

PENGARUH MINUMAN JAHE TERHADAP PENGURANGAN EMESIS GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN EMILIAWATI KARYA PENGGAWA PESISIR BARAT

Sriyani^{1*}, Iis Tri Utami²

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung, Dwikora

*Email Korespondensi : puspitasriyani11@gmail.com

²Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung

email: jannatunnaim892@gmail.com

Submitted: 18-06-2021, Reviewer: 01-07-2021, Accepted: 06-07-2021

ABSTRACT

Emesis gravidarum is a common complaint that occurs in early pregnancy. Emesis gravidarum can be treated with preventive measures and traditional treatment, one of which is consuming ginger drink. This research was to determine the effect of ginger drink on the reduction of emesis gravidarum in first trimester pregnant women in the independent practice of midwife Emiliawati Karya Penggawa. The subjects of this study were pregnant women in the first trimester at PMB Emiliawati Karya Penggawa in 2021. This study used a pretest-posttest design approach without control group. The number of samples in this study were 20 respondents. The sampling technique used is purposive sampling. The instruments in this study were the Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) scoring system instrument questionnaire, observation sheets and SOP for giving ginger drinks. The statistical test used was the Wilcoxon test. The results obtained indicate that there is an effect of giving ginger drink to the reduction of emesis gravidarum in first trimester pregnant women at PMB Emiliawati Karya Penggawa, Pesisir Barat Regency in 2021 with a P-Value = 0.000. Pregnant women should know more about the signs and symptoms of emesis gravidarum and how to reduce symptoms of emesis gravidarum.

Keywords: Ginger Drink, Emesis Gravidarum

ABSTRAK

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Emesis gravidarum dapat ditangani dengan tindakan pencegahan dan pengobatan secara tradisional salah satunya yaitu mengkonsumsi minuman jahe. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh minuman jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada ibu hamil trimester pertama di praktik mandiri bidan Emiliawati Karya Penggawa. Subjek penelitian ini adalah ibu hamil trimester I di PMB Emiliawati Karya Penggawa tahun 2021. Penelitian ini menggunakan Jenis pendekatan Pretest-posttest Design without Control Group. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 20 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah Purposive sampling. Instrumen dalam penelitian ini yaitu lembar kuesioner Instrumen Pregnancy-Unique Quantification of Emesis and Nausea (PUQE) scoring system, lembar observasi serta SOP untuk pemberian minuman jahe. Uji Statistik yang digunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian yang didapat menunjukkan bahwa Terdapat pengaruh pemberian minuman jahe terhadap pengurangan emesis gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Emiliawati Karya Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021 dengan nilai P-Value = 0,000.. Ibu hamil harus lebih mengetahui tanda dan gejala emesis gravidarum serta cara mengurangi gejala emesis gravidarum.

Kata Kunci : Minuman Jahe, Emesis Gravidarum

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu hal yang terjadi secara alamiah. Kehamilan juga merupakan hal yang dinanti oleh setiap pasangan suami dan istri. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai tiga bulan, triwulan kedua dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan (Runjati dan Umar, 2018).

Trimester pertama dalam kehamilan terdapat masalah yang sering terjadi yaitu mual dan muntah yang biasa disebut *emesis gravidarum*. Menurut Kemenkes RI tahun 2017 dalam Wulandari dkk (2019), keluhan mual muntah yang terjadi pada ibu hamil merupakan adaptasi fisiologis yang berarti adalah hal yang sangat wajar terjadi, tetapi hal ini perlu segera diatasi. Apabila tidak segera diatasi, keadaan ini dapat berubah menjadi keadaan yang membahayakan. Cairan tubuh akan berkurang akibat dari banyaknya cairan yang keluar dari muntahan. Hemokonsentrasi juga berkurang sehingga menghambat peredaran darah. Efek yang ditimbulkan dari keluhan mual muntah ini tidak hanya mengancam kehidupan ibu hamil, tetapi juga terhadap keadaan bayi yang dikandungnya. Akibat yang ditimbulkan dapat berupa *abortus*, bayi *prematum*, berat bayi lahir rendah (BBLR), serta *malformasi kongenital* bahkan kematian bagi ibu akibat dehidrasi (Afriyanti, 2017).

Selama proses kehamilan hamil ibu mengalami perubahan fisik, sosial dan emosional baik di lingkungan maupun di dalam keluarga. Selama proses kehamilan juga dapat berkembang menjadi masalah atau komplikasi setiap saat. Itu sebabnya

mengapa ibu hamil memerlukan pemantauan selama kehamilannya (Maternity et al., 2018). Perubahan hormonal wanita terjadi pada saat kehamilan yaitu terjadinya peningkatan hormon progesteron, dan estrogen, sehingga menghasilkan HCG plasenta atau (Human Chorionic Gonadotropine). Hal ini dapat menimbulkan keluhan yang akan dialami oleh ibu hamil, salah satunya adalah *emesis gravidarum* (Manuaba et al., 2015).

Emesis gravidarum merupakan keluhan umum yang terjadi pada kehamilan muda. Sebagian besar mual muntah saat kehamilan dapat diobati dengan pengobatan jalan, serta pemberian obat penenang dan anti muntah. Tetapi, sebagian kecil wanita hamil tidak dapat mengatasi mual muntah yang berkelanjutan sehingga mengganggu aktifitas dan menyebabkan terganggunya keseimbangan elektrolit akibat kekurangan cairan. (Manuaba et al., 2015). Mual dan muntah terjadi karena pengaruh HCG, tonus otot-otot *traktus digestivus* menurun sehingga kemampuan bergerak seluruh *traktus digestivus* juga berkurang (Kusmiyati et al., 2015). Komplikasi mual dan muntah terjadi pada *primigravida* sekitar 60- 80% dan terjadi pada *multigravida* sekitar 40- 60%. Pada 1 dari 1.000 gejala ini menjadi lebih berat, tetapi jika tidak segera ditangani hal ini dapat berakibat fatal (Manuaba et al., 2015).

Kehamilan dengan *emesis gravidarum* menurut World Health Organization (WHO) mencapai 12,5% dari seluruh jumlah kehamilan di dunia dengan angka kejadian yang beragam yaitu mulai dari 0,3% di Swedia, 0,5% di California, 0,8% di Canada, 10,8% di China, 0,9% di Norwegia, 2,2% di Pakistan, dan 1,9% di Turki. Sedangkan angka kejadian *emesis gravidarum* di Indonesia pada tahun 2015 dari 2.203 kehamilan terdapat 543 orang ibu hamil yang mengalami *emesis gravidarum*.

Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2015 tingginya angka kejadian *emesis gravidarum* pada wanita hamil yaitu 50-90%, sedangkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Pesisir Barat terdapat 3.232 kehamilan dengan presentase mengalami *emesis gravidarum* sebanyak 68%.

Keluhan mual muntah pada *emesis gravidarum* merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi apabila keluhan ini tidak segera diatasi maka akan menjadi hal yang berbahaya. Mual dan muntah juga menyebabkan cairan tubuh berkurang dan terjadi hemokonsentrasi yang dapat memperlambat peredaran darah sehingga mempengaruhi tumbuh kembang janin. Di Indonesia sebanyak 50%-75% ibu hamil mengalami mual dan muntah pada trimester pertama atau awal-awal kehamilan (Wulandari et al., 2019). Frekuensi mual muntah secara fisiologis normal yaitu kurang dari 5 kali dalam sehari (Wegrzyniak, dkk, 2012).

Data lain menunjukkan bahwa hampir 50-90% perempuan hamil mengalami mual muntah pada trimester pertama. Mual (*nausea*) dan muntah merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan mual muntah pada saat kehamilan walaupun sebenarnya keluhan ini dapat muncul kapan saja, tidak hanya di pagi hari. Keluhan paling banyak antara minggu ke-6 sampai minggu ke-12. Akan tetapi, keluhan ini dapat berlanjut juga hingga minggu ke-20 pada 20% ibu hamil. Peningkatan kadar hormon *Human Chorionic Gonadotropin* (hCG) dalam darah menimbulkan beberapa keluhan yang membuat ibu tidak nyaman saat hamil, diantaranya ialah rasa mual dan ingin muntah (Afriyanti, 2007; Puspito, 2012; Matthews dkk, 2015).

Banyak cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi keluhan mual dan muntah baik secara *farmakologis* maupun *nonfarmakologis*. Secara *farmakologis*

biasanya ibu dapat mengkonsumsi vitamin B6, zat besi (Fe) dalam bentuk tablet sebagai penambah darah serta masih banyak yang lainnya. Sedangkan secara *nonfarmakologis*, dapat melakukan tindakan pencegahan dan pengobatan secara tradisional salah satunya yaitu mengkonsumsi minuman jahe.

Jahe merupakan tanaman obat tradisional dengan sejuta khasiat yang telah dikenal sejak lama. Rimpangnya sangat banyak manfaatnya, antara lain sebagai bumbu masak, minuman, serta permen dan juga digunakan dalam ramuan obat tradisional. Kandungan kimia di dalam jahe yang dapat mengatasi mual muntah diantaranya yaitu minyak atsiri yang mempunyai efek menyegarkan dan menghasilkan aroma sehingga memblokir reflek muntah. Oleoresisnya menyebabkan rasa pedas yang menghangatkan tubuh dan mengeluarkan keringat. Efek antiemetik juga ditimbulkan oleh komponen *diterpentinoid* yaitu *gingerol*, *shaogaol*, *galanolactone* (Putri, 2016).

Jahe dapat digunakan untuk mengurangi rasa mual pada ibu hamil dengan dengan ketepatan cara konsumsinya. Publikasi dalam sebuah *University of Maryland Medical Center*, menjelaskan pada saat hamil mengkonsumsi 1 gram ekstrak jahe setiap hari merupakan hal yang efektif dan aman untuk mengurangi rasa mual dan muntah di pagi hari yang sering dirasakan. Selama 4 hari diberikan 1 gram jahe pada ibu hamil trimester 1 yang mengalami mual dan muntah setelah pengobatan, penurunan yang signifikan terjadi dalam mual dan muntah (Fitria, 2013).

Hasil survei yang dilakukan oleh peneliti terhadap ibu hamil di dapatkan hasil bahwa dari 8 ibu hamil 5 diantaranya mengeluhkan mual dan muntah lebih dari 6 kali dalam sehari sedangkan 3 diantaranya tidak memiliki keluhan mual dan muntah. Selama ini penatalaksanaan yang diberikan

oleh bidan merupakan penatalaksanaan secara medis dengan memberikan obat pengurang mual dan muntah. Melihat fenomena tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Minuman Jahe Terhadap Pengurangan Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Emiliawati Karya Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021 “. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Minuman Jahe Terhadap Pengurangan *Emesis Gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Emiliawati Karya Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Pre Eksperimental* dan rancangan penelitian *Pretest-posttest Design without Control Group*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester I yang berkunjung di PMB Emiliawati Karya Penggawa pada bulan Maret 2021. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Jumlah sample yaitu 20 responden. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini diantaranya yaitu lembar kuesioner PUQE dan SOP. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *T-test* menggunakan bantuan computer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rata-rata Intensitas Emesis Gravidarum Responden Sebelum Pemberian Minuman Jahe

Tabel 1
Rata-rata Intensitas Emesis Gravidarum Responden Sebelum Pemberian Minuman Jahe

Variabel	N	Mean	SD	Min-Max
Emesis Gravidarum Sebelum Diberikan Minuman Jahe	20	10,55	2,481	8-14

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata intensitas *emesis gravidarum* responden sebelum pemberian minuman jahe yaitu 10,55 dengan nilai minimum 8 dan nilai maksimum 14 serta nilai standar deviasi 2,481.

Munculnya *emesis gravidarum* pada ibu hamil karena adanya perubahan hormonal. Dalam hal ini hormon *somatomammotropin*, *estrogen*, dan *progesterone* mempunyai peranan penting terhadap beberapa perubahan yang terjadi pada ibu hamil. Perubahan karena hormon estrogen pada kehamilan akan mengakibatkan pengeluaran asam lambung yang berlebihan sehingga menimbulkan rasa mual dan muntah (Safari, 2017)

Emesis gravidarum terjadi pada 60-80% *primigravida* dan 40-60% pada *multigravida*. Pada sebagian besar ibu *primigravida* belum beradaptasi terhadap peningkatan hormon estrogen dan HCG sehingga lebih sering mengalami *emesis gravidarum* (Safari, 2017). Rasa mual pada awal kehamilan dapat dikurangi dengan menggunakan terapi komplementer antara lain dengan tanaman herbal atau tradisional yang bisa dilakukan dan mudah didapatkan yaitu dengan pemberian jahe (Defrin, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori peneliti berasumsi bahwa emesis gravidarum akan lebih terasa bila belum ada intervensi.

Rata-rata Intensitas Emesis Gravidarum Responden Setelah Pemberian Minuman Jahe

Tabel 2
Rata-rata Intensitas Emesis Gravidarum Responden Setelah Pemberian Minuman Jahe

Variabel	N	Mean	SD	Min-Max
Emesis Gravidarum Setelah Diberikan	20	6,35	1,424	4-8

Minuman Jahe

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata intensitas *emesis gravidarum* responden setelah pemberian minuman jahe yaitu 6,35 dengan nilai minimum 4 dan nilai maksimum 8 serta nilai standar deviasi 1,24.

Setelah dilakukan pemberian minuman jahe selama 4 hari kemudian diukur kembali hasil rata-rata intensitas emesis gravidarum yaitu 6,35 dengan nilai minimum 4 dan nilai maksimum 8 serta nilai standar deviasi 1,24. Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe efektif dalam penurunan intensitas *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama.

Pemberian minuman jahe sangat efektif dalam mengatasi *emesis gravidarum* ibu hamil trimester pertama setelah pemberian intervensi minuman jahe pada terdapat penurunan *emesis gravidarum* (Umami, 2014). Upaya pencegahan dengan memberikan minuman jahe dapat mengurangi intensitas *emesis gravidarum*. Jahe mengandung 19 komponen yang berguna bagi tubuh yang salah satunya gingerol yaitu senyawa paling utama dan telah terbukti memiliki aktivitas *antiemetik* (antimuntah) yang manjur dengan bersifat memblok serotonin, yaitu senyawa kimia pembawa pesan. Senyawa ini menyebabkan perut berkontraksi yang apabila diblok maka otot-otot saluran pencernaan akan mengendor dan melemah sehingga rasa mual banyak berkurang.

Dalam pencernaan jahe bersifat karminatif, yakni bahan yang mampu mengeluarkan gas dari dalam perut, hal ini akan meredakan perut kembung (Choiriyah, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh (Rufaridah, 2019) juga menunjukkan bahwa pada kelompok yang diberikan minuman jahe efektif menurunkan frekuensi *emesis gravidarum*.

Berdasarkan hasil penelitian dilapangan, peneliti berasumsi bahwa

minuman jahe menjadi salah satu alternative untuk mengurangi intensitas *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama

Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Responden Setelah Pemberian Minuman Jahe di PMB Emilia Karya Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021

Tabel 3
Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Terhadap Emesis Gravidarum Responden Setelah Pemberian Minuman Jahe

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min-Max	P-value
Emesis gravidarum sebelum pemberian minuman jahe	20	10,55	2,481	0,555	8-14	0,000
Emesis gravidarum setelah pemberian minuman jahe		6,35	1,424	0,319	4-8	

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata intensitas *emesis gravidarum* sebelum diberikan minuman jahe adalah 10,55, dengan nilai minimal 8 dan maksimal 14, standar deviasi 2,481. Rata-rata intensitas *emesis gravidarum* setelah pemberian minuman jahe adalah 6,35, nilai minimum 4 dan maksimum 8, standar deviasi 1,424. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan hasil bahwa semua responden (20 orang) mengalami penurunan intensitas *emesis gravidarum* setelah pemberian minuman jahe dimana nilai *p-value* =0,000 sehingga H_0 ditolak yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pemberian minuman jahe terhadap *emesis gravidarum* di PMB Emilia Karya Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, Ayu (2016) tentang efektifitas pemberian jahe hangat dalam mengurangi frekuensi mual muntah pada ibu hamil trimester I, menemukan bahwa

hasil penelitian menunjukkan rata-rata frekuensi mual muntah sebelum diberikan minuman jahe hangat yaitu sebanyak 13 kali dan setelah diberikan menurun menjadi 3,18 kali. Hasil uji menunjukkan bahwa minuman jahe hangat efektif dalam mengurangi mual muntah pada ibu hamil ($p=0,000$).

Penelitian lain tentang pemberian minuman jahe dilakukan oleh Nugrahani (2015) tentang efektifitas pemberian seduhan jahe dengan jus buah jeruk bali terhadap frekuensi mual muntah ibu hamil trimester I, menemukan bahwa hasil analisis seduhan jahe dan jus buah jeruk bali pada ibu trimester I di wilayah kerja puskesmas Adan – Adan Kabupaten Kediri dengan menggunakan uji statistik *Independent T-Test*, rata – rata frekuensi mual dan muntah responden sesudah diberikan seduhan jahe sebesar 1,62. Sedangkan rata –rata frekuensi mual muntah pada responden yang diberikan jus buah jeruk bali sebesar 2,00. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian seduhan jahe lebih efektif dibandingkan pemberian jus buah jeruk bali.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori Tiran (2013), mual muntah merupakan salah satu gejala paling awal, paling umum dan paling menyebabkan stres yang dikaitkan dengan kehamilan. Mual dan muntah sering kali diabaikan karena dianggap sebagai sebuah konsekuensi normal diawal kehamilan tanpa mengakui dampak hebat yang ditimbulkannya pada wanita dan keluarga mereka. Bagi beberapa wanita, gejala dapat berlangsung sepanjang hari, atau mungkin tidak terjadi sama sekalipada saat bangun tidur dipagi hari. Mual dan muntah selama kehamilan biasanya disebabkan oleh perubahan dalam sistem *endokrin* yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya *fluktasi* kadar HCG (*human chorionic gonadotrophin*), khususnya karena periode mual atau muntah

gestasional yang paling umum adalah pada 12-16 minggu pertama, yang pada saat itu, HCG mencapai kadar tingginya.

Menurut Rofi'ah, Handayani, Rahmawati (2017) Terapi awal pada emesis sebaiknya konservatif disertai dengan perubahan diet, dukungan emosional, dan terapi alternatif seperti herbal. Ramuan tradisional bisa digunakan dengan meminum secangkir jahe hangat. Di India, jahe dibuat sebagai minuman untuk mengatasi rasa mual pada wanita hamil. Jahe dapat dikonsumsi dalam berbagai bentuk seperti minuman, permen, atau manisan.

Menurut asumsi peneliti minuman jahe efektif dalam penurunan *emesis gravidarum* pada ibu hamil trimester pertama. Dimana mual muntah pada *emesis gravidarum* disebabkan oleh perubahan pada sistem endokrin yang terjadi selama kehamilan, terutama disebabkan oleh tingginya *fluktuasi* kadar HCG (*human chorionic gonadotrophin*), khususnya pada periode mual atau muntah *gestasional* yang paling umum adalah pada 12-16 minggu pertama. Sementara pada minuman jahe yang berbahan dasar jahe didalamnya terdapat terdapat kandungan senyawa kimia yang mana rasa pedas yang terkandung pada jahe disebabkan oleh zat *zingerone*, sedangkan aroma khas yang ada pada jahe disebabkan oleh zat *zingiberol*. Dimana jahe dapat bekerja menghambat reseptor *serotonin* dan menimbulkan efek *antiemetic* pada sistem *gastrointestinal* dan sistem susunan saraf pusat.

Jahe juga mempunyai kandungan minyak *atsiri* yang berfungsi sebagai anti radang, sehingga jahe dapat menghambat proses peradangan yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori*. oleh karena itu, frekuensi mual muntah yang disebabkan oleh infeksi *H.pylori* dapat dikurangi. Maka dapat disimpulkan bahwa minuman jahe efektif dalam penurunan mual muntah pada ibu hami trimester pertama, asumsi peneliti

terbukti dalam penelitian ini dengan hasil penelitian p -value = 0,000 ($p < 0,05$)

SIMPULAN

Rata-rata intensitas *emesis gravidarum* responden sebelum pemberian minuman jahe yaitu 10,55 dengan nilai minimum 8 dan nilai maksimum 14 serta nilai standar deviasi 2,481. Rata-rata intensitas *emesis gravidarum* responden setelah pemberian minuman jahe yaitu 6,35 dengan nilai minimum 4 dan nilai maksimum 8 serta nilai standar deviasi 1,24.

Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan hasil bahwa nilai p -value = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian minuman jahe terhadap pengurangan *emesis gravidarum* pada Ibu Hamil Trimester I di PMB Emiliawati Karya Penggawa Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Arma, N., et.al, 2017. *Asuhan Kebidanan*. Medan
- Asih Yusari & Risneni. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Astutik, R.Y. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan dan Menyusui*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Astutik, Yuli, Reni, 2017. *Payudara Dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Chivite-Matthews, N. and Thornton, P. 2011. Guidance on evaluating the impact of interventions on business. *Report for Department for Business Innovation and Skills*, 1–22.
- Desmawati. 2013. *Sistem Hematologi dan Imunologi*. Edited by D. Juliastuti. Jakarta: Penerbit In Media
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2019. *Profil Dinkes Provinsi Lampung 2019*. Bandar Lampung
- Dinas Kesehatan Kabupaten Pesisir Barat. 2019. *Profil Dinkes Kabupaten Pesisir Barat*. Dinas Kesehatan Pesisir Barat.
- Imam, J., Fitriani, R., & Bustami. 2018. *Perlindungan Hak Anak terhadap Pemberian Air Susu Ibu*. Yogyakarta: Deepublish.
- Isnaini dan Rama., 2015. *Hubungan pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap pengeluaran asi di wilayah kerja puskesmas raja basa indah bandar lampung tahun 2015*. Jurnal kebidanan vol 1, no 2, juli 2015: 91-97.
- Mardiyarningsih, Eko. 2011. *Efektifitas kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu post seksio sesarea*. <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/317>.
- Maryunani, A. 2015. *IMD ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: TIM
- Marmi, 2012. *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Prasekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mas'adah, & Rusmini. 2015. *Teknik Meningkatkan Dan Memperlancar Produksi Asi Pada Ibu Post Sectio caesarea*. Jurnal Kesehatan Prima, 9, 1495-1505.
- Medforth, J., Battersby, S., Evans, M., Marsh, B., Walker, A., 2012. *Kebidanan Oxford (Dari bidan untuk bidan)*. Jakarta: EGC.
- Naziroh, U., Rosyidah, I., & Millia H.R, I. M. H. 2019. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Primipara (Di Posyandu Balita Desa Segodobancang Kecamatan Tarik Kabupaten Sidoarjo) Hospital Majapahit*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto, 11(1), 17-23.

- <https://doi.org/10.5281/zenodo.3514648>
- Nia Umar S. Sos, 2014. *Multitasking Breastfeeding Mama*. Jakarta : Pustaka Bunda Grup.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi III Jakarta : Rineka Cipta
- Nugroho, T. 2011. *ASI dan Tumor Payudara*. Yogyakarta: NuMed.
- Proverawati, A dan Rahmawati, E. 2010. *Kapita Selekta ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: NuMed
- Rahmiati, L., & Susanti, A. I. 2015. *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Jakarta: Erlangga
- Rini, S. dan F. Kumala. 2017. *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Praticce*. Yogyakarta : Deepublish.
- Roito, Juraida. dkk. 2013. *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Deteksi Dini Komplikasi*. Jakarta : EGC
- Suryani, E. dan Widhi Astuti., 2013. *Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu Post Partum di BPM Wilayah Kabupaten Klaten*. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan. 41-155.
- Ummah. 2014. *Pijat Oksitosin untuk Mempercepat Pengeluaran ASI pada Ibu Pasca Salin Normal di Dusun Sono Desa Ketanen Kecamatan Panceng Gresik*. Surya;02; XVIII.
- World Health Organization(WHO). 2018. *Maternal Mortality. In: Reproduction Health and Research*, editor. Geneva: World Health Organization