

# Efektivitas effleurage massage terhadap pencegahan postpartum depression pada ibu nifas di pmb Elizabeth Banyuanyar Surakarta

Erlyn Hapsari<sup>1\*</sup>, Ani Rumiati<sup>2</sup>, Hutari Puji Astuti<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Kusuma Husada Surakarta, Indonesia.

<sup>2</sup> Universitas Kusuma Husada Surakarta, Indonesia.

<sup>3</sup> Universitas Kusuma Husada Surakarta, Indonesia.

## INFORMASI ARTIKEL:

### Riwayat Artikel:

Tanggal diterima: 12-Agustus-2020

Tanggal direvisi: 12-November-2020

Tanggal dipublikasi: 31-Desember-2020

Kata kunci:

*Effleurage massage,*  
*Depresi postpartum,*  
*Ibu nifas*

 [10.32536/jrki.v4i2.132](https://doi.org/10.32536/jrki.v4i2.132)

Key word :

*Effleurage massage,*  
*postpartum depression,*  
*postpartum mothers*



## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Depresi postpartum di Indonesia berkisar 11-30%, yang berdampak tidak baik pada kesehatan ibu, anak dan keluarga karena menyebabkan penurunan kemampuan dalam mengasuh anak, ketertarikan pada bayinya kurang, tidak berespon baik/positif terhadap bayinya dan ibu menjadi malas menyusui sehingga akan mempengaruhi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan bayi. **Tujuan penelitian** ini untuk mengetahui efektivitas *effleurage massage* terhadap pencegahan *postpartum depression* pada ibu nifas di PMB Elisabeth Banyuanyar Surakarta. **Metode penelitian** ini menggunakan quasi eksperimen dengan desain *one group pre-test and post-test*. Subjek penelitian adalah ibu yang menjalani terapi *effleurage massage* di PMB Elisabeth Banyuanyar Surakarta. Sampel diambil dengan teknik purposive. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, dan kuesioner. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif, dan inferensial dengan uji Wilcoxon. **Hasil:** (1) Tingkat depresi ibu postpartum sebelum menjalani *effleurage massage* yaitu : ada 40% dengan kategori tidak depresi, 20% mungkin depresi, dan 40% mengalami depresi. (2) Tingkat depresi ibu postpartum setelah menjalani *effleurage massage* berkurang yaitu ada 60% responden sudah tidak mengalami depresi, 40% responden mungkin depresi dan tidak ada yang mengalami depresi. **Simpulan:** Ada perbedaan yang signifikan antara tingkat depresi sebelum dan setelah ibu postpartum menjalani *effleurage massage* dengan nilai probabilitas ( $p$ ) **0,034 < 0,05**.

**Background:** Postpartum depression in Indonesia ranges from 11-30%, which has an adverse impact on the health of mothers, children and families because it causes a decrease in the ability to care for children, less interest in their babies, does not respond well / positively to their babies and mothers become lazy to breastfeed so that will affect the health, growth and development of the baby. The purpose of this study was to determine the effectiveness of *effleurage massage* on the prevention of postpartum depression in postpartum mothers at PMB Elisabeth Banyuanyar Surakarta. **Methods:** This research method used a quasi-experimental design with one group pre-test and post-test. The research subjects were mothers undergoing *effleurage massage* therapy at PMB Elisabeth Banyuanyar Surakarta. Samples were taken by purposive technique. Data collection techniques using observation and questionnaires. The data analysis technique used descriptive and inferential analysis with the Wilcoxon tests. **Results:** (1) The level of depression of postpartum mothers before undergoing *effleurage massage*, namely: there were 40% in the non-depressed category, 20% might be depressed, and 40% experienced depression. (2) The level of depression of postpartum mothers after undergoing mass *effleurage* is reduced, that is, 60% of respondents are not depressed, 40% of respondents may be depressed and none of them have depression. **Conclusion:** There is a significant difference between the level of depression before and after postpartum mothers undergoing mass *effleurage* with a probability value ( $p$ ) **0.034 < 0.05**.

## Pendahuluan

Masa nifas merupakan masa kritis bagi seorang wanita sehingga memerlukan adanya pendampingan dari tenaga Kesehatan untuk memberikan asuhan kebidanan yang komprehensif. Dalam masa nifas bisa terjadi perubahan psikologis yang dapat mengganggu kesehatan jiwa ibu. Ibu akan mengalami proses adaptasi psikologis, yaitu suatu proses penerimaan peran baru sebagai orangtua oleh seorang wanita. Apabila fase ini tidak dapat dilewati dengan baik, maka seorang ibu dapat mengalami gangguan depresi postpartum (Bahiyatun, 2008).

Angka insiden depresi postpartum adalah 1 sampai 2 per 1000 kelahiran. Sekitar 50 sampai 60% perempuan yang mengalami depresi postpartum saat mereka memilikianakpertama, dan sekitar 50% perempuan yang mengalami postpartum mempunyai riwayat keluarga gangguan mood. Data dari penelitian menunjukkan kejadian depresi *postpartum* di dunia terjadi pada 10-15% wanita setelah melahirkan. Sementara di Indonesia adalah 11-30%.

Depresi postpartum berdampak tidak baik pada kesehatan ibu, anak dan keluarga. Pada ibu dapat menjadi penurunan kemampuan dalam mengasuh anak, ketertarikan pada bayinya kurang, tidak berespon baik/positif terhadap bayinya dan ibu menjadi malas menyusui. Sehingga akan mempengaruhi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan bayi (Fitelson, dkk., 2011).

Upaya penanganan depresi postpartum pada ibu meliputi pengobatan, terapi psikologi, psikososial dan penanganan tanpa obat seperti dengan latihan, akupunktur dan *massage* terapi (Fitelson, dkk., 2011). Hasil penelitian lain menjelaskan salah satu upaya untuk menurunkan tingkat kelelahan dan mengurangi depresi tanpa obat adalah *massage effelurage* (Field, 2004). Efek lain dari terapi pijat adalah

berkurangnya tingkat stress terbukti dengan berkurangnya hormone stress (kortisol, adrenalin dan nonadrenalin), membuat tidur lebih lelap (Rosalina, 2007). Masase dalam hal ini merupakan manipulasi dari struktur jaringan lunak yang dapat menenangkan serta mengurangi stress psikologis dengan meningkatkan hormone *morphin endogen* seperti *endorphin*, *enkefalin* dan *dinorfin* sekaligus menurunkan kadar *stress hormon* seperti hormon *cortisol*, *norepinephrine* dan *dopamine* (Nurgwiati, 2015).

Tujuan Khusus penelitian ini adalah : (1) Mengetahui kejadian *depression Postpartum* sebelum dilakukan *effelurage massage* pada ibu nifas, (2) Mengetahui kejadian *depression Postpartum* setelah dilakukan *effelurage massage* pada ibu nifas, (3) Menganalisa efektivitas *effelurage massage* terhadap pencegahan *depression postpartum* pada ibu nifas

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan Rancangan *quasi eksperimen* dengan desain *one group pre-test and post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas yang ada di wilayah kerja PMB Elisabeth Banyuwangi Surakarta. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *non probability sampling* dengan *consecutive sampling*. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2020 sampai Juli 2020. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan kuesioner EPDS yang dilakukan sebelum intervensi dan sesudah intervensi.

Pemberian intervensi *effelurage massage* pada ibu nifas dilakukan  $\pm$  30 menit selama 2 kali sepekan. Intervensi dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan (nifas hari ke-7, ke-14 dan ke-21). Tingkat Depresi Post partum diukur dengan menjawab kuesioner EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*). Analisis data menggunakan uji Wilcoxon karena data tidak terdistribusi normal.

\* Korespondensi penulis.

Alamat E-mail: [anonim@mail.com](mailto:anonim@mail.com)

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan penelitian diperoleh data tentang karakteristik berdasarkan umur, Pendidikan dan pekerjaan responden.

**Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan dan pekerjaan (N=10)**

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur		
< 20 thn	1	10
20-35 thn	9	90
Total	10	100
Pendidikan		
SMA/SMK	5	50
S1	5	50
Total	10	100
Pekerjaan		
IRT	5	50
Swasta	3	30
Guru/PNS	2	20
Total	10	100

Sumber: Data Primer

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur Sebagian besar berumur 20-35 tahun (90%). Sedangkan tingkat Pendidikan 50% berpendidikan SMA/SMK dan 50% berpendidikan Sarjana. Sebagian besar responden adalah Ibu RUmah Tangga (50%), sebanyak 30% responden mempunyai pekerjaan swasta dan 20% sebagai Guru/PNS.

Berdasarkan penelitian diperoleh data tentang variabel tingkat depresi ibu postpartum yang menjalani *effleurage massage* seperti pada tabel 2.

**Tabel 2. Frekuensi dan Persentase tingkat depresi pre effleurage(N=10)**

Tingkat Depresi	Sebelum <i>effleurage massage</i>		Sesudah <i>effleurage massage</i>	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Tidak	4	40	6	60
Mungkin depresi	2	20	4	40
Depresi	4	40	0	0
Total	10	100	10	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat depresi responden sebelum melaksanakan *effleurage massage* pada ibu *postpartum* yang termasuk kategori tidak ada sebanyak 4 responden (40%), dan yang termasuk kategori agak depresi sebanyak

2 responden (20%), dan ada 4 responden (40%) yang termasuk kategori depresi.

Tabel 2 juga memperlihatkan bahwa tingkat depresi ibu *postpartum* setelah menjalankan *effleurage massage* yang termasuk kategori tidak ada depresi sebanyak 6 responden (60%), dan yang termasuk kategori mungkin depresi ada sebanyak 4 responden (40%).

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan uji prasarat analisis (asumsi) yaitu uji normalitas dan homogenitas varian data. Hasil uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro-wilk* disajikan pada Tabel 3.

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data Pre-effleurage**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-Eff	.256	10	.063	.769	10	.006

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 3 memperlihatkan hasil uji *shapiro wilk* menunjukkan nilai signifikan (*p value*) adalah  $0,006 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa tingkat depresi *pre-effleurage* tidak terdistribusi normal.

**Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data Post-effleurage**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pos-Eff	.381	10	.000	.640	10	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 4 memperlihatkan hasil uji *shapiro wilk* menunjukkan nilai signifikan (*p value*) adalah  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa tingkat depresi *post-effleurage* tidak terdistribusi normal.

Tabel 5. Uji Wilcoxon Tingkat Depresi

	Pos-Eff - Pre-Eff
Z	-2.121 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.034

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Tabel 5 memperlihatkan hasil uji *Wilcoxon* terhadap tingkat depresi ibu *postpartum* yang menjalani *effleurage massage* menunjukkan nilai probabilitas  $0,034 < 0,05$  yang artinya hipotesis nol ditolak atau hipotesis penelitian diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari tingkat depresi ibu *postpartum* setelah menjalani *effleurage massage*.

## Pembahasan

Berdasarkan instrumen penelitian, karakteristik responden menurut umur dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu umur kurang dari 20 tahun, dan umur 20-35 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada karakteristik responden berdasarkan umur yaitu rentang usia responden paling banyak dalam penelitian ini berada pada rentang usia 20-35 tahun (90%) dari jumlah keseluruhan responden.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa secara fisiologis dengan bertambahnya umur maka kemampuan organ-organ tubuh akan mengalami penurunan secara alamiah (Budiyono, 2007), termasuk dalam hal ini adalah kemampuan reproduksi dan pemberian ASI Eksklusif. Oleh karena itu umur 20-35 tahun sebagai umur yang produktif yang sangat disarankan untuk kelahiran dan pengasuhan anak.

Disamping itu pada usia lebih dewasa cenderung lebih berhati-hati dalam tindakan kesehatan mereka karena kelompok usia dewasa yang lebih tua menganggap diri mereka lebih rentan terhadap penyakit daripada usia dewasa yang lebih muda (Yuliwati, 2012).

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan dalam penelitian ini adalah SMA/K yaitu 5 responden (50%), dan sebanyak 5 responden (50%) dari jumlah keseluruhan responden. Berdasarkan hasil penelitian ini maka

tingkat pendidikan responden termasuk dalam kategori sedang karena sebagian besar responden mempunyai pendidikan terakhir setingkat SMA-S1.

Menurut Mangkunegara (2013) tingkat pendidikan adalah suatu proses jangka panjang yang menggunakan prosedur sistematis dan terorganisir, yang mana seseorang mempelajari pengetahuan konseptual dan teoritis untuk tujuan-tujuan umum. Mangkunegara (2013) yang menyatakan bahwa individu yang lebih tinggi pendidikannya akan lebih mampu berpikir luas dan memiliki inisiatif serta kreatif sehingga dapat menemukan upaya-upaya yang lebih efisien dalam pekerjaan.

Pendidikan merupakan proses belajar mengajar sehingga terbentuk seperangkat tingkah laku, kegiatan atau aktivitas. Dengan belajar baik secara formal maupun non formal manusia akan memiliki pengetahuan. Pengetahuan yang diperoleh menyebabkan klien mengetahui manfaat dari saran atau nasihat perawat sehingga akan termotivasi untuk patuh menjalani pengobatan (Novian, 2013).

Karakteristik responden berdasarkan jenis pekerjaan dalam penelitian ini yang terbanyak adalah ibu rumah tangga sebanyak 5 orang responden (50%) dari jumlah keseluruhan responden. Semakin tinggi tingkat pekerjaan/jabatan seseorang maka penghasilan yang diperoleh menjadi semakin besar yang memungkinkan seseorang untuk melakukan pemeriksaan kesehatan, memperoleh fasilitas dan sarana kesehatan misalnya Puskesmas, obat-obatan, alat kontrasepsi, dan sebagainya (Green dalam Notoatmodjo, 2010).

Berdasarkan hasil analisis data dengan uji Wilcoxon didapatkan hasil nilai  $p$   $0,034 < 0,05$ , bahwa terdapat perbedaan rata-rata tingkat depresi sebelum dan setelah pelaksanaan *effleurage massage* ibu *postpartum*.

Depresi *postpartum* merupakan suatu keadaan dimana ibu mengalami perasaan sedih yang diakibatkan oleh berbagai peristiwa kehidupan yang bersifat stressor, seperti masalah perkawinan, keuangan, pekerjaan, maupun dalam hal perawatan bayi (Ambarwati, 2009). Menurut

Fitelson, et al (2011), upaya penanganan depresi *postpartum* bisa dilakukan dengan terapi *Effleurage* menurut. Terapi *Effleurage* (menggosok) adalah bentuk *massage* dengan menggunakan telapak tangan yang memberi tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Reeder, 2011). Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan psikologis ibu nifas (Kusumastuti et al, 2019).

Hasil analisa *univariate* didapatkan bahwa sebelum dan sesudah dilakukan *massage* terapi *effleurage* terjadi perbedaan yaitu pada kelompok eksperimen yang dilakukan *massage*. Sebelum dilakukan *massage effleurage* dari 10 responden terdapat 4 responden (40%) yang mengalami depresi, kemudian setelah diberikan *effleurage massage* pada saat *posttes* sudah tidak ada responden (0%) yang mengalami depresi.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Murwati dan Henik Istiqomah (2015), yang diperoleh nilai *significancy* 0,001, hal ini berarti "Ada perbedaan skor depresi *postpartum* yang bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan *massage therapy*".

Hasil penelitian ini dengan analisis *bivariate* menggunakan uji Wilcoxon diperoleh hasil pada ibu nifas dengan *massage* terapi *effleurage* nilai *p-value* 0,034 dengan taraf signifikansi  $p < 0,05$ . Dapat disimpulkan bahwa *massage* terapi dengan teknik *effleurage* pada ibu nifas efektif untuk pencegahan depresi *postpartum* pada ibu nifas. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Kusumastuti et al (2019) yang menemukan bahwa bahwa *massage* terapi dengan teknik *effleurage* pada ibu nifas mempunyai efektivitas 2x lebih tinggi untuk pencegahan depresi *postpartum* pada ibu nifas yang dibuktikan dari *paired t-test* didapatkan hasil bahwa pada ibu nifas dengan *massage* terapi *effleurage* nilai diperoleh *p-value* 0,000 dengan taraf signifikansi  $p < 0,005$  sedangkan nilai *t*-hitung 2,67.

Teknik *effleurage* pada *massage* adalah melakukan pijatan pada otot tulang belakang maka terjadi rangsangan pada sumsum tulang belakang

yang berfungsi sebagai penghubung saraf antara otak dan sistem saraf tepi (Anderson & Maes, 2013). Semua komunikasi naik dan turun sumsum tulang belakang terletak pada tabung (saluran) naik yang mentransmisikan sinyal dari input aferen ke otak. Substrat lambung yang terletak di tengah sumsum tulang belakang berisi hubungan interkoneksi antara masukan aferen dan keluaran eferen dan badan sel neuron eferen (Botulinum & Study, 2014). Serabut *aferen* dan serat *eferen*, masing-masing membawa sinyal ke dan dari sumsum tulang belakang, berkumpul menjadi saraf tulang belakang. Saraf ini melekat pada sumsum tulang belakang secara berpasangan di sepanjang korda. Sehingga akan menurunkan kadar hormon kortisol dan meningkatkan relaksasi pada ibu (Sarli & Agus, 2014).

Berdasarkan teori dan penelitian, dengan pemijatan *effleurage* pada ibu nifas yang dilakukan selama 2 kali seminggu memberikan kenyamanan dan relaksasi pada ibu sehingga menurunkan kadar hormon kortisol. Sehingga ibu yang mengalami *baby blues* dengan intervensi *massage effleurage* mengalami perubahan yang sangat signifikan yaitu penurunan skor *baby blues* yang dialami ibu (Sarli & Sari, 2018). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Sarli & Sari (2018) yang menyimpulkan bahwa penurunan kejadian *baby blues* setelah dilakukan *effleurage* pijat yaitu dari 46,7% menjadi 20%. Teknik *effleurage massage* berpengaruh terhadap kejadian *Baby Blues* yang dibuktikan dengan uji *T-Dependent* diperoleh *p-value*  $< 0,05$ .

## Simpulan

Simpulan dalam penelitian ini bahwa terdapat perbedaan rata-rata kejadian depresi *postpartum* sebelum dan sesudah pemberian *Effleurage massage*.

**Daftar Pustaka**

- Anderson, G., & Maes, M. (2013). Postpartum depression: Psychoneuro immunological underpinnings and treatment. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 9, 277–287.  
<https://doi.org/10.2147/NDT.S25320>.
- Ambarwati.(2009). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Jogjakarta: Mitra CedekisPress.
- Basoeki Hadi., Sulistyorini., (2009), *SportMassagesenipijatuntuklit/olahraga wa dan umum*. Jakarta : Tingola.
- Best, T. M., R. Hunter, A. Wilcoxand F. Haq (2008).*Masase dan PrestasiAtlet*.
- Bobak,L.J. 2005.*Keperawatan Maternitas*.Jakarta: EGC
- Budiyono, I., (2007). Faktor Risiko Gangguan Fungsi Paru Pada Pekerja Pengecatan Mobil (Studi pada Bengkel Pengecatan Mobil di Kota Semarang). *Tesis* (Tidak diterbitkan).Semarang : Program Studi Magister Epidemiologi Universitas Diponegoro.
- Botulinum, R. I., & Study, R. (2014). The Neurobiological Impact of Postpartum Maternal Depression: prevention and intervention approaches, *Nat Methods*. 4(1), 139–148.  
<https://doi.org/10.1038/nmeth.2839.A>
- Dahlan,M.S.2013.*Statistik Untuk KedokteranandKesehatan:Deskriptif, Bivariat, dan MultivariatDilengkapi Aplikasi dengan Menggunakan SPSS*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ekowati,R., Wahjuni,E.S., Alifa,A. (2012). *Efek Teknik Masase Effleurage Pada Abdomen Terhadap Penurunan Intensitas NyeriPada Disminore Primer Mahasiswi PSIK FKUB Malang*. Poltekkes Malang.
- Elvira,S.D. 2006. *Skrining Edinburgh Postnatal Depression Scale(EPDS) Pada Post Partum Blues*
- Field,T.2007. Pengaruh Lama dan Frekuensi Massage Teraphi Ibu Nifas Terhadap Depresi Postpartum. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, Volume 4, Nomor2, November 2015.
- Fitelson, E., Kim, Baker, A., dan Leight, K. (2011). *Pengaruh Lama dan Frekuensi Massage Teraphi Ibu Nifas Terhadap Depresi Postpartum*. JurnalTerpadu Ilmu Kesehatan, Volume 4, Nomor 2, November 2015. Availableonline on: <http://jurnal.poltekkesolo.ac.id>.
- Kusumastuti.,Dyah Puji Astuti, Adinda Putri Sari Dewi., (2019). Efektivitas Massage Terapi Effleurage Guna Mencegah Kejadian Depresi Postpartum Pada Ibu Nifas.*Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK) Vol XII, No 1, Maret 2019*: 451-457.
- Machmudah. (2010). *Pengaruh Persalinan dengan Komplikasi terhadap Kemungkinan terjadinya Postpartum Blues di Kota Semarang*
- Mangkunegara, A.P. (2013). *Manajemen Sumber Daya Manusia* Edisi Revisi. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Murwati dan Henik Istiqomah.(2015). Pengaruh Lama dan Frekuensi Massage Teraphi Ibu Nifas Terhadap Depresi Postpartum.*Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, Volume 4, Nomor 2, November 2015. Available online on: <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id>.
- Notoatmodjo, S.,(2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : RinekaCipta
- Notoatmojo, S., (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurgiwati, E. (2015). *Terapi Alternatif dan komplementer dalam bidang Keperawatan*. Bogor: InMedia
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Reeder, Martin, Griffin,K. (2011). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi, dan Keluarga* Volume2 Edisi 18.Jakarta: ECG.
- Saifuddin, A. B. (2009). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*, Edisi 2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

---

Sarli, D., & Agus, M. (2014). Research Articles The Effect of Differences Oxytocin Levels Through Oxytocin Massage Against Number of Bleeding in Mother 2 Hours Postpartum. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(3), 743–750. Retrieved from <http://jurnal.fk.unand.ac.id>.

Sarli, D., F.N Sari. (2018) The Effect of Massage Therapy With Effleurage Techniques as A Prevention of Baby Blues Prevention on Mother Postpartum. *International Journal of Advancement in Life Sciences Research Volume 1(3)*15-21.