

TERAPI KOMPLEMENTER TEKNIK AKUPRESUR DAN AROMATERAPI JASMINE OIL TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM

Ni Made Ari Febriyanti¹, Ni Ketut Ayu Sugiartini¹, Ni Made Dewianti²

¹Program Studi Diploma III Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kartini Bali, Indonesia

²Pendidikan Profesi Bidan, Politeknik Kesehatan Kartini Bali, Indonesia

Abstrak

Air Susu Ibu merupakan makanan bagi bayi enam bulan pertama secara eksklusif dimana ASI memiliki komposisi nutrisi yang paling tepat untuk kebutuhan bayi. Cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada 2020 yaitu sebesar 66,06% dan di Provinsi Bali tahun 2020 sebesar 76,4%, namun cakupan ASI Eksklusif di Kota Denpasar tahun 2020 yaitu 50,7 % mengalami penurunan bila dibandingkan tahun 2019 yaitu 60%, tidak diberikannya ASI Eksklusif pada bayi, oleh karena ASI yang tidak keluar. Salah satunya upaya non farmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yaitu pemberian aromaterapi jasmine dan melakukan akupresure. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektifitas terapi komplementer teknik akupresure dan aromaterapi jasmine oil. Metode penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan rancangan *two group pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 ibu postpartum di 2 Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Wilayah Kota Denpasar, yang dibagi menjadi 15 kelompok perlakuan dan 15 kelompok kontrol sesuai dengan kriteria inklusi dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan dari bulan Agustus sampai bulan Oktober 2024. Hasil penelitian: hasil uji statistik, didapatkan nilai *mean* kelompok kontrol yaitu sebesar 9,33 dan pada kelompok intervensi sebesar 8,80 sebelum diberikan Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil, sedangkan nilai *mean* setelah diberikan Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil, pada kelompok kontrol sebesar 9,80 dan pada kelompok intervensi yaitu sebesar 12,06. Hasil uji *Independent T-Test* menunjukkan terdapat perbedaan signifikan produksi ASI antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sesudah diberikan teknik akupresur dan aromaterapi jasmine oil dengan *p value* sebesar $0,036 < 0,05$. Kesimpulan: terapi komplementer teknik akupresur dan aromaterapi jasmine oil efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

Kata kunci: akupresur, aromaterapi jasmine, produksi ASI, ibu post partum

COMPLEMENTARY THERAPY ACUPRESSURE AND JASMINE OIL AROMATHERAPY TECHNIQUES ON BREAST MILK PRODUCTION IN POST PARTUM MOTHERS

Ni Made Ari Febriyanti, Ni Ketut Ayu Sugiartini

Abstract

Breast milk is exclusively food for babies in the first six months, where breast milk has the most appropriate nutritional composition for the baby's needs. Exclusive breastfeeding coverage in Indonesia in 2020 was 66.06% and in Bali Province in 2020 it was 76.4%, however exclusive breastfeeding coverage in Denpasar City in 2020 was 50.7%, a decrease compared to 2019, namely 60%, no giving exclusive breast milk to babies, because breast milk does not come out. One of the non-pharmacological efforts that can be done to increase breast milk production is giving jasmine aromatherapy and doing acupressure. The aim: to determine the effectiveness of complementary therapy with acupressure techniques and jasmine oil aromatherapy. Method: The research is a quasi-experiment with a two group pretest-posttest

design. The sample in this study was 30 postpartum mothers in 2 Independent Midwife Practice Places (TPMB) in the Denpasar City area, who were divided into 15 treatment groups and 15 control groups according to the inclusion criteria using a purposive sampling technique. This research was conducted from August to October 2024. Results: the results of statistical tests showed that the mean value of the control group was 9.33 and the intervention group was 8.80 before being given the Jasmine Oil Acupressure and Aromatherapy Technique, while the mean value after being given the Jasmine Oil Acupressure and Aromatherapy Technique, in the control group was 9.80 and in the intervention group it was 12.06. The results of the Independent T-Test showed that there was a significant difference in breast milk production between the control group and the intervention group after being given the Acupressure Technique and Jasmine Oil Aromatherapy with a p value of $0.036 < 0.05$. Conclusion: Complementary therapy with acupressure techniques and jasmine oil aromatherapy is effective in increasing breast milk production in postpartum mothers.

Keyword: Acupressure, Jasmine Oil Aromatherapy, Breast Milk Production, Post Partum Mothers

Korespondensi: Ni Ketut Ayu Sugiartini, Program Studi Diploma III Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kartini Bali, Jalan Piranha No.2 Pegok, Sesetan, Denpasar Selatan, E-mail: niketutayusugiartini161115@gmail.com

LATAR BELAKANG

Anak merupakan potensi dan penerus untuk mewujudkan kualitas dan keberlangsungan bangsa. Persiapan anak sejak dini sangat perlu untuk mencapai kualitas tertinggi tumbuh kembang fisik, mental, social dan spiritual. Salah satu upaya mendasar untuk menjamin pencapaian tertinggi kualitas tumbuh kembangnya sekaligus memenuhi hak anak adalah pemberian makan yang terbaik sejak lahir.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang terbaik bagi bayi enam bulan pertama secara eksklusif dimana ASI memiliki komposisi nutrisi yang paling tepat untuk kebutuhan bayi. Zat-zat yang terkandung dalam ASI sangat diperlukan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan, terutama dalam masa emas (*golden period*) dua tahun pertama kehidupan seorang anak (Cahaya Ningrum et al., 2019).

Cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada 2020 yaitu sebesar

66,06% dan di Provinsi Bali tahun 2020 sebesar 76,4%. Berdasarkan data tersebut Indonesia telah memenuhi kriteria WHO dalam pemberian ASI eksklusif minimum 50%, akan tetapi cakupan ASI Eksklusif di Kota Denpasar tahun 2020 yaitu 50,7 % mengalami penurunan bila dibandingkan tahun 2019 yaitu 60% (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2021). Pemberian ASI eksklusif yang rendah dapat memberikan dampak terutama pada kesehatan bayi. Pemberian ASI yang tidak eksklusif memberikan kontribusi sebanyak 11,6% dalam mortalitas anak dibawah usia 5 tahun (Asadi et al., 2020). Faktor yang menjadi penyebab ketidaklancaran pengeluaran ASI antara lain, status kesehatan ibu, frekuensi dan lama menyusui, nutrisi dan asupan cairan ibu, hisapan bayi, dan faktor psikologis ibu. Faktor lain karena manajemen laktasi yang kurang tepat. Oleh karena itu perlu adanya pendampingan pada masa ibu nifas perlu dilakukan untuk membantu mengatasi ketidaklancaran pengeluaran ASI (Fairus et al., 2021).

Masalah pengeluaran ASI dipengaruhi oleh berkurangnya rangsangan hormon oksitosin, sedangkan perubahan fisik dan psikologis dapat mempengaruhi proses laktasi. Secara teori bahwa, cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis, karena itu persiapan ibu pasca bersalin merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan menyusui, stress rasa khawatir yang berlebihan, ketidakbahagiaan sangat berperan dalam kesuksesan menyusui.

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk meningkatkan pengeluaran ASI, salah satunya dengan non farmakologis, yaitu aromaterapi dan melakukan akupresure. Akupresur adalah teknik pemijatan (penekanan) menggunakan metode perangsangan pada titik akupuntur sehingga dapat meningkatkan oksitosin yang diperlukan tubuh untuk merangsang pengeluaran ASI (Ketut et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian Wulandari tahun 2019 didapatkan hasil ada pengaruh akupresur titik ST 15, ST 16 dan LI 4 terhadap produksi ASI (p value $0,000 < \alpha (0,05)$) (Wulandari et al., 2019). Hal ini didukung juga oleh penelitian Erfina tahun 2020 yaitu akupresur titik LU 1, CV17 dan SI 1 dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum (Erfina et al., 2020). Sedangkan aromaterapi ialah salah satu cara untuk menyembuhkan yang menggunakan minyak dan wangi-wangian dari suatu tumbuhan sebagai pengobatan dalam bentuk konsentrat esens yang diekstraksi melalui destilasi. Aromaterapi melalui minyak esensial dapat digunakan langsung melalui oral, kulit maupun melalui penciuman. Pada saat aromaterapi dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon

emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah. Berbagai aromaterapi telah digunakan untuk mengatasi cemas, diantaranya adalah melati. Pada bunga melati mengandung minyak atsiri sekitar 0,01-1,00% (citronellol, euganol, asam galat dan linalool) yang bersifat merileksasikan pikiran dan tubuh (Nainggolan, 2020). Sehingga dengan rileksnya pikiran ibu akan berdampak pula terhadap pengeluaran ASI nya. Berdasarkan *literature review* dengan judul "Efektivitas Akupresur terhadap produksi ASI pada ibu post partum" menunjukkan hasil study *literature riview* didapat produksi ASI setelah diberikan akupresur berdasarkan studi literature membuktikan dan mengatakan bahwa terdapat hasil yang signifikan terhadap peningkatan produksi ASI ibu setelah dilakukan intervensi akupresur (Saputri, 2021). Hasil *literature review* yang lain, dengan judul "Pengaruh Lactation Massage Kombinasi Jasmine Oil Terhadap Volume Kolostrum Pada Ibu Nifas Sectio Caesarea" menunjukkan ada pengaruh lactation massage kombinasi jasmine oil terhadap volume kolostrum pada Ibu post sectio caesarea dengan nilai p-value $< 0,05$ (SARTELY et al., 2023). Hal ini juga didukung penelitian lain, dimana ada pengaruh pijat laktasi dengan jasmine oil terhadap peningkatan produksi ASI.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas terapi komplementer teknik akupresure dan aromaterapi jasmine oil, sehingga dapat diketahui secara ilmiah intervensi yang berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI ibu.

METODE/DESAIN PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi eksperimen*) dengan rancangan *two group pretest-posttest design*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah teknik akupresur dan aromaterapi jasmine oil. Variabel terikat yaitu produksi ASI. Dalam penelitian ini, sampel terdiri dari 15 kelompok kontrol dan 15 kelompok perlakuan. Sebelum dilakukan intervensi, dilakukan pengukuran produksi ASI terlebih dahulu pada kedua kelompok, kemudian diberikan intervensi pemberian aromaterapi dan akupresur pada kelompok perlakuan dan hanya dilakukan pemberian edukasi untuk meningkatkan produksi ASI pada kelompok kontrol dimulai dari hari ketiga sampai hari kesepuluh, kemudian setelah hari kesepuluh diukur kembali produksi ASI nya. Penilaian produksi ASI menggunakan lembar observasi penilaian kelancaran produksi ASI meliputi enam indikator bayi dan sepuluh indikator ibu. Peneliti sudah lulus uji etik di Politeknik Kesehatan Kartini Bali dengan nomor surat 039/KEPK/DI/PKKB/2024.

POPULASI, SAMPEL DAN TEKNIK SAMPLING

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum di Tempat Praktik Mandiri Bidan (TPMB) Wilayah Kota Denpasar. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 ibu postpartum di 2 TPMB Wilayah Kota Denpasar, yang dibagi menjadi 15 kelompok perlakuan dan 15 kelompok kontrol sesuai dengan kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan dari bulan Agustus sampai bulan Oktober 2024.

HASIL

Hasil penelitian Terapi Komplementer Teknik Akupresur dan

Aromaterapi Jasmine Oil Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum sebagai berikut :

Hasil penelitian Terapi Komplementer Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum sebagai berikut :

Tabel 1.

Karakteristik Responden	Karakteristik Responden			
	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	n	%	n	%
Usia				
<20 Tahun	0	0	0	0
20-35 Tahun	14	93,3	15	100
> 35 Tahun	1	6,7	0	0
Paritas				
Primipara	6	40	8	53,3
Multipara	9	60	7	46,7
Grandemultipara	0	0	0	0
Pendidikan				
Dasar	0	0	0	0
Menengah	8	53,3	8	53,3
Tinggi	7	46,7	7	46,7
Pekerjaan				
Bekerja	7	46,7	10	66,7
Tidak bekerja	8	53,3	5	33,3
IMD (Inisiasi Menyusu Dini)				
Ya	11	73,3	12	80
Tidak	4	26,7	3	20

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa usia terbanyak terdapat pada kelompok 20-35 tahun hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh responden intervensi yaitu 14 orang (93,3%) dan seluruh responden kontrol yaitu 15 orang (100%). Pada paritas sebagian besar yaitu 9 orang (60%) pada kelompok intervensi berasal dari multipara dan sebagian besar yaitu 8 orang (53,3%) pada kelompok kontrol berasal dari primipara. Karakteristik pendidikan, sebagian besar yaitu 8 orang (53,3%) pada kelompok intervensi dan sebagian besar yaitu 8 orang (53,3%) pada kelompok kontrol

berpendidikan menengah. Karakteristik pekerjaan, sebagian besar yaitu 8 orang (53,3%) pada kelompok intervensi tidak bekerja dan sebagian besar yaitu 10 orang (66,7%) pada kelompok kontrol bekerja. Karakteristik IMD, sebagian besar yaitu 11 orang (73,3%) pada kelompok intervensi dan hampir seluruhnya yaitu 12 orang (80%) pada kelompok kontrol melakukan inisiasi menyusui dini pada saat melahirkan.

Penelitian ini menggunakan pengujian normalitas dilakukan dengan uji statistik *Kolmogorov Smirnov*. Berdasarkan pengujian *Kolmogorov Smirnov* dapat diinterpretasikan bahwa nilai *p value* pada produksi ASI > 0,05 dengan demikian dapat dikatakan bahwa distribusi data pada produksi ASI adalah berdistribusi normal, kemudian pengujian statistik dilanjutkan menggunakan analisis parametrik yaitu *paired t-test*.

Tabel 2.

Produksi ASI Pre test dan Post test Diberikan Intervensi Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil

Kelompok	n	Mean±Std	P-Value
Kontrol			
Pre-test	15	9,33 ±1,91	0,482
Post-test	15	9,80± 2,78	
Intervensi			
Pre-test	15	8,80± 1,78	0,001
Post-test	15	12,06 ± 2,86	

Berdasarkan Tabel 2 diketahui nilai *mean pre test* pada kelompok kontrol sebesar 9,33 dan *post test* sebesar 9,80 dengan nilai *p value* sebesar 0,482 > 0,05 menunjukkan tidak ada perbedaan produksi ASI pre test dan post test pada kelompok kontrol. Sedangkan pada kelompok intervensi nilai *mean pre test* 8,80 dan post test sebesar 12,06 dengan nilai *p value* sebesar 0,001 < 0,05 menunjukkan

ada perbedaan produksi ASI *pre test* dan *post test* pada kelompok perlakuan.

Tabel 3.

Hasil Uji Independent T-Test produksi ASI pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sesudah diberikan Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil

Variabel	n	Mean±Std	P-Value
Kelancaran ASI			
Post-test Kontrol	15	9,80± 2,78	0,036
Post-test Intervensi	15	12,06 ± 2,86	

Berdasarkan Tabel 3 diketahui pada nilai mean post test pada kelompok kontrol yaitu 9,80 dan nilai mean post test pada kelompok intervensi yaitu 12,06, dengan selisih mean sebesar 2,26 dan *p value* sebesar 0,036 < 0,05 yang berarti ada perbedaan signifikan produksi ASI antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sesudah diberikan Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik, didapatkan nilai mean kelompok kontrol yaitu sebesar 9,33 dan pada kelompok intervensi sebesar 8,80 sebelum diberikan Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil, sedangkan nilai mean setelah diberikan Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil, pada kelompok kontrol sebesar 9,80 dan pada kelompok intervensi yaitu sebesar 12,06. Hasil uji Independent T-Test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan produksi ASI antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sesudah diberikan Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine

Oil dengan p value sebesar $0,036 < 0,05$. Terapi pemberian akupresur dan aromaterapi merupakan salah satu upaya nonfarmakologis untuk meningkatkan produksi ASI. Akupresur ialah metode perangsangan pada titik akupuntur sehingga dapat meningkatkan hormone oksitosin yang diperlukan tubuh untuk merangsang pengeluaran ASI. Akupresur berhubungan dengan sistem meridian dan energi vital/*chi sie* (Cahaya Ningrum et al., 2019), dengan penekanan menggunakan jari yang dapat memberikan stimulasi sensori stomatic melalui jalur aferen sehingga mempengaruhi aliran bioenergy (*Qi*) yang mengalir dalam satu meridian atau aliran, rangsangan pada titik meridian akan memberikan fungsi kerja yang maksimal. Stimulasi sensorik yang dihasilkan akupresur akan merangsang hipofisis posterior dan *pituitary* yang mempengaruhi perbaikan kerja fungsi dari hormon oksitosin guna meningkatkan produksi ASI (Rahayu et al., 2015). Pemberian aromaterapi jasmine mampu merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah. Pada jasmine mengandung minyak atsiri sekitar 0,01-1,00% (citronellol, euganol, asam galat dan linalool) yang bersifat merileksasikan pikiran dan tubuh sehingga berdampak terhadap pengeluaran ASI (Nainggolan, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yaitu ada pengaruh lactation massage kombinasi jasmine oil terhadap volume kolostrum pada Ibu post sectio caesarea dengan nilai p-value $< 0,05$ (SARTELY et al., 2023). Hal ini juga didukung penelitian serupa, yakni ada pengaruh pijat laktasi dengan jasmine oil terhadap peningkatan produksi ASI (Adilah et al., 2024). Beberapa penelitian juga,

menjelaskan bahwa metode kombinasi untuk peningkatan produksi ASI, dapat dilakukan dan terbukti lebih efektif dibandingkan metode tunggal seperti aromaterapi dan akupresur (Putri et al., 2023).

Penelitian lain menunjukkan terdapat pengaruh kombinasi terapi pijat, terapi music dan terapi aroma terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui dengan p value sebesar $0,00 < 0,05$ (Pusporini et al., 2023). Efektivitas ini diduga karena mekanisme kerja yang saling melengkapi (Keeler, 2021). Titik akupresur memiliki sifat listrik yang ketika dirangsang dapat mengubah tingkat neurotransmitter kimia tubuh. Akupresur diyakini dapat melepaskan rasa sakit dan ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi dan pelepasan endorphen. Stimulasi akupresur pada jari kelingking tangan atau akupresur S11) dapat meningkatkan prolaktin dan oksitosin yang menyebabkan menyusui lebih baik (Rusmini et al., 2022). Sisi lain, pemberian aromaterapi memberikan efek relaksasi pada tubuh, sehingga mempengaruhi hipotalamus untuk menghasilkan hormone oksitosin lebih banyak yang secara tidak langsung mempengaruhi produksi ASI (Pandwinata & Wahyu, 2022).

KESIMPULAN

Simpulan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa Terapi Komplementer Teknik Akupresur dan Aromaterapi Jasmine Oil efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi serta referensi pada tenaga kesehatan khususnya bidan dalam memberikan

pelayanan kebidanan pada ibu postpartum.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam kesempatan ini ijin kami mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kemendikbud Ristekdikti Direktorat Jenderal Pendidikan Vokasi atas kesempatan untuk mendapatkan dan melaksanakan Hibah Penelitian Dosen Pemula
2. Tempat Praktik Mandiri Bidan yang sudah memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian
3. Polkeska Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti Hibah Penelitian
4. Responden dan enumerator dalam pelaksanaan penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Adilah, D. Z., Aryanti, D., & Februanti, S. (2024). *ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DENGAN PEMBERIAN PIJAT LAKTASI MENGGUNAKAN JASMINE OIL UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI RUANG TERATAI BLUD RSU KOTA BANJAR. POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA.*
- Asadi, G., Aslani, A., Nayebinia, A. S., & Fathnezhad-Kazemi, A. (2020). Explaining breastfeeding experiences and assessing factors affecting breastfeeding self-efficacy in mothers of premature infants: A mixed method study protocol. *Reproductive Health, 17*(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12978-020-0895-2>
- Cahaya Ningrum, W., Imardiani, & Saidatur, R. (2019). Seminar dan Workshop Nasional Keperawatan “Implikasi Perawatan Paliatif pada Bidang Kesehatan.” *Seminar Workshop Nasional, 01*, 218–222.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. (2021). Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2020. *Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 1*–157.
- Erfina, Ahmad, M., Usman, A. N., Sinrang, A. W., Alasiry, E., & Bahar, B. (2020). Potential of acupressure to be complementary care by midwives in postpartum women’s breast milk production. *Enfermería Clínica, 30*, 589–592. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.12.001>
- Fairus, M., Parwanti, L., Endang, P., Pujiarti, D., Annisa, W., Poltekkes, D., Prodi, T., Terapan, S., Metro, K., Poltekkes, M., Prodi, T., Terapan, S., Metro, K., & Kunci, K. (2021). Pendampingan Akupresur Untuk Memperlancar Pengeluaran Air Susu Ibu. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian 2021, “Penelitian Dan Pengabdian Inovatif Pada Masa Pandemi Covid-19,” 3*, 758–761.
- Keeler, V. (2021). Aromatherapy and Acupressure--Working Together for Better Outcomes. *International Journal of Professional Holistic Aromatherapy, 10*(3).
- Ketut, N., Sugiartini, A., Made, N., Febriyanti, A., Nyoman, N., Witari, D., Made, N., & Widiastuti, R. (2024). *Efektivitas Akupresur Terhadap Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Timur Effectiveness Of Acupressure On Mother ’ s Milk Production In Post Partum Mothers In The Working Area Of Puskesmas I Denpasar Tim. 7*(1), 32–39.
- Nainggolan, L. (2020). Aromaterapi Minyak Esensial Lavender

- Menurunkan Risiko Postpartum Blues. *Jurnal Health Reproductive*, 5(1), 24–29. <https://doi.org/10.51544/jrh.v5i1.1621>
- Pandwinata, V., & Wahyu, H. (2022). Pengaruh Breast Care Dengan Aromarapi Jasmine Essensial Oil Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu. *JURNAL NERS GENERATION*, 1(2), 86–91.
- Pusporini, L. S., Musfirowat, F., Nurjamilah, S., & Ayu, I. P. (2023). The Effect of Intervention Package Massage Therapy, Music Therapy, and Aromatherapy (P, M, A Therapy) on Breast Milk Adequacy. *KnE Social Sciences*, 182–192.
- Putri, M. K., Sutanto, A. V., Fitriana, Y., & Rosita, M. E. (2023). Literatur Review: Kombinasi Aromaterapi Dan Pijat Sebagai Pemicu Produksi ASI. *Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science)*, 11(2), 65–82.
- Rahayu, D., Santoso, B., & Yunitasari, E. (2015). Produksi Asi Ibu dengan Intervensi Acupresure Point for Lactation dan Pijat Oksitosin. *Ners*, 10(1), 9–19. <http://repository.unair.ac.id/62680/>
- Rusmini, Ashari, A., & Kusmiyati, Y. (2022). Akupresur Berpengaruh Terhadap Waktu Luaran dan Kecukupan ASI Pada Ibu Post Partum. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 20(1), 35–43.
- Saputri, R. D. (2021). *Efektivitas Akupresur Terhadap Produksi Asi Pada Masa Nifas*. stikes icme jombang.
- SARTELY, D. A., ALMAINI, A., SUSANTI, E., PURNAMA EKA SARI, W. I., & ANDINI, I. F. (2023). Pengaruh Lactation Massage Kombinasi Jasmine Oil Terhadap Volume Kolostrum Pada Ibu Nifas Sectio Caesarea Di Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2022. *Journal Of Midwifery*, 11(1), 16–23. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4177>
- Wulandari, A. S., Hasanah, O., & Sabrian, F. (2019). Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi Air Susu Ibu (Asi). *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 51. <https://doi.org/10.31258/jni.10.1.51-60>