



## **Pengaruh Akupresur terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019**

**Dewi Ramadani<sup>1</sup>, Niasty Lasmy Zaen<sup>2</sup>, dan Nila Hayati<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> STIKes RS Haji Medan, Jl. Rumah Sakit Haji Medan, Medan-Estate 20237

Email: dewiramadani29@gmail.com<sup>1</sup>, Niastyzaen@yahoo.com<sup>2</sup>, Nilahayati21@yahoo.com<sup>3</sup>

### **ABSTRAK**

Akupresur adalah pendekatan penyembuhan yang berasal dari daerah timur yang menggunakan massage titik tertentu di tubuh (garis aliran energi/meridian) untuk menurunkan nyeri atau mengubah fungsi organ. Selain itu, akupresur adalah salah satu teknik pemijatan yang mudah dipelajari dan aman serta efektif digunakan sejak ratusan tahun dengan menggunakan akupresur diharapkan dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui “Pengaruh Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019”. Penelitian ini menggunakan desain penelitian jenis penelitian kuantitatif dengan desain Quasi-eksperimental design menggunakan pendekatan Pre post onlu control. seluruh ibu menyusui yang datang ke Klinik Bersalin Trismaliah untuk melakukan kunjungan pemeriksaan pada bulan Januari – April 2019 sebanyak 30 orang ibu menyusui, dengan teknik Total Sampling penelitian 30 ibu menyusui. Dibagi menjadi dua sampel 15 untuk yang diberikan metode akupresur dan 15 lagi tidak di berikan metode akupresur. Teknik analisa data dilakukan dengan menggunakan analisis uji wilcoxon dan membandingkan metode dengan menggunakan uji mann whitney test kemudian hasilnya dinarasikan. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Ada Terdapat pengaruh yang signifikan akupresur terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019, nilai signifikansi 0.004 ( $p < 0,05$ ). Bagi Diharapkan dapat memberikan informasi pada masyarakat terkait dengan penggunaan akupresur untuk meningkatkan produksi asi pada ibu nifas di klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung, serta melatih tempat peneliti dalam mengembangkan berfikir secara objektif sehingga menjadi pengalaman yang berguna bagi tempat peneliti tentang penggunaan metode akupresur dalam melancarkan produksi ASI.

Kata kunci : Akupresur, Produksi ASI, Ibu Nifas

### **ABSTRACT**

*Acupressure is a healing approach originating from the eastern region that uses massage points in the body (energy flow lines / meridians) to reduce pain or change organ function. In addition, acupressure is one of the easy-to-learn and safe massage techniques that are effective for hundreds of years using acupressure, which is expected to increase milk production in nursing mothers. The purpose of this study was to determine "The Effect of Acupressure on Increasing Breast Production in Postpartum Mothers in the Trismaliah Maternity Clinic in Laut Dendang Village, Medan Tembung District in 2019". This research uses a quantitative design research design with a Quasi-experimental design using the Pre post onlu control approach. all breastfeeding mothers who came to the Trismalia Maternity Clinic to conduct examination visits in January - April 2019 as many as 30 breastfeeding mothers, with a total sampling technique of 30 breastfeeding mothers. Divided into two samples 15 for those given the acupressure method and 15 more not given the acupressure method. Data analysis techniques were performed using Wilcoxon test analysis and comparing methods using the Mann Whitney test then the results were narrated. Based on the results of this study, it can be concluded that there*

*is a significant effect of acupressure on the increase in breast milk production in postpartum mothers at the Trismaliah Maternity Clinic in Dendang Laut Village, Medan Tembung District in 2019, a significance value of 0.004 ( $p < 0.05$ ). For Expected to be able to provide information to the community related to the use of acupressure to increase breast milk production in postpartum mothers at the Bersalin Trismaliah clinic in Dendang Ocean Village, Medan Tembung Subdistrict, and train researchers to develop thinking objectively so that it becomes a useful experience for researchers about the use of acupressure methods in launching milk production.*

*Keywords: Acupuncture, Breast Milk Production, Postpartum Mothers*

## 1. Pendahuluan

ASI merupakan makanan tunggal dan terbaik yang memenuhi semua kebutuhan tumbuh kembang bayi sampai usia 6 bulan, untuk menambah kuantitas dan kualitas ASI ada berbagai cara yang bisa dilakukan seperti makanan bergizi, senam, akupresur dan sebagainya. (Astuti, 2015)

Mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) merupakan hak setiap bayi dan yang terbaik adalah dengan diberikan secara eksklusif yaitu sejak bayi lahir sampai dengan usia 6 (enam) bulan tanpa ditambahkan dan/atau diganti dengan makanan atau minuman lain. ASI sangat penting bagi kehidupan setiap bayi, bahkan pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu cara untuk mencegah terjadinya kematian pada bayi dan balita.

Penelitian dari WHO yang dilakukan di 6 (enam) negara berkembang dan menyimpulkan bahwa risiko kematian bayi dengan usia antara 9-12 bulan meningkat 40% apabila bayi tersebut tidak mendapatkan ASI. Penelitian lainnya adalah yang dilakukan Jones Lancet dan Karen Edmond yang mendapatkan bahwa dengan menyusui eksklusif selama 6 (enam) bulan dan tetap diberi ASI sampai 11 bulan saja serta pemberian makanan pendamping ASI pada usia enam bulan dapat menurunkan kematian balita sebanyak 13% (Roesli, 2013)

Salah satu tindakan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan akupresur. Akupresur adalah pendekatan penyembuhan yang berasal dari daerah timur yang menggunakan massage titik tertentu di tubuh (garis aliran energi/meridian) untuk menurunkan nyeri atau mengubah fungsi organ. Selain itu, akupresur adalah salah satu teknik pemijatan yang mudah dipelajari dan aman serta efektif digunakan sejak ratusan tahun. Titik akupresur merupakan titik yang sensitif terhadap rangsangan (fisik, mekanik, termis, elektrik) yang mempunyai efek tertentu pada organ tertentu atau sistem tubuh (Campbel, 2015).

Akupresur adalah teknik pengobatan nonfarmakologi yang berkaitan erat dengan akupunktur, dengan melakukan tekanan pada titik-titik tertentu dalam tubuh. Akupresur sebagai seni dan ilmu penyembuhan berlandaskan pada teori keseimbangan *yin* dan *yang*. *Yin* dan *Yang* adalah dua aspek yang saling mendasari, saling mempengaruhi, tidak mutlak dan keduanya saling bertentangan tetapi membentuk suatu kesatuan yang utuh dalam suatu keseimbangan yang harmonis dan dinamis. Akupresur dapat menghasilkan efek melalui beberapa mekanisme yang berbeda. Titik akupresur memiliki sifat listrik yang ketika dirangsang dapat mengubah tingkat neurotransmitter kimia tubuh. Akupresur diyakini untuk melepaskan rasa sakit dan ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi dan pelepasan endorfin (Radyanto., 2012).

Akupresur merupakan tindakan non invasif, mudah dilakukan, memiliki efek samping yang minimal, dan mendekatkan hubungan terapeutik antara klien dan bidan.

Studi yang dilakukan oleh Savabi *et al* menyimpulkan bahwa akupresur merupakan metode efektif dalam meningkatkan volume air susu ibu menyusui (Mitra, 2012).

Hasil penelitian Vidayanti (2015) dengan melakukan pijat punggung menggunakan Minyak Esensial Lavender terhadap Produksi ASI mendapatkan hasil adanya perbedaan kelancaran produksi ASI antara kelompok pijat menggunakan minyak esensial lavender dan kelompok kontrol dengan *p-value* 0,007 dan OR sebesar 4,84 (65% CI : 1,68-13,93).

Penelitian Vidayanti (2015) dan Wijayanti Lilis (2014) adalah penelitian dengan melakukan akupresur pada titik oksitocin, Vidayanti menggunakan minyak lavender saat melakukan akupresur, namun tidak dengan relaksasi metode inhalasi, sedangkan Wijayanti Lilis hanya melakukan pemijatan pada titik oksitocin. Penelitian ini juga melakukan akupresur pada titik oksitocin yaitu pada leher (PV 7) dan punggung (CV 7), dengan hasil mendukung penelitian yang telah dilakukan terdahulu, namun terdapat perbedaan pada kelompok responden. Ke-2 (dua) peneliti terdahulu ini bertujuan mencari perbedaan kecukupan ASI, menggunakan kelompok kontrol dan kelompok perlakuan, dengan hasil ada perbedaan kecukupan ASI antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan.

Penelitian Cholifah (2014) merupakan penelitian dengan melakukan tehnik akupresur pada titik produksi ASI. Penelitian Cholifah di tahun 2014 sama dengan penelitian ini yaitu melakukan akupresur pada titik produksi ASI di tangan (Si 1, Li 4, Pc 6) dan di kaki (ST 36) dengan hasil yang mendukung hasil dari penelitian Cholifah (2014). Perbedaan penelitian adalah pada kelompok responden, kalau penelitian Cholifah (2014) menggunakan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dengan tujuan mencari perbedaan kecukupan ASI antara bayi pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan, sedangkan penelitian ini adalah penelitian dengan 1 (satu) kelompok tanpa kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *One Group time Series* yang melakukan pengamatan terhadap pengaruh relaksasi aroma terapi *rose* dan akupresur pada titik produksi ASI dan titik oksitocin dengan kecukupan ASI, pada penelitian ini mengamati perlakuan pada variabel bebas dan pengaruhnya diamati pada variabel terikat tanpa ada kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada di klinik Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019 Tanggal 20 April 2019 dengan melakukan wawancara terhadap ibu nifas, 10 ibu nifas, terdapat 9 ibu nifas yang mengatakan tidak ada pengeluaran pada ASI ibu nifas, 1 ibu nifas mengatakan terdapat pembekakan pada payudara dan ibu tidak tahu tekni akupresur, masih banyak dijumpai para ibu melakukan perawatan nifas berdasarkan budaya dan tradisinya, termasuk dalam hal menyusui, namun pada sebagian ibu mungkin saja terjadi kesulitan pengeluaran ASI karena lebih banyak ibu terpengaruh mitos sehingga ibu tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya. Perasaan ibu yang tidak yakin bisa memberikan ASI pada bayinya akan menyebabkan penurunan hormon oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan dan akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan adalah dengan melakukan akupresur.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian Di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019 dengan judul “Pengaruh Akupresur Terhadap

Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019”.

## 2. Metode Penelitian

Jenis penelitian *Quasi-eksperimental design*, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Experimental Designs dengan jenis *Pre post onlu control* pada desain ini terdapat dua kelompok yang masing – masing dipilih secara random (R), kelompok pertama diberi perlakuan disebut kelompok. Populasi pada penelitian adalah seluruh ibu menyusui yang datang ke Klinik Bersalin Trismaliah untuk melakukan kunjungan pemeriksaan pada bulan Januari – April 2019 sebanyak 30 orang ibu menyusui. Analisis Bivariat untuk Pengaruh akupresur terhadap peningkatan produksi ASI dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan membandingkan metode dengan menggunakan uji *mann whitney test* kemudian hasilnya dinarasikan.

Adapun kerangka konsep dalam penelitian ini menggambarkan bahwa yang diteliti ” Pengaruh Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019”. maka sebelum dilakukan intervensi dilakukan *pre-test* dan untuk melihat sejauh mana perubahan setelah diberikan intervensi (metode akupresur) dilakukan *post-test*.

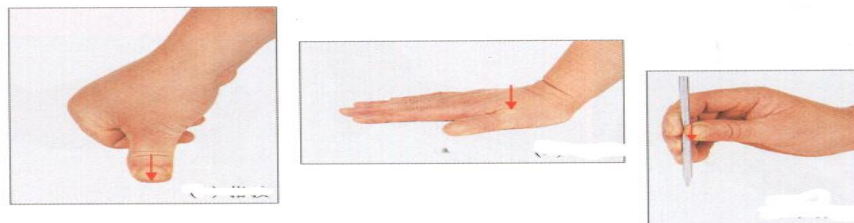


Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Teknik akupresur dilakukan dengan berbagai cara yang aman, tidak melukai kulit atau menyebabkan pecahnya pembuluh darah, yaitu menggunakan beberapa alternatif cara berikut: menggunakan jari jempol, menggunakan beberapa jari tangan yang disatukan, hanya jari telunjuk saja, atau dengan telapak tangan, membuat garakan cubitan halus, tetapi tidak sampai memar, menepuk- nepuk atau memukul-mukul ringan, dan menggosok dengan jari jempol atau telapak tangan (Oka, 2008). Penekanan pada saat awal harus dilakukan dengan lembut, kemudian secara bertahap kekuatan penekanan ditambah sampai terasa sensasi yang ringan tetapi tidak sakit (Turana, 2014).

### Menekan.

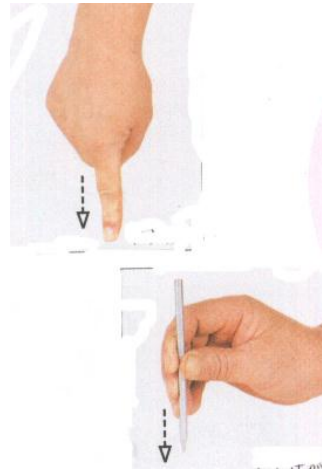
- Dengan ibu jari → kepala, tangan, kaki, dada dan perut
- Pangkal atau sisi telapak tangan → punggung, paha dan bokong



Gambar 2. Titik Akupresur Untuk Menekan Produksi ASI

### Menutuk

- Dengan jari telunjuk
- Dengan alat probe



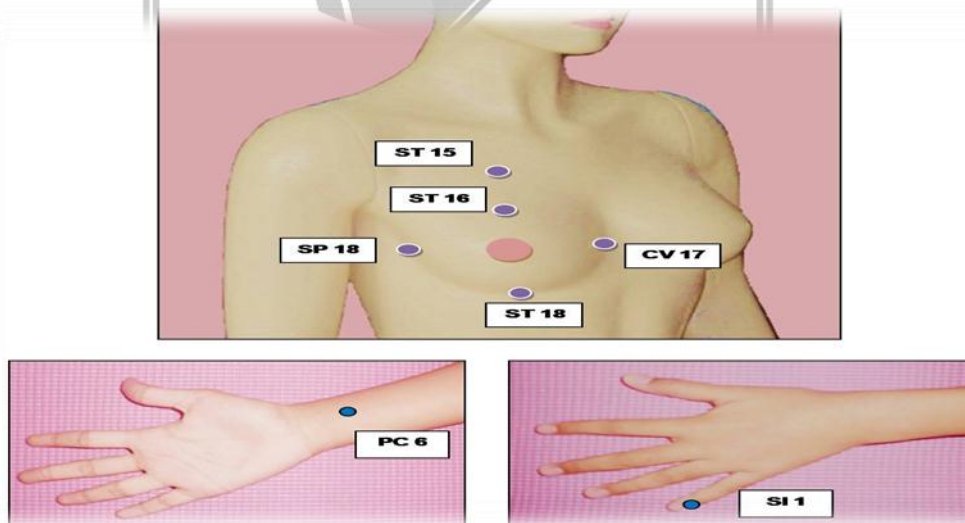
Gambar 3. Titik Akupresur Untuk Menutup Produksi ASI

### Mendorong/mengosok

- Dengan ibu jari atau telapak tangan sepanjang jalur meridian.
- Digunakan untuk daerah punggung, ekstremitas atas dan bawah.



Gambar 4. Titik Akupresur Untuk Mendorong/mengosok Produksi ASI



Gambar 5. Titik Akupresur Untuk Melancarkan ASI

Pemijatan pada titik :

- PC 6, ST 36 : menghilangkan rasa lelah dan meningkatkan stamina
- LI 4 dan SP 6 : mengembalikan kondisi rahim

- c. SP 10 : menguatkan darah  
 d. ST 15,16,18 : melancarkan ASI

### 3. Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1. Data Karakteristik Responden di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019**

No	Data Demografi	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		f	%	f	%
<b>1</b>	<b>Umur</b>				
	<20 tahun	2	13,3	3	20,0
	20-30 tahun	9	60,0	7	46,7
	>30 tahun	4	26,7	5	33,3
	Jumlah	15	100	15	100
<b>2</b>	<b>Pendidikan</b>				
	Rendah (SD, SMP)	1	6,7	2	13,3
	Menengah (SMA)	12	80,0	13	86,7
	Tinggi (D-III, S-1)	2	13,3	0	0,0
	Jumlah	15	100	15	100
<b>3</b>	<b>Riwayat Persalinan</b>				
	Sectio caesar	2	13,3	3	20,0
	Normal	13	86,7	12	80,0
	Jumlah	15	100	15	100
<b>4</b>	<b>Berat bayi lahir</b>				
	2500-3000 gr	11	73,3	10	66,7
	> 3000 gr	4	26,7	5	33,3
	<b>Jumlah</b>	<b>15</b>	<b>100</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa pada kelompok intervensi frekuensi umur yang paling banyak adalah responden yang berusia 20-30 tahun sebanyak 9 orang (60,0%). Berdasarkan pendidikan paling banyak tingkat SMA sebanyak 12 orang (80,0%) dengan riwayat persalinan normal sebanyak 13 orang (86,7%) dan berat bayi baru lahir antara 2500-3000 gr sebanyak 11 orang (73,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol frekuensi umur yang paling banyak adalah responden yang berusia 20-30 tahun sebanyak 7 orang (46,7%). Berdasarkan pendidikan paling banyak tingkat SMA sebanyak 13 orang (86,7%) dengan riwayat persalinan normal sebanyak 12 orang (80,0%) dan berat bayi baru lahir antara 2500-3000 gr sebanyak 10 orang (66,7%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Akupresur Pada Ibu Nifas Di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019**

Akupresur Pada Ibu Nifas	Frekuensi	%
Dilakukan	15	50,0
Tidak Dilakukan	15	50,0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan frekuensi ibu nifas yang dilakukan akupresur sebanyak 15 orang (50%) dan yang tidak dilakukan akupresur akupresur sebanyak 15 orang (50,0%).

**Tabel 3. Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019**

Kelompok	Komponen Observasi	Produksi ASI			Keterangan
		Hari I	Hari II	Hari III	
Kontrol	Keadaan payudara ibu tegang sebelum bayi menyusui	5	5	6	Sedang
	Terlihat ASI merembes dari puting susu ibu saat dipencet dengan tangan.	6	6	6	Tidak Meningkat
	Frekuensi menyusui bayi dalam sehari 6-8 kalisehari	5	5	7	Meningkat
	Frekuensi BAK bayi 6-8 kali sehari	6	7	8	Meningkat
	Bayi tidur / tenang setiap selesai menyusui	7	7	7	Tidak Meningkat
	Frekuensi BAB bayi lancar	4	4	4	Tidak Meningkat
	<b>Rata-rata</b>	<b>5,50</b>	<b>5,67</b>	<b>6,33</b>	
Intervensi	Keadaan payudara ibu tegang sebelum bayi menyusui	4	7	11	Meningkat
	Terlihat ASI merembes dari puting susu ibu saat dipencet dengan tangan.	4	10	12	Meningkat
	Frekuensi menyusui bayi dalam sehari 6-8 kalisehari	6	6	11	Meningkat
	Frekuensi BAK bayi 6-8 kali sehari	5	9	10	Meningkat
	Bayi tidur / tenang setiap selesai menyusui	6	5	11	Meningkat
	Frekuensi BAB bayi lancar	2	7	8	Meningkat
	<b>Rata-rata</b>	<b>4,50</b>	<b>7,33</b>	<b>10,50</b>	

Berdasarkan hasil observasi mengenai peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan diketahui bahwa hasil observasi pada kelompok intervensi didapatkan rata-rata peningkatan produksi ASI dengan keadaan payudara ibu tegang sebelum bayi menyusui, terlihat ASI merembes dari puting susu ibu saat dipencet dengan tangan, frekuensi menyusui bayi dalam sehari 6-8 kali sehari, frekuensi BAK bayi 6-8 kali sehari, bayi tidur/tenang setiap selesai

menyusui dan frekuensi BAB bayi lancar dengan rata-rata peningkatan terdapat 11 ibu nifas dari 15 orang mengalami peningkatan. Sedangkan hasil observasi pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata peningkatan produksi ASI sebanyak 6 ibu nifas yang mengalami peningkatan dari 15 orang yang diteliti.

**Tabel 4. Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019**

Peningkatan Produksi Asi	Kelompok Intervensi (yang dilakukan Akupresur)		Kelompok Kontrol (yang tidak dilakukan Akupresur)	
	f	%	f	%
Meningkat	11	73,3	6	40,0
Tidak Meningkat	4	26,7	9	60,0
<b>Jumlah</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 4 didapatkan peningkatan produksi ASI pada kelompok intervensi (yang dilakukan akupresur) sebanyak 11 orang (73,3%) mengalami peningkatan. Sedangkan pada kelompok kontrol (yang tidak dilakukan akupresur) sebanyak 6 orang (40,0%) mengalami peningkatan.

**Tabel 5. Pengaruh Akupresur Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019**

Kelompok	Rata-rata Produksi ASI			<i>p value</i>
	Hari I	Hari II	Hari III	
Kontrol	5,50	5,67	6,33	0,004*
Intervensi	4,50	7,33	10,5	

Berdasarkan tabel 4 dan tabel 5, hasil rata-rata produksi ASI pada kelompok intervensi mengalami peningkatan yang signifikan dibandingkan pada kelompok kontrol dengan rata-rata produksi ASI pada hari III sebanyak 11 dari 15 ibu nifas sudah mengalami peningkatan produksi ASI, sementara pada kelompok kontrol diperoleh 6 dari 15 ibu nifas yang mengalami peningkatan produksi ASI. Dari hasil uji statistik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan uji Mann whitney didapatkan hasil bahwa nilai signifikansi 0.004 ( $p < 0,05$ ) sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada produksi ASI antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hal ini membuktikan bahwa adanya pengaruh akupresur yang signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, akupresur dapat dijadikan salah satu alternatif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas secara optimal karena aman, efektif dan dapat dipelajari oleh siapa saja.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

1. Akupresur Pada Ibu Nifas Di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019 sudah baik dilakukan pada kelompok intervensi.





2. Terdapat peningkatan produksi ASI setelah dilakukan akupresur pada ibu nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan akupresur terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Bersalin Trismaliah Desa Laut Dendang Kecamatan Medan Tembung Tahun 2019, nilai signifikansi 0.004 ( $p < 0,05$ ).

## 5. Daftar Pustaka

Arifin, (2014)., *faktor- faktor yang mempengaruhi produksi ASI* Dibuka tanggal 9 september 2014. Dikutip dari website : [www. Usu digitallibrary.ac.id](http://www.usu-digitallibrary.ac.id)

Astuti, (2015). *Agar ASI lancar di awal masa menyusui*. Dibuka tanggal 20 April 2019.

Cahyadi, (2017). *Bedah ASI*. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.

Depkes RI. 2013. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia*. Jakarta: Depkes RI

Elly, (2017)., *Produksi ASI dan faktor yang mempengaruhi* Dibuka tanggal 10 Oktober 2018

Hubertin, (2013). *Keajaiban insiasi menyusui dini* dibuka tanggal 9 Maret 2019.

Krisna, (2017). *Pemberian ASI yang baik* dibuka tanggal 10 April 2019

Mitra Savabi Esfahani, Shohreh Berenji-Sooghe, and Soheila Ehsanpour. 2015. *Effect of acupressure on milk volume of breastfeeding mothers referring to selected health care centers in Tehran*. Iran J Nurs Midwifery Res. 2015 Jan-Feb; 20(1): 7–11.

Oka, (2013). *Akuperesur dan metode akupresur dalam meningkatkan produksi ASI*. Jakarta, 2013

Peraturan Pemerintah No. 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI Eksklusif

Radyanto IWH. *Akupresur Untuk Berbagai Penyakit*. Andi Offset.Yogyakarta.2012

Rahayu, 2018., *Akupresur Untuk Melancarkan Produksi Asi*. Yokyakarta. 2018

Rulina, 2017.,*ASI penting bagi bayi dalam masa kehidupan*. Jakarta . 2017

Roesli, Utami. 2008. *Inisiasi Menyusu Dini plus ASI Eksklusif*. Cet-1. Jakarta: Pustaka Bunda.

Roesli, (2013). *Inisiasi Menyusu Dini plus ASI Eksklusif*. Cet-1. Jakarta: Pustaka Bunda.

Roesli, (2015). *Inisiasi Menyusu Dini plus ASI Eksklusif*. Cet-1. Jakarta: Pustaka Bunda.

Soetjningsih, (2017)., *Metode Pemberian ASI Pada Bayi* .,dibuka Oktober 2017.

Turana, (2014)., *Akupresur Dan Metode Akupresur* . jakarta. EGC.