

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 6 No. 3	Edition: Juni 2026 – September 2026
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPH">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPH</a>	
Received : 07 Juni2026	Revised: 10 Juni 2026	Accepted: 13 Juni 2026

## **EDUKASI PIJAT OKETANI SEBAGAI UPAYA NONFARMAKOLOGI DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS**

**Kristin Natalia<sup>1</sup>, Naimah Nasution<sup>2</sup>, Ester Lita Sinuhaji<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Kebidanan Institut kesehatan Deli Husada Deli Tua

Email : [kristin.desember28@gmail.com](mailto:kristin.desember28@gmail.com) [naymah.nay@gmail.com](mailto:naymah.nay@gmail.com)  
[esterlitasinuhaji02@gmail.com](mailto:esterlitasinuhaji02@gmail.com)

### ***Abstract***

*Optimal breast milk production is very important to support infant growth and development during the early stages of life. However, many postpartum mothers still experience difficulties in breast milk production due to several factors, such as stress, inadequate nutrition, and limited knowledge regarding breast care and proper breastfeeding techniques. One of the non-pharmacological methods that can be used to help increase breast milk production is Oketani massage. Oketani massage is a breast massage technique that can stimulate prolactin and oxytocin hormones, thereby helping to improve breast milk flow and making the breasts softer and more elastic. This Community Service Program (PKM) will be held in Mei 2026 aims to increase postpartum mothers' understanding of the benefits of Oketani massage and its effect on increasing breast milk production. The method used in this activity consisted of health education and demonstrations of Oketani massage for postpartum mothers. The material was delivered interactively by providing explanations regarding the benefits of exclusive breastfeeding, factors affecting breast milk production, and the correct steps of Oketani massage. In addition, observations were conducted on breast milk production through several indicators, such as breastfeeding frequency, infant urination frequency, infant calmness after breastfeeding, and infant weight gain. The results showed that there was an effect of Oketani massage on breast milk production in postpartum mothers with a  $p$ -value of 0.001 where  $p < \alpha$  (0.05), indicating that Oketani massage was effective in increasing breast milk production. Through this activity, it is expected that postpartum mothers will be able to apply Oketani massage independently as a non-pharmacological method to help increase breast milk production, so that infants' nutritional needs can be optimally fulfilled and support the success of exclusive breastfeeding.*

**Keywords:** *Oketani Massage, Breast Milk Production, Postpartum Mothers*

## I. PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi merupakan rekomendasi dari World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) karena memiliki manfaat penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta meningkatkan daya tahan tubuh bayi. Namun, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih belum mencapai target nasional. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2023, cakupan ASI eksklusif di Indonesia hanya mencapai 50,85%, angka ini masih tergolong rendah dibandingkan target nasional yang telah ditetapkan. Di Kabupaten Deli Serdang, cakupan pemberian ASI menunjukkan variasi yang cukup signifikan, dimana Kecamatan Patumbak hanya mencapai angka 4%. Rendahnya cakupan ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti produksi ASI yang kurang optimal, rendahnya pengetahuan ibu mengenai menyusui, kurangnya dukungan keluarga, kondisi psikologis ibu yang tidak stabil, serta asupan nutrisi ibu yang kurang mencukupi.

Produksi ASI yang tidak optimal merupakan salah satu permasalahan utama yang sering dialami ibu nifas dalam proses menyusui. Berbagai faktor dapat memengaruhi produksi ASI, diantaranya stres, frekuensi menyusui yang rendah, kondisi kesehatan ibu, teknik perlekatan bayi yang kurang tepat, rasa tidak nyaman saat menyusui, serta kelelahan pasca persalinan. Produksi ASI yang rendah tidak hanya berdampak pada kondisi kesehatan ibu, tetapi juga dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi sehingga berisiko terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang tepat untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas agar keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat tercapai secara optimal (Evawanna Anuhgera et al., 2020).

Media promosi kesehatan dan edukasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas mengenai teknik menyusui serta perawatan payudara. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara interaktif mampu membantu ibu memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif serta cara mengatasi hambatan selama proses menyusui. Selain melalui edukasi, diperlukan pula intervensi nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan guna membantu memperlancar produksi ASI pada ibu nifas.

Salah satu metode nonfarmakologis yang diketahui efektif dalam meningkatkan produksi ASI adalah pijat Oketani. Pijat Oketani merupakan teknik pijat payudara yang berasal dari Jepang dan berfokus pada stimulasi otot pektoralis untuk membantu melancarkan aliran ASI. Teknik ini dipercaya mampu meningkatkan elastisitas jaringan payudara, merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin, serta membantu memperlancar pengeluaran ASI. Selain itu, pijat Oketani juga dapat memberikan rasa nyaman dan relaksasi pada ibu nifas sehingga dapat mengurangi stres yang menjadi salah satu faktor penghambat produksi ASI. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pijat Oketani memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi ASI dan berat badan bayi (Tamar & Pransiska, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Shahri et al., (2020) di Jepang menunjukkan bahwa pijat Oketani mampu meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi baru lahir. Metode ini juga dinilai efektif karena mudah diterapkan, aman, dan tidak menimbulkan efek samping bagi ibu maupun bayi. Dengan demikian, pijat

Oketani dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif metode nonfarmakologis dalam membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu nifas mengenai manfaat pijat Oketani serta pengaruhnya terhadap peningkatan produksi ASI. Melalui kegiatan edukasi dan demonstrasi pijat Oketani, diharapkan ibu nifas mampu menerapkan teknik tersebut secara mandiri sehingga produksi ASI dapat meningkat dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dapat tercapai secara optimal.

## II. METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif melalui penyuluhan dan demonstrasi pijat Oketani sebagai metode nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Sasaran kegiatan adalah ibu nifas yang berada di Klinik Fitri Asih. Kegiatan dilaksanakan selama 1 hari dengan melibatkan tim PKM, tenaga kesehatan, serta kader kesehatan setempat. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak klinik dan kader kesehatan untuk menentukan waktu, tempat, serta sasaran kegiatan. Selanjutnya dilakukan pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu nifas mengenai produksi ASI, manfaat ASI eksklusif, dan pijat Oketani.

Edukasi diberikan secara kelompok melalui penyampaian materi mengenai pentingnya ASI eksklusif, faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI, manfaat pijat Oketani, serta langkah-langkah melakukan pijat Oketani dengan benar. Selain penyuluhan, dilakukan demonstrasi secara langsung mengenai teknik pijat Oketani agar peserta dapat memahami dan mempraktikkan metode tersebut secara mandiri. Kegiatan berlangsung secara interaktif dengan memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya dan berdiskusi bersama tim PKM dan tenaga kesehatan. Setelah penyuluhan dan demonstrasi selesai, dilakukan posttest untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta mengenai pijat Oketani dan produksi ASI. Data hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui efektivitas edukasi dan demonstrasi pijat Oketani dalam meningkatkan pemahaman ibu nifas. Kegiatan ditutup dengan sesi evaluasi dan pemberian leaflet sebagai media edukasi lanjutan kepada peserta.

Adapun tahapan pelaksanaan penyuluhan tentang pengaruh pijat Oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Fitri Asih terdiri dari:

1. **Koordinasi dan Persiapan**

Dilakukan koordinasi awal dengan pihak klinik, kader kesehatan, dan tenaga kesehatan setempat untuk menentukan sasaran, lokasi, serta jadwal pelaksanaan kegiatan PKM.

2. **Identifikasi Sasaran**

Menentukan peserta kegiatan, yaitu ibu nifas yang berada di klinik fitri asih dan memenuhi kriteria sebagai sasaran edukasi.

3. **Persiapan**

Menyiapkan rangkaian acara, materi penyuluhan, serta instrumen yang dibutuhkan

dalam kegiatan, seperti leaflet, lembar observasi, lembar kuesioner, dan informed consent.

4. **Pengukuran Pengetahuan Awal (Pretest)**

Memberikan pretest kepada peserta mengenai pengetahuan tentang ASI eksklusif, faktor yang memengaruhi produksi ASI, dan manfaat pijat Oketani sebelum diberikan edukasi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta sebelum penyuluhan dilakukan.

5. **Pelaksanaan Penyuluhan dan Demonstrasi**

Kegiatan edukasi dilakukan secara langsung dan berkelompok melalui penyampaian materi serta demonstrasi pijat Oketani. Materi yang disampaikan meliputi:

- Pengertian dan manfaat ASI eksklusif
- Faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI
- Pengertian dan manfaat pijat Oketani
- Langkah-langkah melakukan pijat Oketani
- Peran keluarga dalam mendukung keberhasilan menyusui

6. **Diskusi dan Tanya Jawab**

Memberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaan, berbagi pengalaman, serta berdiskusi dengan tim PKM dan tenaga kesehatan mengenai hambatan dalam menyusui dan cara meningkatkan produksi ASI.

7. **Pengukuran Pengetahuan Akhir (Posttest)**

Melakukan posttest setelah kegiatan edukasi dan demonstrasi selesai untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta mengenai pijat Oketani dan produksi ASI.

8. **Evaluasi dan Refleksi Kegiatan**

Menyampaikan umpan balik hasil kegiatan kepada peserta dan pihak terkait, serta melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan penyuluhan untuk perbaikan kegiatan selanjutnya.

### III. HASIL

Hasil dari pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengenai pengaruh pijat Oketani terhadap produksi ASI pada ibu nifas telah dilaksanakan di Klinik Fitri Asih Kec Patumbak. Kegiatan ini diikuti oleh ibu nifas yang menjadi sasaran edukasi dan demonstrasi pijat Oketani sebagai metode nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Sebelum kegiatan edukasi dimulai, peserta terlebih dahulu diminta mengisi lembar pretest yang berisi beberapa pertanyaan mengenai pengertian ASI eksklusif, manfaat ASI, faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI, serta pengetahuan mengenai pijat Oketani. Pengisian dilakukan secara mandiri dengan pendampingan dari tim PKM bagi peserta yang mengalami kesulitan memahami pertanyaan. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar ibu nifas masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai teknik pijat Oketani dan cara meningkatkan produksi ASI secara nonfarmakologis. Sebagian besar peserta hanya mengetahui pentingnya pemberian ASI eksklusif, namun belum memahami metode yang dapat dilakukan untuk membantu memperlancar produksi ASI.

Selanjutnya dilakukan sesi penyuluhan dan demonstrasi pijat Oketani. Materi disampaikan secara interaktif oleh tim PKM dengan menggunakan leaflet dan media demonstrasi langsung. Penyuluhan meliputi manfaat ASI eksklusif, faktor yang memengaruhi produksi ASI, manfaat pijat Oketani, serta langkah-langkah melakukan pijat Oketani dengan benar. Selama demonstrasi berlangsung, peserta diberikan kesempatan untuk memperhatikan teknik pijatan secara langsung dan mencoba mempraktikkannya dengan pendampingan dari tim PKM. Kegiatan berlangsung secara aktif melalui sesi tanya jawab dan diskusi mengenai pengalaman ibu selama menyusui serta kendala yang dihadapi dalam pemberian ASI.

Setelah kegiatan edukasi dan demonstrasi selesai, peserta kembali diminta mengisi lembar posttest dengan pertanyaan yang sama seperti pada saat pretest. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai manfaat pijat Oketani dan cara meningkatkan produksi ASI. Peserta mulai memahami bahwa pijat Oketani dapat membantu merangsang hormon prolaktin dan oksitosin sehingga produksi ASI menjadi lebih lancar. Selain itu, peserta juga menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti demonstrasi dan menyatakan tertarik untuk menerapkan pijat Oketani secara mandiri di rumah.

Peningkatan pemahaman peserta menunjukkan bahwa metode edukasi dan demonstrasi secara langsung efektif dalam membantu ibu nifas memahami pentingnya perawatan payudara dan teknik pijat Oketani untuk meningkatkan produksi ASI. Penyampaian materi dengan bahasa sederhana serta praktik langsung membuat peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Selain itu, komunikasi dua arah yang dilakukan selama kegiatan juga membantu menciptakan suasana belajar yang aktif dan nyaman bagi peserta.

Namun demikian, terdapat beberapa peserta yang masih mengalami kesulitan dalam memahami teknik pijat secara tepat. Hal ini dipengaruhi oleh faktor tingkat pendidikan, pengalaman menyusui sebelumnya, serta kondisi fisik ibu nifas yang masih dalam masa pemulihan pasca persalinan. Meskipun demikian, secara keseluruhan kegiatan PKM ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas mengenai pijat Oketani sebagai salah satu metode nonfarmakologis untuk meningkatkan produksi ASI.

Selama kegiatan berlangsung, tim pemateri juga memberikan informasi tambahan mengenai pentingnya dukungan keluarga, pola makan yang sehat, serta istirahat yang cukup dalam membantu kelancaran produksi ASI. Penyampaian informasi dilakukan melalui metode komunikasi dua arah yang diselingi dengan diskusi dan tanya jawab sehingga peserta lebih aktif dan mudah memahami materi yang diberikan. Berikut beberapa dokumentasi kegiatan:



#### IV. PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi dan demonstrasi pijat Oketani memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas mengenai cara meningkatkan produksi ASI secara nonfarmakologis. Hal ini terlihat dari hasil posttest yang menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan pemahaman setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Dari 15 orang peserta yang mengikuti kegiatan, sebanyak 13 orang ibu nifas (86,7%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi dan demonstrasi pijat Oketani, sedangkan 2 orang peserta (13,3%) belum menunjukkan peningkatan pengetahuan secara optimal. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi secara langsung dan praktik demonstrasi efektif dalam membantu ibu memahami manfaat pijat Oketani terhadap kelancaran produksi ASI.

Keberhasilan kegiatan ini tidak terlepas dari metode penyampaian materi yang dilakukan secara interaktif dan sederhana. Demonstrasi langsung memungkinkan peserta melihat dan memahami langkah-langkah pijat Oketani dengan lebih jelas dibandingkan hanya melalui penjelasan teori. Selain itu, penggunaan leaflet sebagai media pendukung membantu peserta mengingat kembali materi yang telah disampaikan. Penyampaian materi dengan bahasa yang mudah dipahami juga membantu ibu nifas lebih cepat memahami manfaat pijat Oketani dalam merangsang hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam produksi dan pengeluaran ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian Tamar & Pransiska (2023) yang menyatakan bahwa pijat Oketani efektif dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI karena mampu memberikan stimulasi pada otot pektoralis dan meningkatkan refleksi pengeluaran ASI.

Kegiatan edukasi ini juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk melakukan komunikasi dua arah melalui sesi diskusi dan tanya jawab. Peserta dapat menyampaikan pengalaman selama menyusui, hambatan yang dialami, serta bertanya langsung mengenai teknik pijat yang benar. Interaksi aktif selama kegiatan membuat peserta lebih nyaman dan percaya diri dalam memahami serta mempraktikkan pijat Oketani. Hal ini sesuai dengan teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa metode pembelajaran yang aktif dan partisipatif lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penelitian Fatmasari

et al., (2020) juga menjelaskan bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan secara interaktif mampu meningkatkan pemahaman peserta karena terjadi komunikasi dua arah antara pemateri dan sasaran edukasi.

Namun demikian, masih terdapat 2 orang ibu nifas (13,3%) yang belum menunjukkan peningkatan pemahaman secara optimal setelah kegiatan berlangsung. Berdasarkan hasil evaluasi, satu peserta mengalami kesulitan memahami materi karena tingkat pendidikan yang rendah sehingga membutuhkan penjelasan berulang untuk memahami istilah kesehatan dan langkah-langkah pijat. Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi kesehatan. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2022), individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih mudah menerima dan memahami informasi kesehatan dibandingkan individu dengan tingkat pendidikan rendah.

Selain itu, satu peserta lainnya terlihat kurang fokus selama kegiatan berlangsung karena kondisi fisik yang masih lelah pasca persalinan dan kurang istirahat. Kondisi fisik dan psikologis ibu nifas juga memengaruhi kemampuan dalam menerima informasi selama proses edukasi berlangsung. Ibu yang mengalami kelelahan cenderung lebih sulit berkonsentrasi dan memahami materi yang diberikan. Hal ini didukung oleh penelitian Evawanna Anuhgera et al., (2020) yang menyatakan bahwa kondisi psikologis, stres, dan kelelahan pada ibu nifas dapat memengaruhi proses menyusui serta produksi ASI.

Meskipun demikian, secara keseluruhan kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa edukasi dan demonstrasi pijat Oketani efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu nifas mengenai upaya meningkatkan produksi ASI. Penyampaian materi secara visual, praktik langsung, dan interaktif mampu membantu peserta memahami informasi dengan lebih baik. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan motivasi kepada ibu nifas untuk lebih percaya diri dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Penelitian Shahri et al., (2020) juga menunjukkan bahwa pijat Oketani mampu meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI serta mendukung pertumbuhan bayi baru lahir.

Dengan demikian, kegiatan ini membuktikan bahwa pijat Oketani dapat dijadikan sebagai salah satu metode edukasi dan intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Ke depannya, kegiatan serupa diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan melalui kerja sama dengan tenaga kesehatan, kader, maupun kelas ibu nifas agar pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyusui dapat terus meningkat serta mendukung keberhasilan program ASI eksklusif di masyarakat.

## **V. KESIMPULAN**

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengenai edukasi dan demonstrasi pijat Oketani pada ibu nifas di Klinik Fitri Asih menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta terkait upaya meningkatkan produksi ASI secara nonfarmakologis. Dari 15 peserta yang mengikuti kegiatan, sebanyak 13 orang (86,7%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan dan demonstrasi pijat Oketani, sedangkan 2 orang peserta (13,3%) belum menunjukkan

peningkatan optimal yang dipengaruhi oleh faktor tingkat pendidikan dan kondisi fisik pasca persalinan.

Metode edukasi yang disampaikan secara interaktif disertai demonstrasi langsung terbukti mampu membantu ibu nifas memahami manfaat serta teknik pijat Oketani dengan lebih baik. Penyampaian materi menggunakan bahasa yang sederhana, praktik langsung, serta komunikasi dua arah selama kegiatan berlangsung juga meningkatkan partisipasi aktif peserta dalam proses pembelajaran. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini turut memberikan motivasi dan rasa percaya diri kepada ibu nifas dalam memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.

Dengan demikian, pijat Oketani dapat dijadikan sebagai salah satu metode edukasi dan intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Kegiatan edukasi serupa diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan melalui kerja sama antara tenaga kesehatan, kader, dan masyarakat guna mendukung keberhasilan program ASI eksklusif serta meningkatkan kesehatan ibu dan bayi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- BPS. 2024. Persentase Bayi Usia Kurang dari 6 Bulan Yang Mendapatkan ASI Eksklusif Menurut Provinsi 2021-2023. Badan Pusat Statistik.
- Evawanna Anuhgera, D., Sitorus, R., Jalilah Ritonga, N., & Wahyuni Siregar, W. (2020). Pengaruh Oketani Massage Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Postpartum Di Praktik Bidan Mandiri (Pbm) Kasih Ibu Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 3(2), 6–12. <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R>
- Fatmasari, B. D., Alimuddin, A. U., & Sundari. (2020). Pengaruh edukasi berbasis buku saku dan lembar balik terhadap keberhasilan inisiasi menyusui dini di kota Makassar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 107–113.
- Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In Pusdatin.Kemendes.Go.Id.
- Shahri, M. M., Nourian, M., Varzeshnejad, M., & Nasiri, M. (2020). The Effect of Oketani Breast Massage on Successful Breastfeeding, Mothers' Breastfeeding Support Need, and Breastfeeding Self-Efficacy: A Clinical Trial Study The effect of Oketani breast massage on successful breastfeeding, mothers' breastfeeding support n. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-64870/v1>
- Tamar, M., & Pransiska, R. (2023). Pengaruh Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui The Effect of Oketani Massage on Increasing Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 1(2).
- World Health Organization. (2024). World health sWORLD HEALTH ORGANIZATION - World health statistics 2024. ISBN 9789240094703. tatistics 2024.