

## PENGARUH PIJAT LAKTASI DAN PEMBERIAN KURMA UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI PMB R BOJONGGEDE TAHUN 2024

Yanti Septiani<sup>1)</sup>, Milka Anggreni<sup>2)</sup>, Meinasari Kurnia Dewi<sup>3)</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Profesi Bidan Fakultas Vokasi Universitas Indonesia Maju

Email: [yantiseptianiyanti@gmail.com](mailto:yantiseptianiyanti@gmail.com)

### ABSTRAK

Pentingnya memberikan ASI secara eksklusif pada bayi baru lahir sampai usia 6 bulan dan terus memberikan ASI sampai anak berusia 24 bulan telah memiliki bukti yang kuat. Buah kurma (*Phoenix dactylifera*) dikenal luas di Indonesia karena kandungannya yang kaya akan berbagai nutrisi penting. Kurma mengandung zat besi, protein, serat, glukosa, vitamin, biotin, niasin, asam folat, dan mineral seperti kalsium, sodium, dan kalium. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma dan pijat laktasi pada ibu menyusui di PMB R. Desain penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Sampel yang digunakan yaitu sebanyak 2 ibu menyusui. Instrumen pada studi kasus kali ini menggunakan Informed Consent untuk persetujuan penelitian dan lembar observasi untuk menilai Pengaruh Pijat Laktasi dan Pemberian Kurma Dalam Meningkatkan Produksi ASI. Analisis dilakukan dengan membandingkan 2 perlakuan yang berbeda dalam 4 kali kunjungan selama 14 hari. Didapatkan hasil intervensi responden 1 yang di berikan pijat laktasi dan responden 2 yang diberikan pemberian kurma selama 14 hari didapatkan perbandingan bahwa yang di berikan kurma lebih cepat peningkatan produksi ASI yaitu pada hari ke 5 sedangkan pijat laktasi pada hari ke 10. Hasil penelitian diperoleh selama 14 hari didapatkan perbandingan bahwa yang di berikan kurma lebih cepat peningkatan produksi ASI yaitu pada hari ke 5 sedangkan pijat laktasi pada hari ke 10.

**Kata Kunci:** Menyusui, Pijat Laktasi, Kurma

### ABSTRACT

*The importance of providing exclusive breastfeeding to newborns up to 6 months of age and continuing to provide breastfeeding until the child is 24 months old has strong evidence. Dates (*Phoenix dactylifera*) are widely known in Indonesia for their rich content of various important nutrients. Dates contain iron, protein, fiber, glucose, vitamins, biotin, niacin, folic acid, and minerals such as calcium, sodium, and potassium. The purpose of this study was to determine the effect of giving dates and lactation massage on breastfeeding mothers at PMB R. The research design used was a qualitative method with a case study approach. The sample used was 2 breastfeeding mothers. The instrument in this case study used Informed Consent for research approval and an observation sheet to assess the Effect of Lactation Massage and Dates in Increasing Breast Milk Production. The analysis was carried out by comparing 2 different treatments in 4 visits for 14 days. The results of the intervention of respondent 1 who was given lactation massage and respondent 2 who was given dates for 14 days showed a comparison that the one given dates had a faster increase in breast milk production, namely on the 5th day, while the lactation massage was on the 10th day. The results of the study were obtained for 14 days, showing a comparison that the one given dates had a faster increase in breast milk production, namely on the 5th day, while the lactation massage was on the 10th day.*

**Keywords:** Breastfeeding, Lactation Massage, Dates

### PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi

baik pada ibu maupun pada janin (Yulizawati, 2019). Air susu ibu memiliki berbagai manfaat yang mampu menopang pertumbuhan dan perkembangan bayi, hal ini didukung oleh kandungan nutrisi ASI, antara lain makronutrien berupa air, protein, lemak, karbohidrat, dan

karnitin. Air susu ibu juga mengandung berbagai enzim tertentu yang sedangkan susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat pada usus bayi (The et al., 2023).

Produksi ASI dapat meningkat atau menurun tergantung pada stimulasi yang ada pada kelenjer payudara terutama pada minggu pertama laktasi. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah makanan yang dikonsumsi ibu, frekuensi pemberian ASI, perawatan payudara, serta pola istirahat (Delvina et al., 2022).

Kemudian Upaya untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan pijat laktasi, Pijat laktasi merupakan salah satu metode breast care yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon prolaktin dan oksitosin saat terjadi stimulasi sel-sel alveoli pada kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar dan mengalir ke dalam saluran kecil payudara sehingga keluar tetesan susu dari puting dan masuk ke dalam mulut bayi (Hanubun et al., 2023).

Kurma penuh dengan nutrisi penting seperti kalium, fosfor, natrium, seng, mangan, magnesium, tembaga, besi, fluor, dan selenium. Kurma adalah sumber potasium yang membantu dalam menjaga sistem saraf yang sehat dan menyeimbangkan sistem saraf tubuh. Fungsi fosfor dengan kalsium untuk membantu kekuatan dan pertumbuhan tulang. Terlebih lagi, selenium penting untuk pertumbuhan dan perbaikan sel. Zat besi sangat penting untuk produksi sel darah merah, yang membawa semua nutrisi ke sel di seluruh tubuh. Jadi, kurma sangat cocok untuk gaya hidup sehat karena mengandung gula pereduksi, natrium rendah, tanpa lemak atau kolesterol, kalium besar, dan kandungan kalsium di samping serat

makanan. Dilihat dari penelitian tersebut bahwa kurma adalah buah yang mengandung banyak nutrisi serta cocok untuk gaya hidup sehat maka bisa dikaitkan dengan intervensi makanan pada ibu menyusui guna memperlancar produksi ASI (Handayani et al., 2022)

Dari hasil penelitian Penelitian oleh Halimatus Saidah 2021, didapatkan hasil bahwa setelah diberikan kurma sebagian besar (75%) produksi ASI lancar, sedangkan setelah pijat oksitosin semua responden (100%) produksi ASI lancar. Hasil analisis dengan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan produksi ASI (P\_value 0,001) dan pengaruh pijat oksitosin terhadap peningkatan produksi ASI (P\_value 0,000). Hasil uji statistik menggunakan Mann Whitney menunjukkan adanya perbedaan efektivitas pemberian kurma dengan pijat oksitosin terhadap produksi ASI (Saidah, 2021).

Dapat kita lihat dari angka keberhasilan penelitian dengan kurma dan oksitosin memiliki perbandingan yang hampir berbeda jauh. Dengan banyaknya angka kejadian Produksi ASI menurun, peneliti tertarik untuk mengambil penelitian tentang Pengaruh pijat laktasi dan Pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di PMB R Bojonggede Tahun 2024.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Instrument pada studi kasus kali ini menggunakan Informed Consent untuk persetujuan penelitian dan lembar observasi. Populasi penelitian ini adalah ibu menyusui di PMB Bidan R Bojonggede. Sampel dalam penelitian ini yaitu 2 ibu menyusui yang memiliki keluhan produksi ASI menurun yang ada di PMB R Bojonggede Kabupaten Bogor tahun 2024. Analisis dilakukan dengan membandingkan 2 perlakuan yang berbeda dalam 4 kali kunjungan selama 14 hari.

## HASIL

**Tabel 1**  
**Perbandingan Hasil**  
**Asuhan Kebidanan Antara Responden I dan Responden II**

<b>Intervensi</b>	<b>Pijat Laktasi</b>	<b>Kurma</b>
<b>K1</b>	Konsistensi payudara lunak dan pengeluaran asi sedikit	Konsistensi payudara lunak dan pengeluaran asi sedikit

K2	Payudara lunak dan tidak ada penegangan	Payudara keras, ada penegangan, dan ASI merembes
K3	2 jam setelah menyusui payudara teraba keras dan menegang	ASI tetap memancar deras setelah 30 menit disusui
K4	Produksi ASI telah meningkat	Produksi ASI sangat banyak

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil asuhan kebidanan pada ibu menyusui yang diberikan intervensi pijat laktasi dengan ibu menyusui yang diberikan intervensi kurma. Pada kunjungan pertama kedua responden mengalami keluhan yang sama. Perubahan kondisi payudara dapat terlihat pada saat kunjungan kedua, responden 1 terdapat Payudara lunak dan tidak ada penegangan dan pada responden 2 terdapat Payudara keras, ada penegangan, dan ASI merembes. Dan pada kunjungan ketiga telah terlihat perbandingan produksi ASI yaitu pada responden 1 didapatkan 2 jam setelah menyusui payudara teraba keras dan menegang. Dan pada responden 2 ASI tetap memancar deras setelah 30 menit disusui. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa ibu menyusui yang diberikan intervensi buah kurma mengalami peningkatan produksi ASI yang lebih cepat dibandingkan dengan Ibu menyusui yang diberikan intervensi pijat laktasi

## PEMBAHASAN

### Pengaruh Pijat Laktasi Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di PMB R Bojonggede Tahun 2024

Berdasarkan hasil pengetahuan diketahui bahwa produksi ASI pada ibu menyusui yang diberikan intervensi kurma meningkat pada kunjungan ketiga, dan pada kunjungan keempat ASI baru mengalami produksi yang lebih banyak. Pijat laktasi merangsang kelenjar susu untuk memproduksi lebih banyak ASI dengan meningkatkan sekresi hormon prolaktin dan oksitosin. Oksitosin berperan penting dalam proses pengeluaran ASI dari payudara. Pijat ini membantu mengatasi sumbatan pada saluran ASI yang dapat menghambat keluarnya ASI. Dengan teknik pemijatan yang tepat, ibu dapat meredakan ketegangan dan meningkatkan aliran ASI (Muawanah & Sariyani, 2021)(JAYA, 2024).

Asumsi Peneliti adanya peningkatan produksi ASI yang signifikan karena efektivitas jangka panjang dari pemberian kurma cenderung lebih stabil dan kontinu karena

nutrisinya yang lengkap dibandingkan pijat laktasi.

### Pengaruh Pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di PMB R Bojonggede Tahun 2024

Berdasarkan hasil pengetahuan diketahui bahwa produksi ASI pada ibu menyusui yang diberikan intervensi kurma meningkat pada kunjungan kedua, dan pada kunjungan ketiga terlihat ASI memancar dengan deras setelah 30 menit disusui.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauzi Darmayanti, Salfia Darmi, Gaidha Khusnul Pangestu tahun 2024 (Darmayanti, 2024) yang berjudul "Efektivitas Pemberian Sari Kurma dan Metode Pijat Oksitosin dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Pasca Melahirkan", Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, Mereka dibagi menjadi dua kelompok intervensi yang berbeda, yaitu kelompok yang diberi sari kurma dan kelompok yang menjalani pijat oksitosin. Adanya peningkatan produksi ASI pada kedua kelompok intervensi. Pada kelompok yang diberi sari kurma, terdapat peningkatan jumlah ASI dari 7 ml menjadi 120 ml, sementara pada kelompok yang menjalani pijat oksitosin, jumlah ASI meningkat dari 9 ml menjadi 160 ml masing-masing di hari ketujuh.

Berdasarkan intensitas nyeri sebelum dilakukan intervensi terdapat 13 responden yang mengalami nyeri sedang (43,3%) dan 17 responden yang mengalami nyeri sangat berat (56,7%). Sedangkan intensitas nyeri setelah dilakukan intervensi terdapat 13 responden yang tidak mengalami nyeri adalah 17 (43,3%) dan 13 responden yang mengalami nyeri sedang (56,7%). Kemudian diperoleh nilai signifikansi pvalue 0,001 ( $p < 0,05$ ) maka dapat dinyatakan terdapat pengaruh metode Dzikir terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin

Buah kurma (*Phoenix dactylifera*) dikenal luas di Indonesia karena kandungannya yang kaya akan berbagai nutrisi penting. Kurma

mengandung zat besi, protein, serat, glukosa, vitamin, biotin, niasin, asam folat, dan mineral seperti kalsium, sodium, dan kalium. Mineral yang terdapat dalam kurma dapat merangsang pelepasan hormon prolaktin dengan cara menghambat reseptor dopamine, sementara proteinnya dapat meningkatkan produksi ASI dengan meningkatkan metabolisme glukosa untuk pembentukan laktosa. Selain itu, kurma juga mengandung hormon potuchin, yang memiliki kemiripan dengan hormon oksitosin, yang memiliki peran penting dalam merangsang kontraksi otot polos di dinding rahim. Kandungan serat dalam kurma juga membantu pembuluh darah vena di sekitar saluran susu payudara berkontraksi, yang berdampak pada peningkatan produksi ASI produksi ASI (Piyantoni, 2020) (Darmayanti, 2024).

Sejalan dengan penelitian Ananda Primata Beuty, Enny Yuliaswati (Beuty & Yuliaswati, 2023) tahun 2023, yang berjudul "Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Nifas Di PMB Hernita, AMD.KEB Bandar Lampung" Jenis penelitian ini adalah Quasy Eksperiment Design dengan rancangan penelitian Non Equivalent Control Group Design dengan sampel 40 subjek. Seluruh responden sebelum diberikan perlakuan mengalami ketidاكلancaran ASI sebanyak 20 responden (100%) dan sesudah diberikan perlakuan buah kurma responden berada dalam kategori lancar sebanyak 18 responden (90%).

Menurut Asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada ibu menyusui yang mengalami produksi asi sedikit diberikan intervensi berupa pemberian kurma terlihat ada peningkatan yang signifikan dalam pemeriksaan objektif, hal ini karena didalam kurma memiliki kandungan hormon potuchin, yang memiliki kemiripan dengan hormon oksitosin sehingga sangat efektif meningkatkan produksi ASI.

### **Perbandingan Pijat Laktasi dan Pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di PMB R Bojonggede Tahun 2024**

Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa ibu menyusui yang diberi intervensi Kurma mengalami peningkatan produksi ASI lebih cepat dibandingkan dengan ibu menyusui yang diberi intervensi pijat laktasi. Hasil penelitian yang membandingkan rata-rata

itu produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian kurma dan pijat laktasi.

Kenaikan produksi ASI antara responden yang diberikan perlakuan pijat laktasi dengan reponden yang diberikan kurma saja mengalami perbedaan percepatan produksi ASI. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauzi Darmayanti, Salfia Darmi, Gaidha Khusnul Pangestu (Darmayanti, 2024) tahun 2024, Adanya peningkatan produksi ASI pada kedua kelompok intervensi. Pada kelompok yang diberi sari kurma, terdapat peningkatan jumlah ASI dari 7 ml menjadi 120 ml, sementara pada kelompok yang menjalani pijat oksitosin, jumlah ASI meningkat dari 9 ml menjadi 160 ml masing-masing di hari ketujuh. Ini mengindikasikan bahwa baik pemberian sari kurma maupun pijat oksitosin memiliki dampak positif dalam meningkatkan produksi ASI ibu pasca melahirkan yang mengalami masalah ketidاكلancaran produksi ASI.

Kandungan nutrisi terbanyak dalam kurma adalah gula pereduksi glukosa, fruktosa dan sukrosa, dengan komposisi sekitar 70%. Satu buah kurma dengan bobot sekitar 8,3 gram memiliki asupan kalori sebanyak 23 kalori. Jumlah kalori tersebut lebih banyak 1,3-1,8 kali dibanding gula tebu dengan bobot yang sama. Kandungan glukosa pada kurma meningkat seiring tingkat maturasinya. Peningkatan kandungan glukosa ini berhubungan dengan berkurangnya konsentrasi air di dalam kurma. Semakin matang kurma, semakin sedikit kandungan airnya.

Kandungan total protein dalam daging kurma basah adalah 1,4-1,7 gram/100 gram. Kandungan protein mengalami peningkatan menjadi 2,14 gram dalam 100 gram kurma kering. Peningkatan protein ini berhubungan dengan berkurangnya kandungan air dalam kurma kering dibandingkan dengan kurma basah. Asam amino esensial yang terkandung dalam buah kurma antara lain treonin, lisin, dan isoleusin. kandungan lisin dan isoleusin buah kurma lebih banyak ratusan kali dibandingkan buah apel dalam setiap gramnya. Kandungan lemak dalam kurma kering hanya 0,38 persen. Asam lemak yang terdapat dalam buah kurma terdiri dari asam lemak jenuh dan tidak jenuh. Asam lemak jenuh yang terdapat di dalam kurma adalah oleat dan linoleat. Asam lemak tidak jenuh yang dapat ditemukan di dalam kurma antara lain laurat, palmitat, dan stearat.

Selenium adalah salah satu mineral dalam kurma yang sering menjadi perhatian karena berpotensi sebagai antioksidan. Selenium bekerja sebagai koenzim pada enzim antioksidan glutathione peroxidase. Selain selenium, di dalam kurma juga terdapat kadar Kalium yang tinggi (100-800 mg/ 100 g kurma kering) dan telah dibuktikan dapat membantu menurunkan tekanan darah. Mineral lain yang terkandung dalam kadar yang lebih sedikit dalam buah kurma adalah Seng, Fosfor, Kalsium, Besi, Magnesium, dan Flourin (Rahmawati & Silviana, 2019).

Kadar zat besi dan kalsium yang dikandung buah kurma dapat menggantikan tenaga ibu yang terkuras saat melahirkan atau menyusui. melahirkan ataumenyusui. Keunggulan dari buah kurma yaitu didalam buah kurma terkandung banyak vitamin A yang baik untuk produksi ASI, ASI juga berkualitas dan kaya vitamin untuk si kecil (Meilin Fitri insani & Risa Pitriani, 2022).

Peneliti berasumsi adanya perbedaan peningkatan produksi ASI antara pemberian kurma dan pijat laktasi, karna kurma cukup memenuhi asupan nutrisi dalam masa menyusui. Hormon oksitosin pun terkandung dalam buah kurma, dengan cara berjalan melalui aliran darah menuju ke payudara, lalu kedua hormon inilah yang akan membantu memacu dari kontraksi pembuluh darah vena yang berada di sekitar payudara ibu, yang kemudian akan memacu kelenjar air susu ibu untuk bisa memproduksi ASI (Ramadhani & Akbar, 2022)

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh pijat laktasi dan Pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di PMB R Bojonggede Tahun 2024. dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui setelah diberikan kurma pada kunjungan kedua.
2. Terdapat peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui setelah diberikan pijat laktasi pada kunjungan ketiga.
3. Ibu menyusui yang diberikan intervensi pemberian kurma lebih cepat mengalami peningkatan produksi ASI dibandingkan dengan ibu menyusui yang diberikan invervensi pijat laktasi

### Saran

Diharapkan penelitian ini dapat menambah kepustakaan sebagai bahan ajar terutama tentang meningkatkan produksi ASI dengan menggunakan pengobatan non farmakologi. Bagi Tenaga Kesehatan dapat menerapkan asuhan ini pada setiap ibu menyusui dengan pengobatan non farmakologi agar mendapatkan penanganan yang tepat untuk menaikkan produksi ASI. Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan untuk dapat menerapkan intervensi pemberian buah kurma dan pijat laktasi sebagai upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui dan sebagai dasar untuk melakukan penelitan lebih lanjut dan dapat mengembangkan konsep yang lebih luas

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustina M, Yuviska Ia, Putri Rd, Evayanti Y. Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *J Community Heal Issues*, [Internet]. 2021;1(April):1–5. Tersedia Pada: [Https://E-Jurnal.Iphorr.Com/Index.Php/Chi/Article/View/148](https://E-Jurnal.Iphorr.Com/Index.Php/Chi/Article/View/148)
- Anggraini R. Tinjauan Literatur: Manfaat Pijat Laktasi Untuk Meningkatkan Produksi Asi. *J Kesehat Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*. 2013;10(1):67–74.
- Ardi Lestari Gam, Aswitami Ngap, Karuniadi Igam. Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan. *Viva Med J Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*. 2022;16(1):53–61.
- Astriana W, Afriani B. Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 0-6 Bulan Ditinjau Dari Pemberian Asi. *J 'Aisyiyah Med*. 2022;7(2):128–36.
- Astarindu Y. Penerapan Pijat Laktasi Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang. 2023;1–14.
- Beuty, A. P., & Yuliaswati, E. (2023). Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Kelancaran Produksi Asiibu Nifas Di Pmb Hernita, Amd.Keb Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 305–312.
- Darmayanti, F. (2024). Efektivitas Pemberian Sari Kurma Dan Metode Pijat Oksitosin

- Dalam Meningkatkan Produksi Asi Ibu Pasca Melahirkan Di Wilayah Kerja Imperium Rare Kumara , Kelurahan Manggarai , Kecamatan Tebet , Jakarta Selatan Tahun 2024. *Of Social Science Research*, 4, 7938–7953.
- Delvina, V., Kasoema, R. S., & Fitri, N. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui. *Human Care Journal*, 7(1), 153.  
<https://doi.org/10.32883/Hcj.V7i1.1618>
- Dorothy G. Dampak Kekurangan Asi Pada Batita, Kamu Penyebab Atau Pendukung? [Internet]. Vol. 8. 2022. Tersedia Pada: <https://bulletin.k-pin.org/index.php/daftar-artikel/945-dampak-kekurangan-asi-pada-batita-kamu-penyebab-atau-pendukung>
- Fitria A, Harahap Hp, Ananda V. Konsumsi Sari Kurma Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *J Kebidanan Khatulistiwa*. 2024;10(1):12.
- Handayani, H., Pratamaningtyas, S., Ramadhian, A. A. N., & Nugrahaeni, I. K. (2022). Konsumsi Kedelai, Kurma, Dan Daun Katuk Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Midwifery Care Journal*, 3(2), 66–72.  
<https://doi.org/10.31983/Micajo.V3i2.8154>
- Hanubun, J. E. A., Indrayani, T., & Widowati, R. (2023). Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi Asi Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 13(2), 411–418.  
<https://doi.org/10.32583/Pskm.V13i2.858>
- Helina, Siska And Harahap, Juraida Raito And Sari Sip. Buku Panduan Pijat Laktasi Bagi Bidan [Internet]. 2020. 81 Hal. Tersedia Pada: <http://repository.pkr.ac.id/id/eprint/2357>
- Jaya, E. M. (2024). *Penerapan Pijat Laktasi Dalam Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Oepoi Kota Kupang* (Vol. 8, Nomor 5).
- Lamana A, Fatonah Akbarini O, Rahayuningtis D. Pemberian Pijat Oksitosin Dan Pijat Laktasi Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Menterado Kabupaten Bengkayang. *J Ilm Bidan*. 2023;07(02).
- Meilin Fitri Insani, & Risa Pitriani. (2022). Midwifery Care For Postpartum Mothers With Date Palm Juice To Increase Milk Production At Pmb Dince Safrina, Sst, Mkm Pekanbaru 2021. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 2(1), 82–85.  
<https://doi.org/10.25311/Jkt/Vol2.Iss1.607>
- Margiana W, Muflihah Is. Penyuluhan Pemanfaatan Kurma Pada Ibu Menyusui Di Desa Sokaraja Kulon. *J Pengabdian Dharma Bakti*. 2020;3(2):36.
- Meilin Fitri Insani, Risa Pitriani. Midwifery Care For Postpartum Mothers With Date Palm Juice To Increase Milk Production At Pmb Dince Safrina, Sst, Mkm Pekanbaru 2021. *J Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*. 2022;2(1):82–5.
- Nisa Zh. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Ketidakberhasilan Dalam Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan Di Klinik Pratama Spn Polda Metro Jaya Periode 06 Juni 06 – 06 Juli 2022. *J Ilm Kesehat Bpi*. 2023;7(1):50–9.
- Pamuji Seb. Hipnolactation Meningkatkan Keberhasilan Laktasi Dan Pemberian Asi Eksklusif. Magelang: Penerbit Pusktaka Rumah Cinta; 2020.
- Paryono P, Astuti Ew, Nabilah La. Hubungan Lama Pemberian Asi Dengan Status Gizi Bayi. *Med J Nusant*. 2023;2(3):98–104.
- Pidiyanti P, Ginting As Br., Hidayani H. Pengaruh Pemberian Informasi Melalui Media Whatsapp Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pongok Tahun 2022. *Sentri J Ris Ilm*. 2023;2(9):3664–74.
- Purnamasari F, Selvia S, Astuti F. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemberian Asi. *J Ber Kesehat*. 2022;15(2):10–6.
- Putri Dp, Khotimah Nk. Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsud Cengkareng. *J Midwifery*. 2023;11(1):145–53.
- Rahmawati, A., & Silviana, Y. (2019). Pengaruh Konsumsi Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin : A Review. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 97–

102.  
<https://doi.org/10.31983/jkb.v9i1.4057>  
Rahmawati N, Karana I. Pengaruh Pijat Laktasi Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi Asi. *Holistik J Kesehat*. 2023;17(1):17–22.
- Ramadhani, U. N., & Akbar, A. (2022). Efektivitas Sari Kurma (Phoenix Dactylifera L.) Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Pandu Husada*, 2(3), 163–169. <http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/jph/article/view/9683>
- Ramadhani Un, Akbar A. Efektivitas Sari Kurma (Phoenix Dactylifera L.) Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui. *J Pandu Husada* [Internet]. 2022;2(3):163–9. Tersedia Pada: <http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/jph/article/view/9683>
- Saidah, H. (2021). *Perbedaan Efektifitas Pemberian Buah Kurma Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui 0-6 Bulan*.
- Telaumbanua M. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Asi Di Puskesmas Lahewa Timur Kabupaten Nias Utara. 2022;
- The, F., Hasan, M., & Saputra, S. D. (2023). Edukasi Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Puskesmas Gambesi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 208. <https://doi.org/10.26714/jsm.5.2.2023.208-213>
- Wahyuni R, Goretti Sinaga E, Agustiningsih D, Kesehatan P, Kesehatan K, Timur K. The Effectiveness Of Giving Dates On The Effectiveness Of The First Day Of Post Partum Expenditure. *Avicenna J Heal Res*. 2023;6(1):71–80.
- Yulianto A, Safitri Ns, Septiasari Y, Sari Sa. Frekuensi Menyusui Dengan Kelancaran Produksi Air Susu Ibu. *J Wacana Kesehat*. 2022;7(2):68.