



BISMILLAH ARTIKEL INTAN-10 JAN TURNITIN_removed_removed

17%
Suspicious
texts



- 9% Similarities
< 1% similarities between quotation marks
0% among the sources mentioned
- 3% Unrecognized languages
- 6% Texts potentially generated by AI

Document name: BISMILLAH ARTIKEL INTAN-10 JAN
TURNITIN_removed_removed.pdf
Document ID: e739b41011d88dbd0499b471978ca63c328c1165
Original document size: 687.14 KB

Submitter: UMSIDA Perpustakaan
Submission date: 1/12/2026
Upload type: interface
analysis end date: 1/12/2026

Number of words: 4,351
Number of characters: 31,888

Location of similarities in the document:



Sources of similarities

Main source detected

No.	Description	Similarities	Locations	Additional information
1	archive.umsida.ac.id https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/9449/68103/75648 15 similar sources	8%		Identical words: 8% (386 words)

Sources with incidental similarities

No.	Description	Similarities	Locations	Additional information
1	SEMPRO ASYA.docx SEMPRO ASYA #c30b0c ♥ Comes from my group	< 1%		Identical words: < 1% (38 words)
2	archive.umsida.ac.id https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/4519/32354/36848	< 1%		Identical words: < 1% (38 words)
3	ejurnalmalahayati.ac.id PIJAT OKSITOSIN TERHADAP KUANTITAS PRODUKSI AS... http://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/download/3501/pdf	< 1%		Identical words: < 1% (10 words)
4	doi.org Pengaruh Lactation Massage terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Post ... https://doi.org/10.33746/fhj.v12i03.845	< 1%		Identical words: < 1% (10 words)
5	dx.doi.org Literature Review Study of Lactational Massage on The Flow of Breas... http://dx.doi.org/10.58526/jsret.v3i1.344	< 1%		Identical words: < 1% (10 words)

Application of Lactation Massage on Breast Milk Production

in Postpartum Mothers at The Alfa Medika Pratama Clinic in

Surabaya

[Penerapan Pijat Laktasi Terhadap Produksi Air Susu Ibu pada

Ibu Postpartum di Klinik Pratama Alfa Medika Surabaya]

Intan Chumairoh1),



Sri Mukhodim Faridah Hanum2) Nurul Azizah3)

1)Program Studi Kebidanan,



archive.umsida.ac.id

<https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/9449/68103/75648>

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

2)Program Studi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: srimumkhodimfaridahhanum@umsida.ac.id

Abstract.



Breast Milk is the primary source of nutrition for infants during the first six months if given exclusively. However, low milk production in the early postpartum period often hinders exclusive breastfeeding, which is influenced by factors such as maternal anxiety and lack of knowledge. This study aims to measure the effectiveness of lactation massage on breast milk production in postpartum mothers at The Alfa Medika Pratama Clinic in Surabaya.

The

method used is a quasi-experimental design with a One Group Pretest Posttest Control Group involving 30 postpartum mothers selected by simple random sampling based on specific inclusion and exclusion criteria. Lactation massage was performed on the intervention group using massage techniques on the nape, neck, and back at least once within 24 hours, using coconut oil as lubricant. Data were analyzed descriptively and bivariate using cross-tabulation and independent sample t-test with a significance level of 0.05. The results indicate that lactation massage is significantly positively associated with milk production, where mothers who received lactation massage had better breast conditions and babies had adequate urination frequency. The t-test yielded a p-value of 0.001 ($p < 0.05$), confirming that lactation massage positively contributes to increased breast milk production in postpartum mothers

Keywords - Lactation Massage, Breast Milk Production, Postpartum Mothers, Quasi-Experimental

Abstrak. Air Susu Ibu (ASI) adalah sumber utama gizi bayi selama enam bulan pertama jika diberikan secara eksklusif. Produksi ASI yang belum optimal pada masa awal pasca persalinan sering menjadi hambatan dalam pemberian ASI eksklusif. Situasi ini berkaitan dengan kondisi psikologi ibu khususnya rasa cemas serta kurangnya pemahaman ibu tentang proses laktasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan pijat laktasi terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum di Klinik Pratama Alfa Medika Surabaya. Metode penelitian yang

digunakan adalah quasi-eksperimen dengan desain One Group Pretest–Posttest Control Group, melibatkan 30 ibu postpartum yang dipilih melalui teknik simple random sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Intervensi pijat laktasi dilakukan pada kelompok intervensi dengan teknik pemijatan pada area tengkuk, leher, dan punggung sebanyak minimal 1 kali dalam 24 jam menggunakan minyak kelapa. Data dianalisis secara deskriptif dan bivariat melalui uji silang serta independent sample t-test dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pijat laktasi berhubungan positif signifikan terhadap produksi ASI, dengan ibu yang menerima pijat laktasi memiliki kondisi payudara yang lebih baik dan pada bayi memiliki frekuensi BAK yang mencukupi. Hasil Uji t menunjukkan nilai p sebesar 0,001 ($p < 0,05$) yang menjelaskan bahwa pijat laktasi berkontribusi positif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

Kata Kunci - Pijat Laktasi, Produksi ASI, Ibu Postpartum, Quasi-Eksperiment

I. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan bernutrisi berwarna putih yang diproduksi oleh kelenjar susu ibu dan diberikan kepada bayi melalui proses menyusui [1]. Cairan ini secara alami telah dipersiapkan untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi sejak masa kehamilan. Pemberian ASI eksklusif mengacu pada praktik menyusui tanpa tambahan makanan maupun minuman lain selama enam bulan pertama kehidupan bayi, sehingga bayi hanya menerima ASI sebagai nutrisi utama [2]. Salah satu keunggulan ASI yaitu merupakan makanan yang paling mudah dicerna sesuai kemampuan pencernaan bayi, makanan alami terbaik untuk bayi, murah, praktis, dan mengandung zat gizi yang sangat lengkap sesuai kebutuhan bayi [3]. ASI juga memiliki keunggulan dibandingkan dengan susu formula yaitu mengandung zat antibodi untuk melindungi bayi selama 5-6 bulan pertama kehidupannya [4]. Berdasarkan data WHO 2022, presentase bayi 0-6 bulan yang menerima ASI eksklusif di tingkat global mengalami peningkatan, namun masih belum signifikan. Pada periode 2017-2022 angka pemberian ASI eksklusif mencapai sekitar 44% masih dibawah target WHO yang ditetapkan sebesar 50%. Rendahnya angka pemberian ASI eksklusif ini dapat berdampak pada kualitas kesehatan serta tingkat kelangsungan hidup generasi mendatang [5]. Data terbaru dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2023

mailto:



srimumkhodimfaridahhanum@umsida.ac.id



archive.umsida.ac.id

<https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/9449/68103/75648>

Copyright © Unive

rsitas Muhammadiyah Sidoarjo. This preprint is protected by copyright held by Universitas Muhammadiyah Sidoarjo and is distributed under the

Creative Commons Attribution License (CC BY). Users may share, distribute, or reproduce the work as long as the original author(s) and copyright holder are

credited, and the preprint server is cited per academic standards.

Authors retain the right to publish their work in academic journals where copyright remains with them. Any use, distribution, or reproduction that does not comply

with these terms is not permitted.

tercatat sebesar 63,9%, angka ini telah melampaui sasaran program tahun 2023 yang ditetapkan sebesar 50%.

Walaupun menunjukkan perkembangan yang menggembirakan, perbedaan capaian antar provinsi masih terlihat.

Presentase cakupan pemberian ASI eksklusif tertinggi pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (81,1%), sedangkan

presentase terendah di Provinsi Papua Barat (10,9%) [6].

Berdasarkan data dari Kabupaten/Kota diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Jawa

Timur tahun 2023 sebesar 61,0 %. Cakupan tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2022 (68,2%).

Lebih khusus bersumber dari data Dinas Kesehatan Kabupaten Sidoarjo Tahun 2023, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi kurang dari 6 bulan pada tahun 2023 di Kabupaten Sidoarjo sebesar 67,09%, data ini mengalami

penurunan jika dibandingkan dengan capaian pada tahun 2022 yaitu sebesar 71,32%, maka dari itu masih perlu

ditingkatkan pemahaman masyarakat tentang manfaat dan pentingnya pemberian ASI Eksklusif [7].

Berdasarkan hasil survei di Indonesia, sebanyak 38% ibu menghentikan pemberian ASI karena mengalami

produksi ASI yang tidak mencukupi. Ketidaklancaran produksi ASI seringkali menimbulkan kecemasan pada ibu,

yang kemudian cenderung menghindari kegiatan menyusui. Hal ini menyebabkan frekuensi isapan bayi menurun yang

selanjutnya berdampak negatif terhadap stimulasi hormon oksitosin dan prolaktin, dua hormon yang berperan penting

dalam produksi ASI. Akibatnya produksi ASI semakin berkurang dan ibu memilih untuk menghentikan menyusui

serta beralih ke pemberian susu formula [8].

Salah satu pendekatan non-farmakologi yang berpotensi meningkatkan produksi ASI adalah pijat laktasi. Teknik

ini bertujuan untuk menstimulasi hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam produksi serta pengeluaran ASI

[9]. Studi terdahulu melaporkan bahwa penerapan pijat laktasi memberikan efek positif terhadap peningkatan kualitas

dan kuantitas produksi ASI pada ibu postpartum [10]. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pijat

laktasi terhadap produksi ASI dengan analisis independent sample t-test. Judul penelitian adalah "Penerapan Pijat



dx.doi.org | Literature Review Study of Lactational Massage on The Flow of Breast Milk
<http://dx.doi.org/10.58526/jsret.v3i1.344>

Laktasi terhadap Produksi Air Susu Ibu pada Ibu Postpartum di

Klinik Pratama Alfa Medika Surabaya".

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Quasi-Eksperimental One Group Pretest Posttest

Control Group yang bertujuan untuk mengukur efektivitas penerapan pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu

postpartum. Populasi penelitian adalah seluruh ibu postpartum di Klinik Pratama Alfa Medika Surabaya. Sampel yang

digunakan sebanyak 30 ibu postpartum yang dipilih secara simple random sampling dengan kriteria inklusi meliputi

ibu yang melahirkan secara normal tanpa komplikasi, usia postpartum antara 1-7 hari, menyusui secara langsung, tidak

menggunakan obat pelancar ASI atau minuman tradisional, dan dalam kondisi fisik serta mental yang stabil. Kriteria

eksklusi mencakup ibu dengan perdarahan postpartum, bayi meninggal, kelainan darah, penggunaan infus oksitosin

jangka panjang, dan riwayat operasi payudara atau kelainan anatomi payudara.

Seluruh sampel dibagi secara merata menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi sebanyak 15 ibu yang

menerima pijat laktasi dan kelompok kontrol sebanyak 15 ibu yang tidak menerima perlakuan. Intervensi pijat laktasi

dilakukan dengan teknik pemijatan minimal satu kali dalam 24 jam pada area tengkuk, leher, hingga punggung

menggunakan metode evorasi atau pengurutan, serta minyak kelapa sebagai pelumas untuk memudahkan gerakan

pijat. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan program statistik dengan pendekatan statistik deskriptif atau uji

univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan variabel produksi ASI. Selanjutnya, dilakukan analisis

bivariat menggunakan uji silang dan uji independent sample t-test untuk menguji hubungan antara penerapan pijat

laktasi dengan produksi ASI [11].

A. Hasil

1. Analisis Univariat
Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden berdasarkan satu variabel secara terpisah meliputi usia, pendidikan, pekerjaan, paritas, pengalaman pijat laktasi, kondisi payudara ibu dan frekuensi BAK bayi.



a. Data Umum

Tabel 1 menampilkan distribusi frekuensi karakteristik responden yang mencakup usia, pendidikan terakhir, status pekerjaan, paritas, dan riwayat pijat laktasi. Informasi ini memberikan gambaran umum tentang profil ibu postpartum yang menjadi subjek dalam penelitian ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden Frekuensi (n) Presentase (%)

Usia Ibu	
<21 tahun	4 13,3
21-35 tahun	23 76,7
>35 tahun	3 10
Pendidikan	
SD	2 6,7
SMP	3 10
SMA	25 83,3
PT	0 0
Pekerjaan	
IRT	22 73,3
Wiraswasta	8 26,7
PNS	0 0
Paritas	
Primipara	28 93,3
Multipara	2 6,7
Grandemultipara	0 0
Pengalaman Pijat Laktasi	
Belum pernah	30 100
Sudah pernah	0 0
Sumber : Data Primer (2025)	

Berdasarkan tabel 1, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berusia antara 21-35 tahun (76,7%), dengan 13,3% berusia <21 tahun dan 10% >35 tahun, menunjukkan mayoritas berada dalam usia reproduksi sehat. Tingkat pendidikan terbanyak adalah SMA (83,3%), diikuti SMP (10%) dan SD (6,7%), tanpa responden berpendidikan perguruan tinggi. Mayoritas adalah ibu rumah tangga (73,3%), sisanya wiraswasta (26,7%), tanpa pekerja PNS. Hampir seluruh responden berparitas primipara (93,3%), dengan sedikit multipara (6,7%) dan tanpa grandemultipara. Seluruh responden belum pernah menjalani pijat laktasi, menandakan pijat tersebut sebagai intervensi baru di Klinik Pratama Alfa Medika Surabaya.

b. Data Khusus

Tabel 2 berikut menyajikan distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan variabel produksi ASI, yang dibedakan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Tabel ini memberikan gambaran tentang perubahan kondisi payudara ibu, frekuensi BAK bayi, dan tingkat produksi ASI sebagai respons terhadap intervensi pijat laktasi.

4

archive.umsida.ac.id
<https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/9449/68103/75648>

Copyright © Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. This preprint is protected by copyright held by Universitas Muhammadiyah Sidoarjo and is distributed under the Creative Commons Attribution License (CC BY). Users may share, distribute, or reproduce the work as long as the original author(s) and copyright holder are credited, and the preprint server is cited per academic standards.

Authors retain the right to publish their work in academic journals where copyright remains with them. Any use, distribution, or reproduction that does not comply with these terms is not permitted.



Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Variabel Produksi ASI

Karakteristik Responden Frekuensi (n)
Kelompok Kontrol Kelompok Intervensi

Kondisi Payudara Ibu

Kosong 6 (40%) 0 (0%)

Ringan 9 (60%) 2 (20%)

Penuh 0 (0%) 13 (80%)

Frekuensi BAK Bayi

Kurang (1-3x/Hari) 9 (60%) 0 (0%)

umber : Data Primer (2025)

Distribusi kondisi payudara ibu postpartum menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok kontrol dan intervensi. Pada kelompok kontrol, 60% melaporkan kondisi payudara ringan dan 40% payudara kosong tanpa tekanan. Sedangkan pada kelompok intervensi, 80% melaporkan payudara penuh, 20% ringan, dan tidak ada yang kosong. Frekuensi BAK bayi pada kelompok intervensi meningkat signifikan, di mana sebelum intervensi 60% bayi frekuensi BAK kurang (1-3 kali/hari), setelah pijat laktasi tidak ada bayi yang BAK kurang, 80% bayi frekuensi BAK >6 kali/hari, dan 20% frekuensi cukup (4-6 kali/hari). Produksi ASI juga meningkat, dengan 73% ibu pada kelompok intervensi melaporkan produksi ASI cukup, dibandingkan 20% pada kelompok kontrol.

Karakteristik Responden Frekuensi (n)
Kelompok Kontrol Kelompok Intervensi

Cukup (4-6x/Hari) 6 (40%) 3 (20%)

Banyak (>6x/Hari) 0 (0%) 12 (80%)

Produksi ASI

Tidak Cukup 12 (80%) 4 (27%)

Cukup 3 (20%) 11 (73%)

B. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah teknik statistik yang digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel, yaitu

variabel independen dan dependen. Tujuan utamanya adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel serta mengukur kekuatan dan arah hubungan tersebut [12].

1. Hasil Uji Silang

Analisis dilakukan menggunakan uji silang merujuk penelitian yang dilakukan oleh [13], untuk melihat

signifikansi hubungan antara variabel tersebut dengan tingkat kepercayaan 95%. Tabel 3 berikut menyajikan hasil

analisis uji silang antara pijat laktasi dan frekuensi BAK bayi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Tabel 3. Hasil Silang Pijat Laktasi dengan Produksi ASI

Produksi_ASI_Sebelum * Produksi_ASI_Sesudah Crosstabulation
Produksi ASI Sesudah

Total
Tidak Cukup Cukup

Produksi ASI

Sebelum

Tidak Cukup 4 (33,3%) 8 (66,7%) 12 (100%)

Cukup 0 (0%) 3 (100%) 3 (100%)
Total 4 (26,7%) 11 (73,3%) 15 (100%)

Sumber : Data Primer (2025)

Tabel 3 di atas menyajikan hasil analisis uji silang antara pemberian pijat laktasi dan produksi ASI pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Dari tabel tersebut, dari 12 ibu yang awalnya melaporkan produksi ASI tidak cukup, sebanyak 8 ibu (66,7%) mengalami peningkatan menjadi produksi ASI cukup setelah intervensi,

sedangkan 4 ibu (33,3%) masih tetap pada produksi ASI tidak cukup. Selain itu, dari 3 ibu yang sebelumnya melaporkan produksi ASI cukup, seluruhnya (100%) mempertahankan produksi ASI cukup setelah intervensi.

2. Hubungan Pijat Laktasi dengan Produksi ASI
Setelah dilakukan analisis silang antar variabel, untuk mendapatkan analisis yang lebih valid dan mendalam, dilakukan uji independent sample t-test guna membandingkan rata-rata antara dua kelompok independen, yaitu ibu yang menerima pijat laktasi dan yang tidak.

Tabel 4. Hasil Uji T-Test Pijat Laktasi dengan Produksi ASI

Kriteria	Produksi ASI	Total	%	P-value
Cukup	Tidak	Cukup		
Pijat	11 (73,3%)	4 (26,7%)	15 (100%)	0,001
Tanpa Pijat	3 (20%)	12 (80%)	15 (100%)	

Sumber : Data Primer (2025)

Berdasarkan hasil uji statistik independent sample t-test pada tabel 4.10, nilai p-value sebesar 0,001. Karena p-value < 0,05, maka H0 ditolak dan H1 diterima. Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara penerapan pijat laktasi dan produksi ASI.

5

archive.umsida.ac.id
<https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/9449/68103/75648>

Copyright © Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. This preprint is protected by copyright held by Universitas Muhammadiyah Sidoarjo and is distributed under the Creative Commons Attribution License (CC BY). Users may share, distribute, or reproduce the work as long as the original author(s) and copyright holder are credited, and the preprint server is cited per academic standards.

Authors retain the right to publish their work in academic journals where copyright remains with them. Any use, distribution, or reproduction that does not comply with these terms is not permitted.



C. Pembahasan
1. Identifikasi Produksi ASI Berdasarkan Indikator Kondisi

Payudara

Berdasarkan Tabel 4.6 yang menunjukkan distribusi frekuensi dan persentase responden ditinjau dari kondisi payudara ibu sebelum dan sesudah pijat laktasi. Sebelum intervensi, sebanyak 60% ibu melaporkan kondisi payudara ringan, dan 40% melaporkan kondisi payudara kosong dan tanpa tekanan. Setelah pijat laktasi, keadaan payudara ibu berubah signifikan, 80% ibu melaporkan kondisi payudara penuh yang menunjukkan produksi ASI yang lebih optimal. Sementara itu, jumlah ibu dengan kondisi payudara kosong menurun menjadi 0%, dan yang melaporkan kondisi ringan berkurang menjadi 20%.

Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pijat laktasi dapat meningkatkan produksi ASI dengan merangsang hormon oksitosin, hormon yang berperan dalam proses pengeluaran ASI melalui refleksi let-down [14]. Teknik pijat ini juga berperan dalam mempersiapkan ibu secara fisik dan psikologis untuk fase postpartum dengan menurunkan ketidaknyamanan dan kecemasan pada payudara

[15]. Pijat laktasi meredakan ketegangan sehingga ibu menjadi lebih nyaman saat menyusui, dan rileksasi ini mengurangi rasa nyeri yang mungkin timbul akibat tekanan ASI berlebih [16]. Selain itu, pijat laktasi membantu mengendurkan otot saluran susu, memperlancar aliran ASI, serta mengatasi sumbatan atau saluran yang keras pada payudara [17].



Studi pada ibu postpartum di Bidan Minastri, Kabupaten Karanganyar, melaporkan peningkatan kelancaran produksi ASI setelah dilakukan pijat laktasi pada subjek Ny. M dan Ny. L. Sebelum pijat laktasi, produksi ASI pada Ny. M sebesar 50 ml dengan keluarnya ASI dari puting saat dipumping, dan kondisi payudara terasa kosong.

Setelah pijat laktasi, produksi ASI meningkat menjadi 250 ml, ASI keluar dengan volume besar saat dipumping, dan payudara sudah tidak tampak bengkak. Sedangkan pada Ny. L, sebelum pijat laktasi, produksi ASI sebesar 50 ml dengan keluarnya ASI dari puting dan payudara kosong, kemudian setelah pijat laktasi produksi ASI meningkat menjadi 200 ml dengan keluarnya ASI yang memancar banyak saat dipumping [18].

Penelitian lain yang dilakukan di RSUD Cengkareng menggunakan desain kelompok terkontrol dengan 40 ibu postpartum, dimana hasil analisis paired sample t-test mendapatkan p-value < 0,05 (0,000) menandakan bahwa pijat laktasi memberikan hubungan yang signifikan terhadap pengeluaran ASI secara fisiologis dari aspek kondisi payudara. Ibu postpartum yang menerima pijat laktasi lebih sering mengalami payudara penuh dan tidak mengalami rasa tegang berlebih ataupun nyeri, sehingga refleks oksitosin dan proses pengosongan payudara terjadi lebih optimal [19].

Selain meningkatkan volume ASI, pijat laktasi juga berperan penting dalam menjaga kesehatan payudara ibu dengan mencegah stagnasi ASI yang dapat menyebabkan pembengkakan atau mastitis [20]. Dengan membuat payudara menjadi lebih rileks dan nyaman, pijat laktasi turut memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi selama menyusui [21].



Berdasarkan temuan-temuan tersebut, pijat laktasi direkomendasikan sebagai intervensi non-invasif yang efektif untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan kualitas pengalaman menyusui bagi ibu postpartum.

2. Identifikasi Produksi ASI Berdasarkan Indikator Frekuensi BAK Bayi

Berdasarkan distribusi frekuensi BAK bayi sebelum dan sesudah intervensi pijat laktasi yang disajikan pada

Tabel 4.7. Sebelum intervensi, 60% bayi memiliki frekuensi BAK yang kurang yaitu 1-3 kali/hari, sementara 40%

lainnya memiliki frekuensi BAK cukup yaitu 4-6 kali/hari. Setelah intervensi, tidak ada bayi yang memiliki frekuensi BAK kurang, dan 80% menunjukkan frekuensi BAK banyak yaitu >6 kali/hari, yang merupakan

indikator positif bahwa produksi ASI yang diterima memadai dan meningkatkan hidrasi bayi. Sedangkan 20%

sisanya memiliki frekuensi BAK cukup yaitu 4-6 kali/hari. Perubahan distribusi ini mengindikasikan bahwa pijat

laktasi berkontribusi dalam meningkatkan asupan ASI yang berpengaruh positif terhadap frekuensi BAK bayi.

Temuan ini didukung dengan pernyataan bahwa bayi yang mendapatkan asupan ASI cukup cenderung sering buang air kecil, karena produksi urin yang banyak merupakan indikator hidrasi dan kecukupan cairan tubuh [22].

Frekuensi BAK pada bayi yang cukup produksi ASI minimal adalah 6 kali dalam 24 jam, dengan warna urin kuning jernih. Sedangkan indikasi kurangnya asupan ASI dapat terlihat dari adanya butiran halus berwarna

kemerahan pada urin bayi, berupa kristal urat [23].

Jika bayi memakai popok sekali pakai, volume urin normal sekitar 20-30 ml per hari. Untuk mengetahui volume urin dalam popok, urin bayi dapat diukur dengan menimbang popok menggunakan timbangan digital dalam satuan gram, dengan asumsi 1 ml urin sama dengan 1 gram [24]. Selain itu massa jenis urin bayi diketahui sebanyak 1,026 g/cm³, sehingga 1 gram urin setara dengan 0,975 ml [25].

7

6 | Page

Pada umumnya, bayi yang lahir cukup bulan menghasilkan volume urin sekitar 15-16 ml setiap harinya [26].



Hasil survei pada responden menunjukkan bahwa sebagian besar bayi memiliki frekuensi buang air kecil lebih dari enam kali per hari. Dengan mempertimbangkan frekuensi penggantian popok sebanyak enam kali dalam sehari, total volume urin selama 24 jam sekitar 90 ml, yang menunjukkan hidrasi dan metabolisme bayi yang baik.

Pernyataan tersebut juga didukung oleh studi yang dilakukan di Poliklinik Kebidanan sebuah rumah sakit di

Depok sebagai kelompok intervensi dan Poliklinik Kebidanan di sebuah rumah sakit di Cibinong sebagai kelompok kontrol. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan dalam kelancaran produksi ASI berdasarkan

indikator BAK bayi antara kelompok intervensi dan kontrol dengan nilai $p < 0,0001$, dan $\alpha < 0,05$ [27].

Penelitian lain yang dilakukan di wilayah kerja UPT Puskesmas Rantau Panjang Kiri Kabupaten Rokan Hilir

menguatkan bahwa pijat laktasi dapat meningkatkan produksi ASI. Hasil statistik dengan $p\text{-value} < 0,05$

memperlihatkan peningkatan signifikan dari rata-rata frekuensi BAK bayi, yang sebelumnya 5 kali menjadi 6 kali

sehari setelah pijat laktasi. Peningkatan ini menunjukkan respons positif bayi terhadap intervensi, yang

mencerminkan asupan ASI yang lebih optimal dan metabolisme yang lebih baik [28].

Penelitian yang dilakukan di UPTD Puskesmas Tanjung Agung menunjukkan perubahan frekuensi BAK

signifikan setelah penerapan terapi pijat laktasi. Pada hari pertama dilakukan edukasi pijat laktasi, kemudian

dilanjutkan terapi pijat selama dua hari. Pada klien pertama, frekuensi BAK bayi meningkat dari 6 kali pada hari

kedua menjadi 8 kali pada hari ketiga. Sedangkan pada klien kedua, frekuensi BAK bayi adalah 6 kali pada hari

kedua dan meningkat menjadi 9 kali pada hari ketiga [29].

Penelitian yang dilakukan di Klinik Pratama Arrabih menyatakan pijat laktasi efektif untuk memperlancar

produksi ASI melalui kunjungan rumah pada Ny. S dari tanggal 25-27 April 2021. Pada kunjungan pertama,

volume ASI yang keluar masih terbatas dan frekuensi BAK bayi juga belum optimal. Selanjutnya pada kunjungan

kedua, bayi menjadi lebih sering BAK, yang menunjukkan tanda kecukupan asupan ASI dan hidrasi tubuh bayi

yang lebih baik [30]. Temuan ini mendukung hasil penelitian saat ini bahwa pijat laktasi efektif dalam meningkatkan produksi ASI, yang terlihat dari peningkatan frekuensi BAK bayi sebagai indikator asupan ASI

yang cukup.

3. Hubungan Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI

Berdasarkan distribusi frekuensi pada Tabel 4.8, sebelum intervensi pijat laktasi, sebagian besar responden,

yaitu 12 ibu (80%), melaporkan produksi ASI yang tidak cukup, sementara hanya 3 ibu (20%) yang melaporkan

produksi ASI yang cukup. Setelah intervensi, terjadi peningkatan yang signifikan, dimana 11 ibu (73%)

melaporkan produksi ASI yang cukup, sedangkan 4 ibu (27%) masih melaporkan produksi ASI yang tidak cukup.

Hasil analisis tabulasi silang antara pijat laktasi dan produksi ASI sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 4.9 menunjukkan bahwa dari 12 ibu yang pada awalnya melaporkan produksi ASI tidak cukup, sebanyak 8 ibu (66,7%) mengalami peningkatan menjadi produksi ASI cukup setelah diberikan intervensi, sedangkan 4 ibu (33,3%) tetap berada pada kategori produksi ASI tidak cukup. Selanjutnya, dari 3 ibu yang sebelumnya melaporkan produksi ASI cukup, seluruhnya (100%) tetap mempertahankan produksi ASI cukup setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa pijat laktasi berpotensi meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

Hasil uji independent sample t-test memperoleh nilai p sebesar 0,001 ($<0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara penerapan pijat laktasi dengan peningkatan produksi ASI. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa pijat laktasi dapat merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin, sehingga membantu memperlancar proses produksi ASI pada ibu postpartum.

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar juga menemukan pijat laktasi memiliki pengaruh positif signifikan dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu pascapersalinan hari pertama hingga hari ketiga, terutama pada fase awal postpartum [31]. Pijat laktasi bekerja dengan merangsang sistem neurohormonal pada ibu menyusui, khususnya melalui stimulasi puting susu dan aerola yang kemudian diteruskan ke kelenjar hipofisis melalui nervus vagus dan lobus anterior hipofisis. Aktivasi ini memicu pelepasan hormon prolaktin, yang bertugas merangsang kelenjar alveoli di payudara untuk memproduksi ASI [32].

Studi di PMB SRD Kecamatan Cimanggu menunjukkan bahwa dari 37 ibu nifas yang menerima pijat laktasi, 75,7% mengalami produksi ASI yang lancar, sedangkan pada kelompok tanpa pijat, 80% mengalami produksi ASI kurang lancar. Uji Chi-Square menghasilkan p-value 0,



000 $< 0,05$ menunjukkan hubungan signifikan antara pijat laktasi dan kelancaran produksi ASI. Analisis Odds Ratio sebesar 13,067 artinya ibu yang melakukan pijat

laktasi memiliki peluang 13 kali lebih besar untuk mengalami produksi ASI yang lancar dibandingkan yang tidak melakukan pijat [33].

Penelitian di Puskesmas Baqa Kota Samarinda dengan desain one group pretest-posttest terhadap 36 ibu postpartum mengungkapkan bahwa skor rata-rata kelancaran produksi ASI meningkat secara signifikan dari



archive.umsida.ac.id

<https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/9449/68103/75648>

Copyright © Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. This preprint is protected by copyright held by Universitas Muhammadiyah Sidoarjo and is distributed under the

Creative Commons Attribution License (CC BY). Users may share, distribute, or reproduce the work as long as the original author(s) and copyright holder are credited, and the preprint server is cited per academic standards.

Authors retain the right to publish their work in academic journals where copyright remains with them. Any use, distribution, or reproduction that does not comply with these terms is not permitted.



62,47 menjadi 87,17 setelah intervensi pijat laktasi.

Uji paired sample t-test menunjukkan Sig. (2-tailed) 0,000 <

0,05 yang menguatkan adanya pengaruh positif pijat laktasi terhadap kelancaran produksi ASI [34]

Prolaktin adalah hormon utama yang mengendalikan produksi ASI, mekanisme produksi ASI terjadi melalui

refleks prolaktin yang dipicu oleh stimulasi saraf dari permukaan payudara ke hipotalamus kemudian hipofisis anterior melepaskan prolaktin. Semakin banyak stimulasi, semakin banyak prolaktin dilepaskan, sehingga

produksi ASI semakin meningkat. Pijat Laktasi memiliki manfaat melancarkan ASI yang tersumbat, membuat

ibu rileks, meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, serta mencegah terjadinya masalah saat menyusui [35]

Oksitosin adalah hormon yang berperan dalam let-down-reflex. Hormon oksitosin akan keluar melalui



rangsangan ke puting susu melalui isapan bayi atau melalui pijatan

pada tulang belakang ibu bayi. Beberapa ibu

postpartum seringkali mengalami ketidaklancaran produksi ASI. Stres dan kecemasan ibu dapat menghambat

respon oksitosin dan mengganggu produksi serta pengeluaran ASI. Pijat laktasi adalah salah satu metode non-

farmakologi yang menenangkan, mengurangi tingkat stres dan kecemasan ibu. Sentuhan dan pijatan memicu

respon relaksasi, memungkinkan efektivitas hormon prolaktin dan oksitosin lebih optimal sehingga produksi ASI

meningkat [36]

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian serta dukungan dari berbagai studi sebelumnya, dapat

disimpulkan bahwa pijat laktasi secara signifikan berpengaruh dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu

postpartum. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu melaporkan produksi ASI yang tidak cukup, namun setelah

pijat laktasi terdapat peningkatan signifikan pada jumlah ibu yang melaporkan produksi ASI cukup. Selain

meningkatkan volume produksi ASI, pijat laktasi juga efektif mempercepat kelancaran dan pembentukan ASI

pertama, sehingga mendukung keberhasilan menyusui pada masa nifas awal. Oleh karena itu, pijat laktasi dapat dijadikan intervensi non-farmakologis yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI dan mendukung proses

menyusui eksklusif pada ibu postpartum.

VII. SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan mengenai penerapan pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu

postpartum di Klinik Pratama Alfa Medika Surabaya, dapat disimpulkan bahwa penerapan pijat laktasi pada ibu

postpartum terdapat hubungan positif terhadap kondisi payudara dan produksi ASI, dengan mayoritas ibu yang dipijat

mengalami kondisi payudara penuh. Selain itu, frekuensi BAK bayi pada kelompok ibu yang menerima pijat laktasi

juga berada dalam kategori cukup, berbeda dengan kelompok tanpa pijat. Hasil uji independent sample t-test

mendukung temuan ini secara statistik dengan nilai p-value 0,001, menegaskan adanya hubungan signifikan antara

pijat laktasi dan peningkatan produksi ASI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing, Ibu Sri Mukhodim Faridah

Hanum, S.St., MM., M.Kes., atas bimbingan, pengarahan, serta motivasi yang diberikan selama proses penyusunan penelitian ini. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh staf dan tenaga kesehatan di Klinik Pratama Alfa

Medika Surabaya yang telah memberikan izin dan bantuan selama pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih juga

ditujukan kepada keluarga, teman-teman, dan semua pihak yang telah memberikan dukungan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan ibu dan anak.



archive.umsida.ac.id

<https://archive.umsida.ac.id/index.php/archive/preprint/download/9449/68103/75648>

Conflict

of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed

as a potential

conflict of interest.

Application



doi.org | Pengaruh Lactation Massage terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Post Sectio Caesaria di Rumah Sakit

<https://doi.org/10.33746/fhj.v1i2i03.845>

of Lactation Massage on Breast Milk Production in Postpartum Mothers

at The Alfa Medika Pratama Clinic in Surabaya

I.



Pendahuluan

II. Metode

III. Hasil dan Pembahasan

A. Hasil

B. Analisis Bivariat

C. Pembahasan

VII. Simpulan

Ucapan Terima Ka

sih