



Edukasi Pijat Oketani dalam Memperkuat Pemahaman Ibu Menyusui dalam Mendukung Produksi ASI

Oketani Massage Education to Strengthen Breastfeeding Mothers' Understanding of Support Breast Milk Production

***Triswanti^{1*}, Mun Aminah², Siti Anisa Asyafari³, Dwimar Febriyani⁴, Assyifa Diwansyah⁵**

¹Program Studi D3 Kebidanan, STIKes Bogor Husada, Indonesia

^{2,3,4,5} Mitra, Tempat Praktik Mandiri Bidan, Indonesia

*Penulis Korespondensi: puitrswanti@gmail.com

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 20 Juni 2026;

Revisi: 14 Juli 2026;

Diterima: 10 Agustus 2026;

Terbit: 20 Agustus 2026.

Keywords: *Breastfeeding Mothers; Health Education; Oketani Massage; Post-test; Understanding.*

Abstract. *Breastfeeding mothers need accessible information on measures that support lactation, including oketani massage as a complementary method. This community service activity aimed to describe the implementation of oketani massage education and participants' understanding after the activity. The activity was conducted at Posyandu Mawar A, Bogor, using an educative-participatory approach comprising educational sessions, oketani massage demonstrations, discussion and question-and-answer sessions, leaflet distribution, and Post-test evaluation. Thirty participants completed a nine-item Post-test covering breast milk, breastfeeding support, and oketani massage. Data were analyzed descriptively using frequencies and percentages. All participants answered correctly on the definition of breast milk, the importance of breast milk for infants, benefits of breast milk for mothers, family and healthcare-worker support, benefits of oketani massage, and the purpose of each massage step. Twenty-eight participants (93.3%) correctly identified oketani massage, while 2 participants (6.6%) correctly answered the question regarding the number of oketani massage steps. The mean Post-test score was 8.17 out of 9. oketani massage education and demonstration showed good post-education understanding of basic breastfeeding material and conceptual aspects of oketani massage; however, technical information concerning the massage steps requires reinforcement through repeated demonstrations and guided practice.*

Abstrak

Ibu menyusui memerlukan informasi yang mudah dipahami mengenai upaya pendukung proses menyusui, termasuk pijat oketani sebagai metode komplementer. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan menggambarkan pelaksanaan edukasi pijat oketani dan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Mawar A, Kota Bogor, menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif melalui penyampaian materi, demonstrasi pijat oketani, diskusi dan tanya jawab, pemberian *leaflet*, serta evaluasi *Post-test*. Sebanyak 30 peserta mengisi *Post-test* yang terdiri atas sembilan pertanyaan mengenai ASI, dukungan menyusui, dan pijat oketani. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Seluruh peserta menjawab benar pada materi pengertian ASI, pentingnya ASI bagi bayi, manfaat ASI bagi ibu, dukungan keluarga dan tenaga kesehatan, manfaat pijat oketani, serta tujuan setiap langkah pijat oketani. Sebanyak 28 peserta (93,3%) menjawab benar mengenai pengertian pijat oketani, sedangkan 2 peserta (6,6%) menjawab benar mengenai jumlah langkah pijat oketani. Rata-rata skor *Post-test* peserta adalah 8,17 dari skor maksimal 9. Edukasi dan demonstrasi pijat oketani memberikan gambaran pemahaman yang baik pada materi dasar ASI dan aspek konseptual pijat oketani, tetapi informasi teknis mengenai tahapan pijat masih memerlukan penguatan melalui demonstrasi berulang dan praktik terbimbing.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan; Ibu Menyusui; Pemahaman; Pijat Oketani; *Post-test*.

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama yang memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan perlindungan bayi terhadap berbagai penyakit. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, kemudian dilanjutkan hingga usia dua tahun atau lebih dengan pemberian makanan pendamping ASI yang sesuai. Keberhasilan menyusui merupakan bagian penting dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Namun, dalam pelaksanaannya ibu menyusui masih dapat menghadapi berbagai kendala, antara lain persepsi produksi ASI yang kurang, ketidaknyamanan payudara, serta keterbatasan pengetahuan mengenai teknik dan metode yang dapat mendukung proses menyusui (World Health Organization, 2023).

Secara nasional, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, proporsi bayi usia 0–5 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif mencapai 68,6%, sedangkan proporsi anak usia 6–23 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan sebesar 55,5% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Keberhasilan pemberian ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengetahuan dan keterampilan ibu, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, serta kemampuan ibu dalam menghadapi permasalahan selama proses menyusui. Oleh karena itu, penguatan edukasi dan pendampingan kepada ibu menyusui perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui pelayanan kesehatan maupun kegiatan pemberdayaan masyarakat.

Kondisi tersebut juga menjadi perhatian di Provinsi Jawa Barat yang memiliki jumlah penduduk sekitar 49,9 juta jiwa pada tahun 2023. Besarnya jumlah penduduk dan luasnya cakupan pelayanan kesehatan ibu dan anak menjadi tantangan dalam memastikan tersedianya informasi dan edukasi kesehatan yang dapat menjangkau masyarakat secara berkelanjutan. Kegiatan berbasis masyarakat, termasuk Posyandu, memiliki peran strategis dalam mendukung peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu serta keluarga mengenai kesehatan ibu dan anak, termasuk praktik menyusui dan berbagai upaya pendukung keberhasilan pemberian ASI (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023).

Di tingkat daerah, Profil Kesehatan Kota Bogor Tahun 2023 menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif di Kota Bogor sebesar 73% pada tahun 2023. Angka tersebut mengalami penurunan dibandingkan tahun 2022 yang mencapai 76,3% (Dinas Kesehatan Kota Bogor, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa penguatan upaya promotif dan preventif untuk mendukung keberhasilan menyusui masih diperlukan. Edukasi yang diberikan secara langsung

kepada ibu menyusui melalui kegiatan berbasis masyarakat dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan akses terhadap informasi, memperkuat pemahaman, serta mendorong ibu agar mampu menerapkan praktik menyusui yang tepat.

Salah satu pendekatan komplementer yang dapat diperkenalkan dalam edukasi kepada ibu menyusui adalah pijat Oketani. Pijat Oketani merupakan teknik pemijatan payudara yang bertujuan memberikan stimulasi pada jaringan payudara, meningkatkan kenyamanan ibu, membantu mengatasi ketidaknyamanan payudara, dan mendukung kelancaran pengeluaran ASI. Sebagai metode nonfarmakologis, pijat Oketani dapat diperkenalkan melalui edukasi dan pendampingan yang dilakukan secara tepat. Beberapa penelitian menunjukkan adanya manfaat pijat Oketani dalam mendukung proses menyusui, khususnya berkaitan dengan kenyamanan ibu dan pengeluaran ASI (Farida & Ismiakriatin, 2022; Amalina et al., 2023).

Kegiatan edukasi mengenai pijat Oketani juga didukung oleh hasil penelitian tim pengusul berjudul “Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Pijat Oketani dalam Mendukung Produksi ASI”. Penelitian tersebut melibatkan 32 ibu menyusui dan menunjukkan bahwa pengetahuan responden mengenai pijat Oketani berada pada kategori baik (Triswanti, 2026). Meskipun demikian, hasil penelitian tersebut masih terbatas pada gambaran pengetahuan dan belum secara khusus menggambarkan proses pemberian edukasi sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat. Oleh karena itu, hasil penelitian tersebut menjadi dasar bagi tim untuk melakukan hilirisasi melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan memberikan edukasi secara langsung kepada ibu menyusui.

Selain penelitian tersebut, tim pengusul juga memiliki pengalaman dalam melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat mengenai “Application of Oketani Massage as a Complementary Therapy to Support Exclusive Breastfeeding Among Postpartum Mothers at a Community Health Post in Bogor, Indonesia”. Kegiatan tersebut dilaksanakan di Posyandu Mawar, Kota Bogor, melalui pendekatan edukasi mengenai konsep, manfaat, dan teknik pijat Oketani kepada ibu postpartum. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan pendampingan mengenai pijat Oketani dapat menjadi salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat dalam memberikan informasi mengenai metode pendukung proses menyusui (Triswanti et al., 2026).

Posyandu Mawar A yang berlokasi di Kp. Seremped, RT 02 RW 10, Kelurahan Cibadak, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor, merupakan salah satu lingkungan masyarakat yang menjadi sasaran kegiatan pengabdian. Pemilihan ibu menyusui sebagai sasaran didasarkan pada pentingnya penguatan pengetahuan dan keterampilan dalam menghadapi berbagai kendala selama proses menyusui. Dalam konteks kegiatan pengabdian, edukasi mengenai pijat

Oketani tidak hanya diarahkan untuk menyampaikan informasi, tetapi juga untuk meningkatkan pemahaman ibu mengenai manfaat, prinsip, dan penerapan pijat Oketani sebagai salah satu metode pendukung menyusui.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan judul “Edukasi Pijat Oketani sebagai Upaya Memperkuat Pemahaman Ibu Menyusui dalam Mendukung Produksi ASI” dilaksanakan sebagai bentuk hilirisasi hasil penelitian ke dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat. Kegiatan dilakukan melalui edukasi, diskusi dan tanya jawab, serta evaluasi pemahaman peserta menggunakan *Post-test*. Kegiatan ini bertujuan untuk memperkuat pemahaman ibu menyusui mengenai pijat Oketani, meliputi pengertian, manfaat, indikasi, serta prinsip pelaksanaannya. Perubahan yang diharapkan adalah meningkatnya pemahaman peserta setelah memperoleh edukasi sehingga ibu memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai salah satu metode komplementer yang dapat digunakan sebagai bagian dari dukungan terhadap proses menyusui.

2. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan sebagai bentuk hilirisasi hasil penelitian mengenai pengetahuan ibu menyusui tentang pijat Oketani ke dalam kegiatan edukasi dan pemberdayaan masyarakat. Kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan edukatif-partisipatif, yaitu melibatkan peserta secara aktif dalam proses penyampaian informasi, diskusi, tanya jawab, dan evaluasi pemahaman. Pendekatan ini dipilih agar peserta tidak hanya memperoleh informasi mengenai pijat Oketani, tetapi juga memiliki kesempatan untuk mengklarifikasi informasi dan memahami penerapannya dalam mendukung proses menyusui.

Subjek, Tempat, dan Waktu Kegiatan

Subjek kegiatan adalah ibu menyusui yang berada di wilayah Posyandu Mawar A, Kp. Seremped, RT 02 RW 10, Kelurahan Cibadak, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor. Sasaran kegiatan merupakan ibu yang sedang menyusui dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan edukasi.

Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Mawar A, Kota Bogor. Pemilihan lokasi didasarkan pada peran Posyandu sebagai salah satu wadah pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang dapat digunakan untuk mendukung peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pemeliharaan kesehatan ibu dan anak.

Perencanaan dan Pengorganisasian Masyarakat

Tahap perencanaan dilakukan oleh tim pengabdian dengan mempertimbangkan hasil penelitian sebelumnya mengenai pengetahuan ibu menyusui tentang pijat Oketani serta pengalaman kegiatan pengabdian yang telah dilakukan oleh tim. Hasil tersebut menjadi dasar dalam menentukan fokus kegiatan, yaitu penguatan pemahaman ibu menyusui mengenai pengertian, manfaat, prinsip, dan penerapan pijat Oketani.

Dalam proses pengorganisasian, tim berkoordinasi dengan pihak pengelola Posyandu untuk menentukan sasaran, tempat, waktu, dan teknis pelaksanaan kegiatan. Pihak Posyandu membantu dalam menginformasikan kegiatan kepada sasaran dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan di lingkungan masyarakat. Peserta berperan sebagai penerima manfaat sekaligus peserta aktif dalam kegiatan melalui diskusi, tanya jawab, dan evaluasi pemahaman setelah edukasi.

Metode dan Strategi Kegiatan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi kesehatan dengan pendekatan partisipatif. Edukasi diberikan menggunakan media yang telah disiapkan oleh tim, yaitu bahan presentasi dan media edukasi mengenai pijat Oketani. Materi meliputi pengertian pijat Oketani, tujuan dan manfaat, prinsip pelaksanaan, kondisi yang perlu diperhatikan, serta peran pijat Oketani sebagai salah satu metode komplementer dalam mendukung proses menyusui.

Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui komunikasi dua arah. Setelah penyampaian materi, peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan menyampaikan pengalaman atau kendala yang berkaitan dengan proses menyusui. Dengan demikian, kegiatan tidak hanya berorientasi pada transfer informasi, tetapi juga memberikan ruang bagi peserta untuk memperoleh klarifikasi sesuai dengan kebutuhan mereka.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan kuesioner *Post-test* yang diberikan setelah kegiatan edukasi. *Post-test* digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta setelah memperoleh edukasi mengenai pijat Oketani. Instrumen evaluasi disusun berdasarkan materi yang diberikan selama kegiatan. Hasil *Post-test* selanjutnya dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa tahapan, yaitu:

Tahap persiapan

Tim melakukan koordinasi internal, menentukan sasaran kegiatan, menyusun materi edukasi, menyiapkan media penyuluhan, menyiapkan instrumen evaluasi, serta melakukan koordinasi dengan pihak Posyandu Mawar A mengenai waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.

Tahap identifikasi dan pengorganisasian sasaran

Tim bersama pihak Posyandu mengidentifikasi ibu menyusui yang menjadi sasaran kegiatan. Peserta diberikan informasi mengenai tujuan dan rangkaian kegiatan serta diarahkan untuk mengikuti kegiatan edukasi sampai tahap evaluasi.

Tahap pelaksanaan edukasi

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan penyampaian tujuan. Selanjutnya tim memberikan edukasi mengenai pijat Oketani yang meliputi pengertian, tujuan, manfaat, prinsip, serta penerapannya sebagai metode komplementer untuk mendukung proses menyusui. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif agar peserta dapat memahami informasi yang diberikan.

Tahap diskusi dan tanya jawab

Setelah edukasi, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai materi yang telah disampaikan. Tim memberikan penjelasan dan klarifikasi terhadap pertanyaan peserta sehingga informasi yang diterima dapat dipahami dengan lebih baik.

Tahap evaluasi

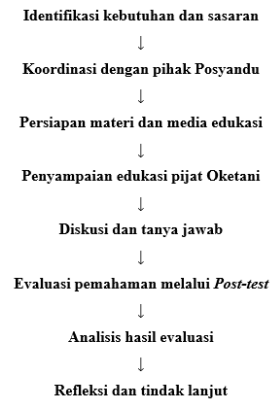
Peserta diberikan *Post-test* setelah kegiatan edukasi selesai. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui pemahaman peserta terhadap materi pijat Oketani yang telah diberikan. Hasil evaluasi digunakan sebagai gambaran capaian pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan.

Tahap tindak lanjut

Hasil evaluasi menjadi bahan refleksi bagi tim dalam menilai pelaksanaan kegiatan dan menentukan kebutuhan edukasi lanjutan. Media edukasi yang diberikan diharapkan dapat digunakan kembali oleh peserta sebagai sumber informasi mengenai pijat Oketani dan dukungan terhadap proses menyusui.

Alur Pelaksanaan Kegiatan

Secara keseluruhan, proses perencanaan dan pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dapat digambarkan dalam alur berikut:



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

3. HASIL

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dilaksanakan di Posyandu Mawar A, Kp. Seremped, RT 02 RW 10, Kelurahan Cibadak, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor, dengan sasaran ibu menyusui. Pelaksanaan kegiatan merupakan tindak lanjut dari tahap persiapan yang dilakukan oleh tim melalui koordinasi dengan pihak Posyandu, penyusunan materi edukasi, penyiapan media pendukung, serta penyusunan instrumen evaluasi. Seluruh tahapan tersebut disusun berdasarkan kebutuhan sasaran terhadap informasi mengenai pijat Oketani dan kaitannya dengan dukungan terhadap proses menyusui.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi tahapan pijat Oketani. Demonstrasi digunakan untuk memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai penerapan teknik pijat Oketani kepada peserta. Peserta juga diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi dengan fasilitator sehingga proses edukasi berlangsung secara dua arah.

Leaflet digunakan sebagai media edukasi pendukung yang dapat dibawa dan dipelajari kembali oleh peserta setelah kegiatan selesai. Pada akhir kegiatan, peserta mengikuti evaluasi melalui *Post-test* yang terdiri atas sembilan pertanyaan mengenai ASI, dukungan dalam keberhasilan menyusui, dan pijat Oketani. Dengan demikian, rangkaian kegiatan mencakup penyampaian informasi, demonstrasi, interaksi dengan peserta, pemberian media edukasi, serta evaluasi pemahaman.

Karakteristik Peserta Pengabdian kepada Masyarakat

Sebanyak 30 peserta memberikan respons pada formulir evaluasi kegiatan dan seluruh peserta menyatakan bersedia menjadi responden. Karakteristik peserta yang disajikan dalam kegiatan ini meliputi pendidikan terakhir dan pekerjaan. Data karakteristik tersebut diperoleh bersamaan dengan pengisian formulir evaluasi setelah pelaksanaan edukasi.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pengabdian kepada Masyarakat Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Karakteristik	Kategori	f	Prosentase (%)
Pendidikan terakhir	SMP	1	3,3
	SMA	5	16,7
	SMK	6	20,0
	Diploma (D3/DIII)	7	23,3
	Sarjana	10	33,3
	Profesi	1	3,3
Total		30	100,0

Sumber: Data primer hasil Post-test kegiatan PkM, 2026.

Berdasarkan Tabel 1, peserta kegiatan memiliki latar belakang pendidikan yang beragam. Proporsi terbesar adalah peserta dengan pendidikan Sarjana/S1, yaitu 10 orang (33,3%). Selanjutnya, pendidikan Diploma (D3) 7 orang (23,3%), dan 6 orang (20,0%) memiliki pendidikan SMK, sedangkan 5 orang (16,7%) memiliki pendidikan SMA.

Tabel 2. Karakteristik Peserta Pengabdian kepada Masyarakat Berdasarkan Pekerjaan

Karakteristik	Kategori	f	Prosentase (%)
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	19	63,3
	Tidak Bekerja	1	3,3
	Bekerja	10	33,3
Total		30	100

Sumber: Data primer hasil Post-test kegiatan PkM, 2026.

Dari sisi pekerjaan, sebagian besar peserta merupakan ibu rumah tangga, yaitu 19 orang (63,3%). Sebanyak 10 orang (33,3%) memiliki pekerjaan, sedangkan 1 orang (3,3%) menyatakan tidak bekerja. Data tersebut menunjukkan bahwa kegiatan diikuti oleh ibu menyusui dengan latar pekerjaan yang beragam.

Hasil Evaluasi Pemahaman Peserta

Evaluasi pemahaman dilakukan setelah peserta memperoleh edukasi dan demonstrasi menggunakan sembilan pertanyaan yang mencakup materi ASI, dukungan dalam keberhasilan menyusui, dan pijat Oketani. Sebanyak 30 peserta mengikuti evaluasi dan seluruh peserta menyatakan kesediaannya menjadi responden secara sadar dan tanpa paksaan.

Tabel 3. Distribusi Jawaban Benar Peserta pada *Post-test*

No.	Materi yang Dievaluasi	Jawaban Benar	n	%
1	Pengertian ASI	B	30	100,0
2	Pentingnya ASI bagi bayi	B	30	100,0
3	Manfaat ASI bagi ibu menyusui	A	30	100,0
4	Dampak kekurangan ASI bagi bayi	B	25	83,3
5	Pentingnya dukungan keluarga dan tenaga kesehatan	A	30	100,0
6	Pengertian Pijat Oketani	C	28	93,3
7	Manfaat Pijat Oketani	A	30	100,0
8	Jumlah langkah Pijat Oketani	D (7 langkah)	12	40,0
9	Tujuan utama setiap langkah Pijat Oketani	B	30	100,0

Sumber: Data primer hasil Post-test kegiatan PkM, 2026.

Hasil *Post-test* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu menjawab dengan benar pertanyaan mengenai materi dasar ASI. Seluruh peserta (100,0%) memberikan jawaban benar pada pertanyaan mengenai pengertian ASI, pentingnya ASI bagi bayi, manfaat ASI bagi ibu menyusui, serta pentingnya dukungan keluarga dan tenaga kesehatan dalam keberhasilan menyusui. Sementara itu, pada pertanyaan mengenai dampak kekurangan ASI bagi bayi, sebanyak 25 peserta (83,3%) memberikan jawaban yang benar.

Pada materi mengenai pijat Oketani, sebanyak 28 peserta (93,3%) menjawab benar mengenai pengertian pijat Oketani. Seluruh peserta (100,0%) juga memberikan jawaban benar mengenai manfaat pijat Oketani dan tujuan utama setiap langkah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa materi konseptual mengenai pijat Oketani dapat dipahami oleh sebagian besar peserta setelah mengikuti rangkaian edukasi.

Temuan yang berbeda terlihat pada pertanyaan mengenai jumlah langkah pijat Oketani. Hanya 12 peserta (40,0%) yang memberikan jawaban benar, sedangkan 18 peserta (60,0%) memilih jawaban yang tidak sesuai. Hasil tersebut menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar peserta dapat memahami pengertian, manfaat, dan tujuan pijat Oketani, informasi yang lebih spesifik mengenai jumlah tahapan masih memerlukan penguatan.

Distribusi Skor Pemahaman Peserta

Selain melihat jawaban pada masing-masing pertanyaan, pemahaman peserta juga dapat dilihat berdasarkan perolehan skor keseluruhan pada *Post-test*. Setiap peserta memperoleh skor berdasarkan jumlah jawaban benar dari sembilan pertanyaan yang diberikan.

Tabel 4. Distribusi Skor Pemahaman Peserta pada *Post-test*

No.	Skor	Jumlah (f)	Persentase (%)
1	9	10	33,3
2	8	16	53,3
3	7	3	10,0
4	6	1	3,3
Total		30	100,0

Sumber: Data primer hasil *Post-test* kegiatan PkM, 2026.

Berdasarkan Tabel 4, skor yang diperoleh peserta berada pada rentang 6 sampai 9 dari skor maksimal 9. Sebagian besar peserta memperoleh skor 8, yaitu sebanyak 16 orang (53,3%), sedangkan 10 orang (33,3%) memperoleh skor maksimal 9. Selanjutnya, 3 orang (10,0%) memperoleh skor 7 dan 1 orang (3,3%) memperoleh skor 6.

Secara keseluruhan, rata-rata skor peserta adalah 8,17 dari skor maksimal 9. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa sebagian besar peserta mampu menjawab dengan benar sebagian besar pertanyaan pada *Post-test*, meskipun masih terdapat materi tertentu yang memerlukan penguatan, khususnya informasi mengenai rincian tahapan pijat Oketani.

Dampak dan Temuan Kegiatan

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan demonstrasi memberikan pengalaman belajar yang mencakup aspek pengetahuan, interaksi, dan pengenalan teknik pijat Oketani. Pada aspek pemahaman, sebagian besar peserta mampu menjawab pertanyaan dengan benar, terutama pada materi dasar ASI serta konsep dan manfaat pijat Oketani. Rata-rata skor *Post-test* sebesar 8,17 dari 9 juga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta dapat memahami materi yang diberikan selama kegiatan.

Proses kegiatan tidak hanya dilakukan melalui penyampaian materi, tetapi juga melibatkan diskusi dan tanya jawab antara peserta dengan fasilitator. Interaksi tersebut memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengklarifikasi informasi dan memperoleh penjelasan secara langsung. Demonstrasi pijat Oketani juga memberikan gambaran visual mengenai penerapan teknik, sedangkan leaflet menjadi media pendukung yang dapat digunakan kembali oleh peserta setelah kegiatan selesai.

Meskipun demikian, hasil evaluasi menunjukkan bahwa pemahaman terhadap informasi teknis belum sepenuhnya optimal. Hal ini terlihat dari hanya 40,0% peserta yang mampu menjawab dengan benar pertanyaan mengenai jumlah langkah pijat Oketani. Temuan tersebut menjadi bagian penting dari hasil kegiatan karena menunjukkan adanya materi teknis yang masih memerlukan penguatan.

Hasil kegiatan ini belum dapat digunakan untuk menyimpulkan adanya peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, atau peningkatan keterampilan praktik secara terukur. Evaluasi dilakukan menggunakan *Post-test* tanpa pengukuran awal dan belum disertai lembar observasi keterampilan. Oleh karena itu, temuan kegiatan lebih tepat dipandang sebagai gambaran pemahaman peserta setelah memperoleh edukasi dan demonstrasi serta sebagai dasar untuk pengembangan kegiatan edukasi lanjutan yang lebih aplikatif, termasuk melalui demonstrasi berulang dan praktik terbimbing.

4. DISKUSI

Edukasi dan Demonstrasi sebagai Pendekatan Pemberdayaan Ibu Menyusui

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk pemberdayaan ibu menyusui melalui pemberian informasi, diskusi, demonstrasi, dan penyediaan media edukasi mengenai Pijat Oketani. Pendekatan tersebut tidak hanya diarahkan pada penyampaian informasi, tetapi juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh pemahaman mengenai ASI, proses produksi dan pengeluaran ASI, serta pengenalan teknik Pijat Oketani. Dalam perspektif promosi kesehatan, pemberian informasi merupakan salah satu bagian

penting dalam membantu individu memperoleh pengetahuan yang dapat menjadi dasar dalam menentukan dan mempertahankan perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2018).

Pendekatan edukasi yang dilakukan secara interaktif menjadi relevan dalam konteks menyusui karena ibu tidak hanya membutuhkan informasi, tetapi juga memerlukan dukungan dan bantuan praktis dalam menghadapi berbagai kondisi selama proses menyusui. *World Health Organization* (WHO) menempatkan konseling menyusui sebagai salah satu intervensi kesehatan masyarakat yang bertujuan meningkatkan praktik menyusui. Konseling tersebut mencakup pemberian dukungan yang berkesinambungan serta penguatan keterampilan, kompetensi, dan kepercayaan diri ibu dalam menyusui (World Health Organization [WHO], 2018).

Temuan kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan tersebut memberikan ruang bagi peserta untuk terlibat secara aktif melalui penyampaian materi, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi. Interaksi dua arah memungkinkan peserta mengklarifikasi informasi yang belum dipahami dan menghubungkannya dengan pengalaman selama menyusui. Hal ini sejalan dengan prinsip konseling menyusui yang menekankan pentingnya komunikasi, dukungan, serta bantuan yang disesuaikan dengan kebutuhan ibu. WHO juga merekomendasikan konseling diberikan secara berkesinambungan dan melalui interaksi langsung dengan tenaga yang memiliki kompetensi dalam memberikan dukungan menyusui (WHO, 2018).

Demonstrasi dalam kegiatan ini memiliki posisi penting karena Pijat Oketani merupakan teknik yang bersifat aplikatif. Penyampaian informasi mengenai pengertian dan manfaat suatu teknik belum secara otomatis memberikan kemampuan kepada peserta untuk menerapkannya. Oleh karena itu, demonstrasi digunakan untuk memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai tahapan dan penerapan Pijat Oketani. Pendekatan yang menggabungkan informasi dengan pengalaman belajar yang bersifat praktis sejalan dengan kebutuhan dukungan menyusui yang tidak hanya berorientasi pada pengetahuan, tetapi juga pada pengembangan keterampilan dan kepercayaan diri ibu (WHO, 2018).

Penggunaan Pijat Oketani sebagai materi edukasi juga didukung oleh penelitian terdahulu. Systematic literature review yang dilakukan oleh Amalina et al. (2023) terhadap sembilan penelitian menunjukkan bahwa Pijat Oketani berpotensi meningkatkan kuantitas dan kualitas produksi ASI. Efektivitas tersebut dalam penelitian terdahulu dinilai melalui beberapa indikator, antara lain produksi ASI, berat badan bayi, kadar prolaktin dan oksitosin, serta instrumen penilaian menyusui (Amalina et al., 2023). Temuan tersebut memberikan dasar bahwa Pijat Oketani dapat diperkenalkan sebagai salah satu pendekatan komplementer dalam mendukung proses laktasi, dengan tetap menempatkannya sebagai bagian dari dukungan

menyusui yang lebih luas.

Penelitian Mahdizadeh-Shahri et al. (2021) juga menunjukkan relevansi Pijat Oketani dengan aspek keberhasilan menyusui, kebutuhan dukungan ibu, dan *breastfeeding self-efficacy*. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pembahasan Pijat Oketani tidak hanya berkaitan dengan aspek produksi ASI, tetapi juga dapat dikaitkan dengan pengalaman dan keyakinan ibu dalam menjalani proses menyusui. Hal ini memperkuat alasan bahwa edukasi mengenai Pijat Oketani perlu ditempatkan dalam konteks pemberdayaan ibu, bukan sekadar penyampaian informasi mengenai suatu teknik.

Dalam kegiatan ini, pemberian *leaflet* menjadi bagian dari strategi untuk mempertahankan akses peserta terhadap informasi setelah kegiatan selesai. Media tersebut memungkinkan peserta membaca kembali materi mengenai Pijat Oketani secara mandiri. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip edukasi kesehatan yang menempatkan media sebagai sarana pendukung dalam penyampaian informasi dan penguatan proses belajar (Notoatmodjo, 2018). Dengan demikian, kegiatan tidak berhenti pada interaksi tatap muka, tetapi memberikan sumber informasi yang dapat digunakan kembali oleh peserta.

Secara keseluruhan, pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa edukasi yang dikombinasikan dengan demonstrasi, diskusi, dan media edukasi merupakan pendekatan yang sesuai untuk memperkenalkan Pijat Oketani kepada ibu menyusui. Namun, hasil kegiatan juga menunjukkan bahwa proses pemberdayaan pada tahap ini terutama terlihat pada ranah pemahaman, belum pada peningkatan keterampilan yang dapat diukur secara objektif. Oleh karena itu, demonstrasi dalam kegiatan ini lebih tepat dipandang sebagai tahap awal untuk menjembatani pemahaman konseptual dengan pengenalan keterampilan praktis. Penguatan selanjutnya dapat dilakukan melalui demonstrasi berulang dan praktik terbimbing dengan menggunakan lembar observasi keterampilan.

Pemahaman Peserta terhadap Materi ASI dan Dukungan Menyusui

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pemahaman peserta terhadap materi dasar mengenai ASI berada pada tingkat yang baik. Seluruh peserta (100%) mampu menjawab dengan benar pertanyaan mengenai pengertian ASI, pentingnya ASI bagi bayi, manfaat ASI bagi ibu menyusui, serta pentingnya dukungan keluarga dan tenaga kesehatan dalam keberhasilan menyusui. Sementara itu, pada materi mengenai dampak kekurangan ASI bagi bayi, sebanyak 25 peserta (83,3%) memberikan jawaban yang benar. Temuan tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar peserta dapat memahami informasi utama yang diberikan selama kegiatan edukasi.

Tingginya persentase jawaban benar pada materi dasar ASI dapat dipahami karena informasi mengenai manfaat dan pentingnya ASI merupakan bagian penting dalam edukasi kesehatan ibu dan anak. ASI memiliki kandungan zat gizi dan komponen bioaktif yang mendukung pertumbuhan, perkembangan, serta perlindungan bayi terhadap berbagai penyakit. Selain memberikan manfaat bagi bayi, proses menyusui juga memberikan manfaat bagi ibu, antara lain melalui stimulasi hormon oksitosin yang berperan dalam proses involusi uterus setelah persalinan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021; Utami, 2023; Sari & Handayani, 2022).

Hasil tersebut sejalan dengan konsep promosi kesehatan yang menempatkan pengetahuan sebagai salah satu dasar dalam pembentukan perilaku kesehatan. Pengetahuan diperoleh melalui proses penginderaan, pengalaman, pembelajaran, dan penerimaan informasi, sehingga pemberian edukasi dapat membantu individu memahami suatu kondisi, mempertimbangkan manfaat dan risiko, serta menentukan tindakan yang berkaitan dengan kesehatan (Notoatmodjo, 2018). Dalam konteks kegiatan ini, penyampaian materi mengenai ASI dan proses menyusui menjadi bagian awal untuk membangun pemahaman peserta sebelum diperkenalkan pada materi yang lebih spesifik mengenai Pijat Oketani.

Aspek dukungan keluarga dan tenaga kesehatan juga memperoleh jawaban benar dari seluruh peserta. Temuan ini penting karena keberhasilan menyusui tidak hanya berkaitan dengan kemampuan ibu secara individual, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan yang diperoleh selama proses menyusui. Keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, dukungan keluarga, dukungan tenaga Kesehatan, serta kemampuan ibu dalam menghadapi permasalahan laktasi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Dengan demikian, materi edukasi yang memasukkan unsur dukungan dari lingkungan sekitar menjadi relevan karena ibu menyusui tidak menjalankan proses laktasi secara terpisah dari keluarga dan sistem pelayanan kesehatan.

Tingginya pemahaman peserta terhadap materi dasar juga dapat dikaitkan dengan metode penyampaian yang digunakan selama kegiatan. Edukasi dilakukan melalui penyampaian materi yang dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab, sehingga peserta memperoleh kesempatan untuk mengklarifikasi informasi yang belum dipahami. Menurut Notoatmodjo (2018), keberhasilan edukasi kesehatan dipengaruhi oleh karakteristik sasaran, kesesuaian materi, metode penyampaian, media, serta kemampuan komunikator. Materi juga perlu disampaikan menggunakan bahasa yang sistematis dan mudah dipahami agar dapat diterima oleh sasaran.

Namun demikian, persentase jawaban benar pada pertanyaan mengenai dampak kekurangan ASI masih berada di bawah indikator lainnya, yaitu 83,3%. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tidak semua aspek materi dasar dapat dipahami secara merata oleh seluruh peserta. Perbedaan tersebut dapat menjadi bahan evaluasi bagi kegiatan edukasi berikutnya, terutama dalam menyampaikan materi yang berkaitan dengan konsekuensi atau dampak suatu kondisi kesehatan. Penyampaian informasi dapat diperkuat dengan contoh yang lebih kontekstual, ilustrasi, serta kesempatan diskusi sehingga peserta tidak hanya mengingat informasi, tetapi juga memahami hubungan antara kondisi, penyebab, dan dampaknya.

Secara keseluruhan, temuan pada materi ASI menunjukkan bahwa kegiatan edukasi berhasil memberikan gambaran pemahaman yang baik pada sebagian besar peserta setelah kegiatan. Akan tetapi, karena evaluasi hanya dilakukan menggunakan *Post-test*, hasil tersebut tidak dapat diinterpretasikan sebagai peningkatan pengetahuan dibandingkan kondisi sebelum edukasi. Temuan ini lebih tepat dipahami sebagai gambaran tingkat pemahaman peserta setelah memperoleh materi. Dengan demikian, hasil kegiatan mendukung pentingnya edukasi kesehatan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam memperkuat pemahaman ibu menyusui mengenai ASI dan dukungan yang diperlukan selama proses laktasi.

Pemahaman Peserta terhadap Pijat Oketani

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pemahaman peserta terhadap aspek konseptual Pijat Oketani tergolong baik. Sebanyak 28 peserta (93,3%) mampu menjawab dengan benar mengenai pengertian Pijat Oketani, sedangkan seluruh peserta (100%) menjawab benar pada pertanyaan mengenai manfaat dan tujuan utama setiap langkah Pijat Oketani. Temuan tersebut menunjukkan bahwa informasi yang bersifat konseptual relatif lebih mudah diterima oleh peserta setelah memperoleh edukasi dan demonstrasi.

Pemahaman mengenai pengertian dan manfaat Pijat Oketani merupakan bagian penting dalam proses edukasi karena pengetahuan mengenai suatu tindakan kesehatan dapat menjadi dasar bagi individu dalam memahami tujuan dan mempertimbangkan penerapannya. Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan dan pembelajaran yang menjadi salah satu dasar dalam pembentukan perilaku kesehatan. Dalam konteks kegiatan ini, pemberian informasi mengenai pengertian, manfaat, dan tujuan Pijat Oketani menjadi tahap awal untuk membangun pemahaman peserta sebelum mengarah pada aspek penerapan teknik. Konsep tersebut juga sejalan dengan tinjauan teori dalam laporan yang menempatkan edukasi kesehatan sebagai proses pembelajaran yang tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga diarahkan untuk membentuk kemampuan dan perilaku kesehatan yang tepat.

Tingginya pemahaman terhadap manfaat Pijat Oketani juga dapat dipahami karena materi tersebut memiliki hubungan langsung dengan tujuan yang ingin dicapai melalui kegiatan, yaitu mendukung proses menyusui dan produksi ASI. Pijat Oketani telah banyak dikaji sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis dalam mendukung proses laktasi. Systematic literature review oleh Amalina et al. (2023) menunjukkan bahwa Pijat Oketani berpotensi memberikan manfaat terhadap kuantitas dan kualitas produksi ASI. Kajian tersebut mencakup sembilan penelitian dengan indikator yang beragam, antara lain produksi ASI, berat badan bayi, kadar prolaktin dan oksitosin, serta penilaian proses menyusui. Referensi tersebut juga menjadi salah satu dasar teoritik dalam laporan kegiatan.

Hasil penelitian terdahulu lainnya juga mendukung penggunaan Pijat Oketani sebagai bagian dari upaya mendukung laktasi. Anggraini et al. (2022) melaporkan efektivitas Pijat Oketani dan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi ASI. Penelitian Dehghani et al. (2018) juga mengkaji Pijat Oketani terhadap peningkatan berat badan neonatus, sedangkan Cho et al. (2012) meneliti pengaruh Pijat Oketani terhadap nyeri payudara, pH ASI, dan kecepatan menyusui neonatus. Temuan dari berbagai penelitian tersebut memberikan dasar bahwa Pijat Oketani memiliki relevansi sebagai materi edukasi bagi ibu menyusui, meskipun hasil kegiatan PkM ini sendiri tidak mengukur perubahan produksi ASI maupun luaran klinis lainnya.

Hal yang menarik terlihat pada pertanyaan mengenai jumlah langkah Pijat Oketani. Hanya 12 peserta (40,0%) yang memberikan jawaban benar, sedangkan 18 peserta (60,0%) memilih jawaban lainnya. Perbedaan antara tingginya pemahaman konseptual dan rendahnya pemahaman terhadap rincian tahapan menunjukkan bahwa peserta lebih mudah menangkap informasi mengenai *apa itu Pijat Oketani, manfaatnya, dan tujuannya* dibandingkan informasi mengenai *rincian proseduralnya*. Temuan ini menjadi penting karena Pijat Oketani merupakan teknik yang memiliki urutan dan tahapan tertentu, sehingga penguasaan konsep belum secara otomatis menunjukkan penguasaan prosedur.

Kondisi tersebut sejalan dengan prinsip pemilihan metode edukasi berdasarkan tujuan pembelajaran. Dalam edukasi Kesehatan, penyampaian informasi terutama mendukung peningkatan pengetahuan, sedangkan demonstrasi dan praktik lebih sesuai tujuan pembelajaran yang menekankan keterampilan. Demonstrasi memungkinkan peserta mengamati secara langsung urutan, gerakan, dan tahapan suatu tindakan sehingga memberikan gambaran yang lebih konkret dibandingkan penjelasan verbal atau media tertulis (Notoatmodjo, 2018).

Dengan demikian, rendahnya jawaban benar pada aspek jumlah langkah dapat menjadi indikasi bahwa informasi teknis memerlukan penguatan pembelajaran yang lebih berulang dan aplikatif. Demonstrasi yang diberikan dalam kegiatan ini sudah memberikan pengalaman

visual kepada peserta, tetapi karena evaluasi dilakukan melalui *Post-test* pengetahuan, belum dapat diketahui apakah peserta benar-benar mampu mengingat seluruh urutan sekaligus melakukan setiap langkah dengan tepat. Oleh karena itu, temuan 40% tersebut tidak tepat ditafsirkan sebagai rendahnya keterampilan peserta, melainkan sebagai belum optimalnya pemahaman terhadap salah satu rincian teknis yang dievaluasi.

Temuan ini juga memiliki relevansi dengan penelitian sebelumnya yang menjadi dasar pengembangan kegiatan PkM. Penelitian Triswanti et al. (2026) mengenai gambaran pengetahuan ibu menyusui tentang Pijat Oketani menunjukkan bahwa pengetahuan umum peserta berada pada kategori baik, tetapi masih terdapat kebutuhan penguatan pada aspek teknis, khususnya informasi mengenai jumlah langkah Pijat Oketani. Hasil tersebut menjadi salah satu dasar pengembangan kegiatan edukasi dan demonstrasi pada masyarakat. Dengan demikian, temuan pada kegiatan PkM ini memperlihatkan bahwa aspek teknis tersebut masih perlu mendapat perhatian dalam proses edukasi lanjutan.

Dari perspektif pemberdayaan, temuan tersebut menunjukkan bahwa pemberian informasi mengenai Pijat Oketani perlu diarahkan secara bertahap dari pemahaman konseptual menuju penguasaan prosedural. Peserta perlu mengetahui terlebih dahulu pengertian, manfaat, dan tujuan teknik, kemudian memperoleh kesempatan untuk mengamati, mengulang, dan mempraktikkan tahapan secara terbimbing. Pendekatan tersebut akan lebih sesuai apabila tujuan kegiatan berikutnya diarahkan tidak hanya pada pemahaman, tetapi juga pada keterampilan ibu dalam menerapkan teknik Pijat Oketani.

Dengan demikian, hasil kegiatan memperlihatkan bahwa edukasi telah memberikan pemahaman yang baik mengenai konsep dasar Pijat Oketani, tetapi masih terdapat aspek teknis yang membutuhkan penguatan. Temuan ini sekaligus menunjukkan pentingnya kesinambungan antara edukasi, demonstrasi, dan praktik terbimbing dalam kegiatan pemberdayaan ibu menyusui. Namun, karena kegiatan ini belum menggunakan lembar observasi keterampilan, efektivitas demonstrasi dalam meningkatkan kemampuan praktik belum dapat dinilai secara objektif. Untuk kegiatan selanjutnya, evaluasi dapat dilengkapi dengan *pre-test* dan *Post-test* serta lembar observasi keterampilan.

5. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat melalui edukasi dan demonstrasi Pijat Oketani pada ibu menyusui di Posyandu Mawar A, Kota Bogor, menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang dipadukan dengan diskusi, demonstrasi, dan media leaflet dapat menjadi sarana untuk memperkuat pemahaman peserta mengenai ASI dan Pijat Oketani. Hasil

Post-test terhadap 30 peserta menunjukkan bahwa pemahaman pada materi dasar ASI dan aspek konseptual Pijat Oketani berada pada tingkat yang baik. Sebagian besar peserta mampu menjawab dengan benar pertanyaan mengenai pengertian, manfaat, dan tujuan Pijat Oketani. Namun, pemahaman terhadap rincian teknis jumlah langkah Pijat Oketani masih memerlukan penguatan, dengan jawaban benar sebesar 40%.

Secara teoritis, temuan tersebut menunjukkan bahwa proses pemberdayaan ibu menyusui tidak cukup hanya berorientasi pada penyampaian informasi, tetapi perlu menghubungkan pemahaman konseptual dengan pengalaman belajar yang bersifat praktis. Edukasi dapat menjadi tahap awal dalam membangun pemahaman, sedangkan demonstrasi dan praktik terbimbing diperlukan ketika tujuan pembelajaran diarahkan pada penguasaan keterampilan. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan refleksi bahwa pemberdayaan ibu menyusui perlu dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan, dari pemberian informasi menuju kemampuan menerapkan pengetahuan dalam praktik.

Sebagai rekomendasi, kegiatan edukasi Pijat Oketani selanjutnya perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan memperkuat demonstrasi, memberikan kesempatan praktik terbimbing, dan menyediakan media edukasi yang dapat digunakan secara mandiri oleh peserta. Evaluasi juga disarankan tidak hanya menggunakan *Post-test*, tetapi dilengkapi dengan *pre-test* dan lembar observasi keterampilan, sehingga perubahan pemahaman dan penguasaan teknik dapat dinilai secara lebih objektif. Pendampingan lanjutan dengan melibatkan kader dan tenaga kesehatan juga dapat dipertimbangkan untuk membantu mempertahankan keberlanjutan edukasi di lingkungan masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat menyampaikan terima kasih kepada STIKes Bogor Husada, khususnya Program Studi D3 Kebidanan, yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak Posyandu Mawar A, Kelurahan Cibadak, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor, yang telah memberikan kesempatan, dukungan, dan fasilitasi selama pelaksanaan kegiatan. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh ibu menyusui peserta kegiatan yang telah berpartisipasi secara aktif dalam rangkaian edukasi, diskusi, demonstrasi, dan evaluasi. Dukungan dan partisipasi berbagai pihak tersebut turut mendukung terlaksananya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Amalina, R. N., Latifah, L., & Anggraeni, M. D. (2023). Efektivitas pijat Oketani terhadap produksi ASI: Systematic literature review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 5(2), 18–32. <https://doi.org/10.32584/jikm.v5i2.1805>
- Anggraini, F., Erika, & Dilaruri, A. (2022). Efektifitas pijat Oketani dan pijat oksitosin dalam meningkatkan produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 93–104. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.24144>
- Cho, J., Ahn, H. Y., Ahn, S., Lee, M. S., & Hur, M. H. (2012). Effects of Oketani breast massage on breast pain, the breast milk pH of mothers, and the sucking speed of neonates. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 18(2), 149–158. <https://doi.org/10.4069/kjwhn.2012.18.2.149>
- Dehghani, M., Babazadeh, R., Khadivzadeh, T., Pourhoseini, A. S., & Esmaeili, H. (2018). Effect of breast Oketani-massage on neonatal weight gain: A randomized controlled clinical trial. *Evidence Based Care Journal*, 8(3), 57–63. <https://doi.org/10.22038/EBCJ.2018.32347.1817>
- Dinas Kesehatan Kota Bogor. (2023). *Profil kesehatan Kota Bogor tahun 2023*. Dinas Kesehatan Kota Bogor.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2023). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Farida, L. N., & Ismiakriatin, P. (2022). Pijat Oketani untuk meningkatkan produksi Air Susu Ibu pada ibu post partum: Literature review. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 3(2). <https://doi.org/10.22437/jini.v3i2.21368>
- Felia, E. A., Yuliana, D., & Lestari, Y. (2024). Pijat Oketani terhadap kelancaran produksi ASI postpartum. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 5(2), 264–271. <https://doi.org/10.36590/kepo.v5i2.1164>
- Indrayani, T., Choirunnisa, R., & Lumprom, O. (2023). Effectiveness of combining Oketani and oxytocin massage on the breastmilk production. *Indonesian Journal of Nursing Practices*, 6(2). <https://doi.org/10.18196/ijnpp.v6i2.17213>
- Junita, N., Susaldi, Fauziah, N., Sulistyowati, P. D., Nurlatu, S. H. M., & Nafs, T. (2022). Pijat Oketani mempengaruhi produksi ASI pada ibu postpartum. *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(3). <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i3.16>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman gizi seimbang ibu hamil dan menyusui*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mahdizadeh-Shahri, M., Nourian, M., & Varzeshnejad, M. (2021). The effect of Oketani breast massage on successful breastfeeding, mothers' need for breastfeeding support, and breastfeeding self-efficacy: An experimental study. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 14(3), 4–14.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.

- Safitri, L., Rahmawati, N., & Indriati, M. (2021). Gambaran pengetahuan ibu tentang pijat Oketani dalam meningkatkan produksi ASI di PMB Bidan C Kota Bandung. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 11(2), 50–58. <https://doi.org/10.37776/zkeb.v11i2.754>
- Tasnim, S., Roy, S. K., Jahan, K., Nazmeen, S., Debnath, S. C., & Islam, A. B. M. M. (2019). Difficulties in breastfeeding: Easy solution by Oketani breast massage. *Bangladesh Medical Research Council Bulletin*, 45(3), 149–154.
- Triswanti, T., Asyafari, S. A., & Diwansyah, A. (2026). Gambaran pengetahuan ibu menyusui tentang pijat Oketani dalam mendukung produksi ASI. *Quality: Journal of ...*, volume(issue), halaman. <https://doi.org/10.59613/0vs66e51>
- Triswanti, T., Tungka, S., Abdullah Alfat, H. N., Dwi Ikawati, L., Nabih, N., & Destiani, R. (2026). Application of Oketani massage as a complementary therapy to support exclusive breastfeeding among postpartum mothers at a community health post in Bogor, Indonesia. *Sustainable Applied Modification Evidence Community*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.69855/samec.v3i1.445>
- World Health Organization. (2009). *Infant and young child feeding: Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *Infant and young child feeding*. World Health Organization.
- Yuliati, N. D., Rahayu, S., Pramono, N., & Mulyantoro, D. K. (2017). The impact of combination of rolling and Oketani massage on prolactin level and breast milk production in post-caesarean section mothers. *Belitung Nursing Journal*, 3(4), 329–336.