 2021 belum ada kegiatan penyegaran lagi untuk kader tersebut.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan di atas, maka tim pengabdian masyarakat pada Prodi Kebidanan Ambon Poltekkes Kemenkes Maluku akan melakukan pelatihan pada kader. Pelatihan yang akan diberikan berupa pijat oketani pada ibu postpartum. Kader yang akan menjadi sasaran dalam kegiatan ini karena kader adalah orang yang paling sering berinteraksi dengan kelompok ibu. Kader memiliki peran penting dalam menjembatani masyarakat khususnya kelompok sasaran posyandu. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ini salah satunya dilakukan dengan pendidikan dan pelatihan kader. Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas kader dalam memberikan penyuluhan kepada peserta posyandu, serta masyarakat di wilayah kerja posyandu. Adapun tujuan pelaksanaan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader PMBA tentang pijat oketani pada ibu postpartum dan memberikan keterampilan pijat oketani pada ibu postpartum.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh Tim Dosen Prodi Kebidanan Ambon Poltekkes Kemenkes Maluku dengan melibatkan 3 orang mahasiswa dilaksanakan sampai evaluasi kegiatan dengan rentang waktu selama 1 bulan yaitu tanggal 29 Oktober sampai dengan tanggal 29 November 2022. Selama pelaksanaan kegiatan Tim pengabdian juga di dampingi oleh Bidan Koordinator dan 1 orang petugas gizi. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:



Gambar 1 Alur Pelaksanaan kegiatan

### Persiapan

Persiapan yang dilakukan oleh Tim Pengabdian sebelum pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Menyiapkan surat izin pelaksanaan kegiatan
2. Melakukan pertemuan koordinasi dengan Pimpinan Puskesmas, bidan koordinator dan petugas gizi puskesmas untuk kesepakatan waktu, tempat kegiatan dan jumlah yang akan terlibat.
3. Menyiapkan modul pijat oketani, menyiapkan video langkah – langkah pemijatan, menyiapkan model peraga yang akan di gunakan, menyiapkan materi pelatihan dalam bentuk power point, menyiapkan soal pre dan posttest serta perlengkapan lainnya yang dibutuhkan.
4. Menyiapkan luaran yang akan di capai selama pelaksanaan kegiatan

### Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 29 Oktober 2022 bertempat di Rumah Pintar Desa Tulehu Kec. Salahutu Kab. Maluku Tengah. Pelaksanaan kegiatan pelatihan pada kader dengan tahapan sebagai berikut:

1. Perkenalan Tim pengabdian dengan kader peserta pelatihan didampingi oleh Bidan Koordinator dan 1 orang petugas gizi untuk menjelaskan maksud dari pelaksanaan kegiatan
2. Melakukan pretest pada kader dengan menjawab 15 pernyataan untuk mengetahui pengetahuan tentang pijat oketani
3. Pemberian materi menggunakan power point yang dilanjutkan dengan pemutaran video langkah – langkah pijat oketani. Kader juga dibekali dengan modul dan model peraga payudara pijat oketani yang dijadikan sebagai media belajar. Setelah pemberian materi, dilanjutkan dengan demonstrasi teknik pijat oketani dengan menggunakan model dan phantom oleh Tim pengabdian, serta melakukan re-demonstrasi cara pijat oketani dengan bimbingan Tim pengabdian.
4. Kader melakukan latihan secara mandiri di rumah dengan menggunakan model peraga payudara, modul serta video tutorial dan akan dilaksanakan evaluasi.

### Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilaksanakan dengan 2 tahap yaitu:

1. Evaluasi tahap 1  
Evaluasi tahap 1 didampingi oleh Bidan Koordinator dengan mempraktikkan Langkah – Langkah pijat oketani pada media peraga.
2. Evaluasi tahap 2  
Melakukan refleksi dan meriview materi serta ketrampilan yang telah didapatkan. Melakukan evaluasi ketrampilan dengan menggunakan lembar checklist. Dilakukan posttest untuk menilai peningkatan pengetahuan kader.

Evaluasi dilakukan dengan menggunakan daftar checklist penilaian ketrampilan kader dalam melakukan pijat oketani. Pada saat evaluasi 1 orang kader berhalangan hadir karena sakit. Hasil penilaian ketrampilan peserta dari hasil pelatihan, diperoleh rerata nilainya adalah 97,1. Hasil evaluasi disampaikan ke Bidan Koordinator dan petugas gizi serta di teruskan ke Pimpinan puskesmas.

### PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam rentang waktu 1 bulan yaitu tanggal 29 Oktober sampai dengan tanggal 29 November yang di mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan kegiatan, latihan mandiri di rumah menggunakan media dan tahap evaluasi. Sebanyak 20 orang kader PMBA yang berpartisipasi sangat antusias selama pelaksanaan kegiatan. Dalam pelaksanaan kegiatan kader mengatakan bahwa ....

*"ini hal baru far katong, katong baru pertama kali dengar akang punk nama pijat oketani nih.." katong senang dan nanti mo praktekkan akang di ibu-ibu disini."*

Mereka menyampaikan bahwa ini hal yang baru bagi mereka karena baru pertama kali mendengarkan tentang pijat oketani dan sangat senang mendapatkan tambahan ketrampilan yang dapat di terapkan nanti pada ibu – ibu post partum sehingga dapat memberikan ASI tanpa kendala. Sesuai Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 8 Tahun 2019 tentang Pemberdayaan Masyarakat Bidang bahwa dalam pelaksanaan Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan diperlukan keterlibatan kader yang berperan sebagai, penggerak, penyuluh dan pencatat ([Kementerian Kesehatan RI, 2019a](#))

Pada pelaksanaan kegiatan, diawali dengan perkenalan oleh Tim Pengabdian serta menjelaskan tujuan kegiatan dan dilanjutkan dengan perkenalan peserta pelatihan (kader). Sebelum pemberian materi, dilakukan pre test untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader tentang pijat oketani. Setelah pre test, seluruh peserta mendapatkan modul, video dan media belajar praktik yaitu model peraga payudara pijat oketani yang dibuat oleh Tim Pengabdian. Materi disajikan dalam bentuk power point dilanjutkan dengan pemutaran video langkah – langkah pijat oketani. Tim kemudian melakukan demonstrasi langkah – langkah pemijatan dengan menggunakan media phantom serta redemonstrasi oleh kader peserta pelatihan. Menyampaikan ke peserta pelatihan untuk melakukan praktik pijat oketani secara mandiri di rumah dengan menggunakan media belajar yang sudah dibagikan. Dilakukan evaluasi dengan 2 tahap yaitu tahap 1 pada tanggal 15 November 2022 yang didampingi oleh Bidan Koordinator. Evaluasi tahap 2 pada tanggal 29 November 2022 yang bertempat di Rumah Pintar Desa Tulehu. Pada evaluasi tahap 2, Tim melakukan review materi dan refleksi pada kader. Post tes dilakukan untuk menilai peningkatan pengetahuan kader dan evaluasi keterampilan menggunakan lembar checklist.



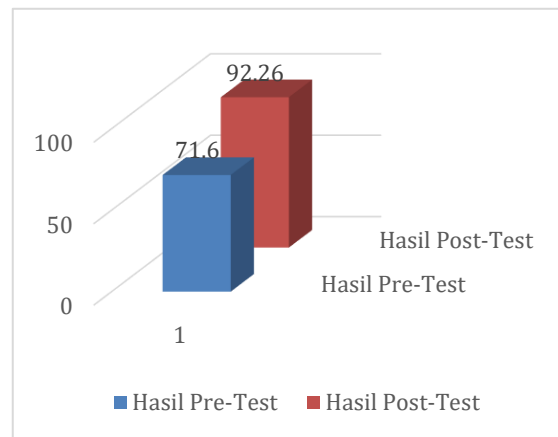
Gambar 1 dan 2. Penyampaian Materi Pijat Oketani oleh Tim



Gambar 3. Demonstrasi Pijat oketani pada phantom

Gambar 4. Re-Demonstrasi oleh peserta

Hasil Pre Test dan Post Tes yang dilakukan pada peserta pelatihan untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader tentang materi yang sudah diberikan mengenai pijat oketani pada diagram berikut:



**Gambar 5.** Grafik Rerata Nilai Pengetahuan Kader

Hasil Rerata pre test adalah 71,6 dan hasil rerata post test adalah 92,26, hal menunjukkan bahwa ada sebesar 20,66 hal ini berarti bahwa hampir seluruh peserta pelatihan memiliki pengetahuan yang baik mengenai materi yang sudah di berikan. Pada kegiatan ini, materi pelatihan yang diberikan dalam bentuk power point, modul, video. Pemberian pelatihan memberikan pengaruh yang baik terhadap pengetahuan dan ketrampilan yang dimiliki oleh kader (Wardhani et al., 2021). Dengan tingkat pengetahuan yang baik, kader lebih percaya diri untuk dapat menyampaikan atau menyebarkan informasi kepada masyarakat secara mandiri.

Setelah memberikan materi, dilanjutkan dengan demonstrasi, yaitu mempraktikkan cara melakukan pijat oketani pada phantom seperti pada gambar 3 di atas. Kader peserta pelatihan masing – masing mendapat model peraga payudara. Setelah dilakukan demonstrasi di lanjutkan Re-demonstrasi oleh 5 orang kader seperti pada gambar 4. Dengan pemberian model peraga pada kader peserta pelatihan sebagai media pembelajaran diharapkan dapat melakukan praktik secara mandiri di rumah.

Penilaian ketrampilan kader peserta pelatihan dengan menggunakan lembar check list. Pada saat evaluasi ketrampilan, ada 1 orang kader yang berhalangan hadir karena sakit. Berdasarkan penilaian ketrampilan peserta dari hasil pelatihan, diperoleh rerata nilainya adalah 97,1, hal ini menandakan pencapaian yang sangat baik bagi peserta. Hal tersebut di karenakan peserta dibekali dengan media sehingga berlatih mandiri di rumah yang di sebelumnya diawali dengan kegiatan demonstrasi cara pijat oketani oleh Tim pengabdian masyarakat. Demonstrasi adalah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang untuk memberi contoh nyata bagaimana suatu ketrampilan dapat dilakukan dengan benar. Metode ini sangat efektif, karena lebih mudah dalam menunjukkan kepada para peserta tentang bagaimana cara dalam mengerjakan suatu tugas, karena telah dikombinasikan dengan alat bantu belajar seperti: gambar-gambar, video, teks materi, ceramah, dan diskusi. Kader sebagai penyuluh kesehatan perlu dilatih dengan memberikan pembelajaran bermakna (Kementerian Kesehatan RI, 2018, 2019a)

Ketrampilan akan semakin baik apabila seseorang telah mendapatkan pengetahuan yang baik. Pemberian informasi dengan menggunakan media mampu meningkatkan pengetahuan kader yang berdampak positif terhadap keterampilan yang terbentuk. Perubahan Keterampilan dipengaruhi oleh faktor pengetahuan yang didapatkan dari hasil penginderaan, salah satunya didapatkan pada pendidikan dan proses belajar (Sartika & Purnanti, 2021). Pendidikan dan proses belajar pada

kegiatan ini adalah melatih kader kader. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa penyuluhan dan pelatihan efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu (Fitriani & Purwaningtyas, 2020). Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan Malonda dan Sanggелorang juga memperoleh hasil yang sama yaitu ada pengetahuan dan keterampilan para kader posyandu tentang pemberian ASI eksklusif. Dengan meningkatnya pengetahuan kader posyandu setelah diberikan pelatihan, dapat mendorong para ibu untuk memberikan ASI Eksklusif (Malonda & Sanggелorang, 2020). Meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan kader setelah diberikan pelatihan, dapat dijadikan sebagai modal untuk meningkatkan peran kader dalam membantu pembangunan bidang Kesehatan terutama peningkatan cakupan ASI eksklusif (Isyti'aroh et al., 2018).

Implikasi dari kegiatan pengabmas ini semua kader yang telah dilatih menerapkan pijat oketani pada ibu nifas sehingga permasalahan dalam pemberian ASI dapat teratasi dan cakupan ASI Eksklusif meningkat di wilayah kerja puskesmas Tulehu.

### SIMPULAN DAN SARAN

Hasil pelaksanaan kegiatan Masyarakat dapat disimpulkan bahwa pelatihan pijat oketani ibu postpartum pada kader kesehatan di wilayah kerja puskesmas Tulehu dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader dalam melakukan pijat oketani pada ibu postpartum. hal ini menandakan pencapaian yang sangat baik bagi peserta pelatihan. Diharapkan pemantauan dan evaluasi berkala terhadap hasil pijat oketani yang dilakukan kader, yang berkala dari bidan sehingga permasalahan dalam pemberian ASI dapat diatasi serta cakupan pemberian ASI Eksklusif meningkat

### DAFTAR PUSTAKA

- Arlina, D., Supriyatiningih, Sundari, S., Sugiyo, D., & Prabowo, A. (2018). *Pelatihan Kader Kesehatan Dalam Bidang Maternal Modul Ajar (Pertama)*. Leutika prio. Retrieved from [http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35358/Buku\\_Ajar\\_Pelatihan\\_Kader\\_Kesehatan\\_Dalam\\_Bidang\\_Maternal.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35358/Buku_Ajar_Pelatihan_Kader_Kesehatan_Dalam_Bidang_Maternal.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cho, J., Ahn, H. Y., Ahn, S., Lee, M. S., & Hur, M.-H. (2012). Effects of Oketani Breast Massage on Breast Pain, the Breast Milk pH of Mothers, and the Sucking Speed of Neonates. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 18(2), 149–158. <https://doi.org/10.4069/kjwhn.2012.18.2.149>
- Elisabeth Siwi Walyani, & Th. Endang Purwoastuti. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Pustaka Baru Press. Retrieved from <https://www.semanticscholar.org/paper/Asuhan-Kebidanan-MAsa-Nifas-dan-Menyusui-Purwoastuti-Walyani/016b12e79a2ed270bf640c9650b98ad164d6d8c3>
- Esfahani, M. S., Berenji-Sooghe, S., Valiani, M., & Ehsanpour, S. (2015). Effect of acupressure on milk volume of breastfeeding mothers referring to selected health care centers in Tehran. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 20(1), 7–11. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4325417/>
- Fasiha, Ismiyanti H. Achmad, W. M. W. (2022). Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani dan Akupresur terhadap Kadar Prolaktin Pada Ibu Pasca Sectio Caesarea di Rumkit Tk. II Prof. Dr. JA Latumeten. Pengaruh Kombinasi Pijat Oketani dan Akupresur ter. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(2), 130–138. <https://www.jurnalpoltekkesmaluku.com/index.php/JKT/article/view/359/136>
- Fatrin, T., & Putri, V. D. (2021). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang*, 10(2), 42–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.55045/jkab.v10i2.129>

- Fitriani, A., & Purwaningtyas, D. R. (2020). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu dalam Pengukuran Antropometri di Kelurahan Cilandak Barat Jakarta Selatan. *Jurnal SOLMA*, 9(2), 367–378. <https://doi.org/10.22236/solma.v9i2.4087>
- Isyti'aroh, Faradisi, F., Rofiqoh, S., Aniyati, S., & Pratiwi, Y. S. (2018). Pembentukan dan Pelatihan Kader Pendukung ASI: Pengabdian Masyarakat di Puskesmas Wiradesa Pekalongan. *The 8 Th University Research Colloquium 2018 "Pengembangan Sumber Daya Menuju Masyarakat Madani Berkearifan Lokal*, 437–440. Retrieved from <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/378>
- Jama, F., & Suhermi S. (2019). Efektifitas Pijat Oketani Terhadap Bendungan Asi Pada Ibu Postpartum Di Rsb.Masyita Makassar. *Journal of Islamic Nursing*, 4(1), 78–82. <https://doi.org/10.24252/join.v4i1.7931>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Modul Pelatihan Bagi Pelatih Kader Kesehatan. In *Pusat Pelatihan SDM Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI, BPPSDM Kesehatan. Retrieved from [https://siakpel.kemkes.go.id/upload/akreditasi\\_kurikulum/modul-1-30343738-3236-4936-b531-303232333939.pdf](https://siakpel.kemkes.go.id/upload/akreditasi_kurikulum/modul-1-30343738-3236-4936-b531-303232333939.pdf)
- Kementerian Kesehatan RI. (2019a). Panduan Orientasi Kader Posyandu. In *Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI*. Retrieved from [https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files90046Buku\\_Panduan\\_Orientasi\\_Kader\\_Posyandu.pdf](https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files90046Buku_Panduan_Orientasi_Kader_Posyandu.pdf)
- Kementerian Kesehatan RI. (2019b). *Pekan ASI Sedunia 2019*. Retrieved from <https://promkes.kemkes.go.id/pekan-asi-sedunia-tahun-2019#>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kementerian Kesehatan RI*. Kementerian Kesehatan RI. [https://doi.org/10.5005/jp/books/11257\\_5](https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5)
- Machmudah, & Khayati, N. (2016a). Kombinasi Pijat Oketani Dan Oksitosin Terhadap Parameter Produksi Asi Pada Ibu Post Seksio Sesarea Di Rumah Sakit Wilayah Kota Semarang. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Semarang*, 1–12. Retrieved from <http://repository.unimus.ac.id/13/>
- Machmudah, & Khayati, N. (2016b). Produksi Asi Ibu Post Seksio Sesarea Yang Dilakukan Pijat Oketani Dan Oksitosin. *Kesehatan*. Retrieved from <http://repository.unimus.ac.id/id/eprint/11>
- Malonda, N. S. H., & Sanggelorang, Y. (2020). Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu dalam Kegiatan Pelatihan Pendampingan Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Tataaran II Tondano Selatan Kabupaten Minahasa. *JPAI: Jurnal Perempuan Dan Anak Indonesia*, 2(1), 12. <https://doi.org/10.35801/jpai.2.1.2020.26830>
- Marmi. (2017). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas "Peuperium care."* Pustaka Pelajar. Retrieved from <https://pustakapelajar.co.id/buku/asuhan-kebidanan-pada-masa-nifas/>
- Mufdillah. (2017). Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif. In *Peduli ASI Eksklusif*. Retrieved from [http://digilib.unisayogya.ac.id/4083/1/Pedoman\\_malu\\_tidak\\_memberikan\\_ASI\\_eksklusif\\_10\\_jan\\_2017.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/4083/1/Pedoman_malu_tidak_memberikan_ASI_eksklusif_10_jan_2017.pdf)
- Presiden RI. (2012). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif*. Kemenkes. Retrieved from [http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PP\\_No.\\_33\\_ttg\\_Pemberian\\_ASI\\_Eksklusif.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PP_No._33_ttg_Pemberian_ASI_Eksklusif.pdf)
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Alya Ramadinta, R. (2021). Teknik Marmet terhadap Kelancaran Asi pada Ibu Post Partum. *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan*, 11(2), 78–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.24929/fik.v11i2.1596>
- Putri Permata, Nursantu, I., & WidakdoGiri, G. (2020). Pijat Oketani dan Tekanan di Titik Akupresur GB-21 Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v4i1.1626>
- Sari, V. P. U., & Syahda, S. (2020). Pengaruh Pijat Oketani terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *Jurnal Doppler*, 4(2), 117–123. Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/354977898.pdf>



- Sartika, Q. L., & Purnanti, K. D. (2021). Perbedaan Media Edukasi (Booklet Dan Video) Terhadap Ketrampilan Kader Dalam Deteksi Dini Stunting. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(1), 36–42. <https://doi.org/10.31983/jsk.v3i1.6907>
- Sembiring, S. M. B. (2019). Efek metode “OSINS” (Pijat Oketani, Oksitosin dan Sugestif) terhadap produksi ASI pada ibu nifas di bidan praktik mandiri wilayah Kecamatan Medan Tuntungan Kelurahan Mangga. *Efek Metode “OSINS” (Pijat Oketani, Oksitosin Dan Sugestif) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Bidan Praktik Mandiri Wilayah Kecamatan Medan Tuntungan Kelurahan Mangga*, 6(1), 59–66. Retrieved from <http://36.91.220.51/ojs/index.php/phj/article/view/46>
- Wardhani, R. K., Dinastiti, V. B., & Fauziyah, N. (2021). Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Asi Eksklusif. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 149–154. Retrieved from <https://www.jceh.org/index.php/JCEH/article/view/129>