

## **PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI PMB BD M KOTA DEPOK TAHUN 2023**

*Eli Yusti,<sup>1</sup>*

Politeknik Tiara Bunda

***Breast milk production in breastfeeding mothers typically ranges from 750 ml to 1,000 ml per day. Therefore, breastfeeding mothers need complementary care to facilitate milk production to ensure that the baby's needs are met. One of the complementary care methods that can be used is lactation massage, as it can prevent milk duct blockages and help improve milk flow. The aim of this study is to determine the effect of lactation massage on breast milk production in breastfeeding mothers before and after the intervention. The method used is a quasi-experimental design with a pretest-posttest design without a control group. The study sample consisted of 15 breastfeeding mothers, and the Wilcoxon statistical test was used. The results showed that there is an effect of lactation massage on increasing breast milk production after the massage intervention, with a significant increase in milk production ( $p$ -value =  $0.00 < 0.05$ ). Lactation massage can directly benefit breastfeeding mothers who have low or insufficient milk flow. Therefore, it is recommended to provide education on the effects of lactation massage on milk production in breastfeeding mothers and to offer more in-depth education on lactation massage techniques through classes or special sessions provided by healthcare professionals.***

***Keywords : Lactation Massage, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers, One Group Pretest-Posttest Design.***

## Pendahuluan

ASI eksklusif menurut *World Health Organization* (WHO) adalah memberikan hanya ASI saja tanpa memberikan minuman/makanan lain kepada bayi sejak lahir sampai berusia 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. ASI mengandung zat gizi lengkap yang dibutuhkan oleh seorang bayi dan juga mudah dicerna oleh perut bayi yang kecil dan sensitif. Hanya memberikan ASI saja sudah sangat cukup untuk memenuhi kebutuhan zat gizi bayi di bawah usia enam bulan dan dapat dilanjutkan pemberian ASI sampai bayi berusia 2 tahun

Data WHO (2021) melaporkan data pemberian ASI eksklusif secara global, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020, hal ini belum mencapai target untuk cakupan pemberian ASI eksklusif di dunia yakni sebesar 50%. Berdasarkan Kemenkes RI, di Indonesia angka cakupan pemberian ASI eksklusif mengalami penurunan, dari tahun 2019 hingga 2021 secara berturut-turut angka cakupan ASI eksklusif, yaitu sebesar 67.74% pada tahun 2019 (Kemenkes RI, 2019). pada tahun 2020 sebesar 66.1% (Kemenkes RI, 2020). dan pada tahun 2021 sebesar 56.9% (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan penelitian angka ibu yang pernah menyusui anak Indonesia sudah tinggi, yaitu 90%, namun yang memberikan ASI eksklusif secara eksklusif selama 6 bulan masih rendah sebesar 20%. Pemberian ASI direkomendasikan sampai 2 tahun atau lebih. Alasan ASI tetap diberikan setelah bayi berusia 6 bulan, karena 65% kebutuhan energi seorang bayi umur 6-8 bulan masih terpenuhi dari ASI, pada umur 9-12 bulan sekitar 50% kebutuhan dari ASI dan umur 1-2 tahun hanya ASI (Kemenkes, 2023).

Cakupan ASI eksklusif di salah satu Kecamatan di Jawa Barat yaitu Kecamatan Tapos yang berada di Kota Depok pada tahun 2018 yaitu 58,17%, angka ini lebih rendah dari proporsi cakupan ASI eksklusif Kota Depok. Banyak factor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif, seperti tingkat Pendidikan pengetahuan dan sikap ibu, tempat persalinan, pekerjaan dan sebagainya. Pengetahuan seorang ibu tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif akan mempengaruhi sikap dan tindakan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Suatu tindakan atau perilaku akan terwujud apabila responden memahami dan mau

melakukan tindakan pemberian ASI eksklusif. Didapatkan bahwa perilaku pemberian ASI eksklusif dengan kategori baik sebesar 80% sedangkan perilaku pemberian ASI eksklusif dengan kategori yang tidak baik sebanyak 20%. Hal ini menunjukkan bahwa responden sudah memahami dan mau melakukan tindakan pemberian ASI eksklusif pada bayinya, Begitu halnya dengan tingkat pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan diharapkan semakin baik pula tindakannya dalam melakukan pemberian ASI eksklusif

Berdasarkan latar belakang tersebut, dianggap perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui faktor. Seiring dengan meningkatnya peran wanita dalam dunia pekerjaan, analisis pemberian ASI eksklusif pada wanita yang berkarir menjadi aspek yang perlu mendapat perhatian. Wanita yang bekerja di berbagai sektor mungkin menghadapi berbagai kendala, termasuk jadwal kerja yang padat, tekanan pekerjaan, dan kurangnya dukungan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, pemahaman mendalam terkait faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan wanita karir untuk memberikan ASI eksklusif dapat memberikan wawasan yang berharga bagi perbaikan kebijakan kesehatan dan dukungan Perusahaan (Khotimah et al., 2024).

Untuk memastikan bahwa anak menerima nutrisi yang tepat saat tumbuh kembang, salah satu cara untuk memberikan ASI secara eksklusif mulai enam bulan pertama kehidupan bayi untuk mencegah stunting kandungan nutrisi ASI mendukung berbagai manfaat air susu ibu untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Hal tersebut terbukti dari hasil penelitian Oktaviani yang menyatakan bahwa Pemberian ASI eksklusif kepada bayi memiliki dampak positif dalam mencegah penyakit infeksi. ASI mengandung sejumlah zat dan komponen yang berperan aktif dalam menjaga kesehatan bayi. Salah satunya adalah IgA sekretorik, yang merupakan jenis antibodi yang dapat membantu melawan infeksi (Khotimah et al., 2024).

Pengeluaran ASI Pada ibu menyusui pada bayi yang lebih dari 3 bulan, rata-rata pengeluaran ASI per hari biasanya berkisar antara 750 ml hingga 1.000 ml. Berikut adalah beberapa informasi yang mendukung angka tersebut Pola Konsumsi Bayi dan berbagai sumber laktasi, bayi usia 3-6 bulan umumnya

mengonsumsi sekitar 750-1.000 ml ASI per hari pada bayi usia ini biasanya menyusui sekitar 5-7 kali sehari, dan jumlah ASI per sesi bisa berkisar antara 120 hingga 180 ml, tergantung pada kebutuhan dan pola makan individu bayi. (Yi & Kim, 2021).

Selain itu, ASI mengandung zat antibakteri dan antivirus, seperti lisozim, laktoferin, dan asam lemak tertentu, yang bekerja untuk memerangi patogen. Oligosakarida, yang juga ada dalam ASI, membantu bakteri baik di saluran pencernaan bayi berkembang biak, melindungi mereka dari bakteri jahat. Selain itu, leukosit yang terdapat dalam ASI berfungsi sebagai reseptor epitel mikrob, sehingga mampu mendeteksi dan menyerang patogen yang masuk ke dalam tubuh bayi. Dengan demikian, ASI eksklusif tidak hanya memberikan nutrisi yang optimal, tetapi juga melindungi bayi dari infeksi dengan berbagai mekanisme pertahanan yang terkandung di dalamnya. Selain dari dua manfaat diatas, ASI tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan namun juga dapat bermanfaat pada pertumbuhan fisik, mental, sosial, dan spiritual anak hal tersebut dibuktikan oleh penelitian dari Hasriyana yang menyatakan bahwa ASI juga berfungsi sebagai antibodi untuk membuat sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas tergantung penggunaan ASI (Khotimah et al., 2024).

Terapi komplementer adalah sebuah kelompok dari macam - macam sistem pengobatan dan perawatan kesehatan, praktik dan produk yang secara umum tidak menjadi bagian dari pengobatan konvensional Menurut WHO (World Health Organization), pengobatan komplementer adalah pengobatan non - konvensional yang bukan berasal dari negara yang bersangkutan. Jadi untuk Indonesia, jamu misalnya, bukan termasuk pengobatan komplementer tetapi merupakan pengobatan tradisional. Pengobatan tradisional yang dimaksud adalah pengobatan yang sudah dari zaman dahulu digunakan dan diturunkan secara turun temurun, jamu Indonesia bisa dikategorikan sebagai pengobatan komplementer. Terapi komplementer adalah cara Penanggulangan Penyakit yang dilakukan sebagai pendukung kepada pengobatan medis konvensional atau sebagai pengobatan pilihan lain diluar pengobatan medis yang konvensional (Fitri Damayanti et al., 2024).

Pijat laktasi adalah pemijatan yang dilakukan pada beberapa bagian tubuh yaitu

kepala, leher, bahu, punggung, dan payudara, Pijat laktasi dapat dilakukan pada keadaan payudara bengkak, atau tidak lancar, dan ibu yang ingin relaksasi. Perawatan payudara adalah suatu tindakan untuk merawat payudara terutama pada masa nifas (masa menyusui) untuk memperlancar pengeluaran ASI, Manfaat pijat laktasi diantaranya menenangkan pikiran, relaksasi tubuh menormalkan aliran darah mengatasi engorget (pembengkakan payudara yang padat dan tegang, ASI keluar hingga merembes, ibu tampak senang dengan produksi ASI nya yang sudah banyak sehingga bayinya tercukupi kebutuhan nutrisinya (Rahmawati, 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Bd. M Kecamatan Pancoran Mas Kota Depok bulan juni 2024

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi Asi pada Ibu Menyusui?"

## Metode

Penelitian dianalisis menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi eksperiment*) dengan desain pretest dan posttest tanpa Kontrol kelompok. Penelitian ini mengobservasikan kondisi sebelum dan sesudah intervensi yang melibatkan ibu menyusui. Prosesnya melibatkan pengosongan payudara selama 2 jam, dimana sebelumnya dilakukan pengukuran volume ASI dengan cara pemerah dan mengukurnya menggunakan botol susu (pretest). Setelah itu dilakukan pijat laktasi selama 15-20 menit, setelah 2 jam kemudian maka dilakukan pengukuran kembali untuk melihat perubahan (posttest).

Penelitian ini untuk melihat pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di PMB Bd M Kota Depok tahun 2023

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di PMB Bd Meiliana Sebanyak 30 orang.

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah "*non probability sampling*" dengan metode *purposive sampling* yaitu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Siregar,2017:30).

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui Penelitian telah dilakukan terhadap 15 responden yang bersedia menjadi responden penelitian.

Hasil penelitian dibagi menjadi analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat menggambarkan karakteristik responden. Analisis bivariat menggambarkan uji perbedaan rata-rata pada sebelum dan sesudah pemberian Pijat Laktasi.

### 1. Analisis Univariat

| No. | Kategori          | N  | Persentase |
|-----|-------------------|----|------------|
| 1.  | <b>Umur</b>       |    |            |
|     | 20-25             | 3  | 20.0       |
|     | 26-30             | 7  | 46.7       |
|     | >30               | 5  | 33.3       |
| 2.  | <b>Pendidikan</b> |    |            |
|     | ≤SMA-SMK          | 13 | 86.7       |
|     | >SMA-SMK          | 2  | 13.3       |
| 3.  | <b>Pekerjaan</b>  |    |            |
|     | Tidak bekerja     | 10 | 66.7       |
|     | Bekerja           | 5  | 33.3       |
| 4.  | <b>Paritas</b>    |    |            |
|     | Primipara         | 5  | 33.3       |
|     | Multipara         | 10 | 66.7       |

**Tabel 4. 1**  
**Distribusi Karakteristik Responden berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan Dan Paritas**

Berdasarkan tabel 4.1 distribusi karakteristik responden berdasarkan umur, menunjukkan umur (20-25 tahun) sebanyak 3 responden (20.0%) dan umur (26-30 tahun) sebanyak 7 responden (46.7%) dan umur (>30 tahun) sebanyak 5 responden (33.3%) Berdasarkan pendidikan menunjukan sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir ≤SMA-SMK sederajat sebanyak 13 responden (86.7%) memiliki pendidikan terakhir >SMA-SMK yaitu sebanyak 2 responden (13.3%). Berdasarkan Pekerjaan menunjukkan sebagian besar responden tidak bekerja dengan jumlah 10 responden (66.7%) dan responden bekerja dengan jumlah 5 responden (33.3%). Berdasarkan paritas, menunjukkan sebagian besar responden primipara dengan jumlah 5 responden (33.3%) dan sebagian kecil responden multipara dengan jumlah 10 responden (66.7%).

**Tabel 4. 2**  
**Distribusi Frekuensi ASI Ibu**

### Sebelum Di Lakukan Pijat Laktasi

| Kategori     | Frekuensi | Persentase   |
|--------------|-----------|--------------|
| Tidak lancar | 15        | 100,0        |
| <b>Total</b> | <b>15</b> | <b>100,0</b> |

Berdasarkan tabel 4.2 frekuensi ASI Ibu sebelum di lakukan pijat laktasi yang memiliki ASI tidak lancar sebanyak 15 responden (100,0%).

**Tabel 4. 3**  
**Distribusi Frekuensi ASI Ibu Setelah Di Lakukan Pijat Laktasi**

| Kategori     | Frekuensi | Persentase   |
|--------------|-----------|--------------|
| Lancar       | 15        | 100,0        |
| <b>Total</b> | <b>15</b> | <b>100,0</b> |

Berdasarkan tabel 4.3 frekuensi ASI Ibu setelah di lakukan pijat laktasi yang memiliki 15 responden (100,0%).

### 2. Analisis Bivariat

#### a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data menggunakan metode *Shapiro-wilk* karena sampel kurang dari 50 responden. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai  $p\text{-value} > 0,05$ . Hasil uji normalitas data bisa dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4. 4**  
**Uji Normalitas Data Dengan Saphiro-Wilk**

|          | Shapiro Wilk |    |        |
|----------|--------------|----|--------|
|          | Statistic    | Df | Pvalue |
| Pretest  |              | 15 | 0.00   |
| Posttest | .413         | 15 | <0.001 |

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 15 responden setelah dilakukan uji normalitas data menggunakan *Shapiro-wilk* pada frekuensi ASI sebelum dan setelah diberikan intervensi pretest = 0.00, dan untuk posttest p value = 0.001, Maka hasil ini menunjukkan bahwa uji normalitas data pada frekuensi ASI sebelum dan setelah diberikan intervensi bersifat tidak normal ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat menggunakan analisa data non-parametrik dengan menggunakan uji *Wilcoxon rank list*.

**Tabel 4. 5**  
**Pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI ibu sebelum dan setelah diberikan intervensi**

| Kategori | N  | Mean | P-Value | Z-test |
|----------|----|------|---------|--------|
| Pretest  | 15 | 4.50 | 0,005   | -2,828 |
| Posttest | 15 | 1,50 | 0,157   | -1,414 |

Berdasarkan table 4.5 Hasil uji *wilcoxon* didapatkan nilai pretes dengan p-value sebesar 0.005 p-value <0.05, sedangkan nilai posttest didapatkan sebesar 0,157 p-value <0,05, maka ada pengaruh pada pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui.

## Pembahasan

### 1. Distribusi Karakteristik Responden pada Ibu Menyusui di PMB Bd. M Kota Depok

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa menunjukkan karakteristik responden berdasarkan umur (20-25 tahun) sebanyak (20.0%) dan umur (26-30 tahun) sebanyak (46.7%) dan umur (>30 tahun) sebanyak (33.3%) Berdasarkan pendidikan menunjukan sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir ≤SMA-SMK sederajat sebanyak (86.7%) memiliki pendidikan terakhir >SMA-SMK yaitu sebanyak (13.3%). Berdasarkan pekerjaan yaitu tidak bekerja sebanyak (66.7%) dan yang bekerja sebanyak (33.3%). Berdasarkan paritas menunjukkan responden primipara sebanyak (33.3%) dan responden yang multipara sebanyak (66.7%).

### 2. Distribusi Frekuensi Produksi Asi Ibu Sebelum dilakukan Pijat Laktasi pada Ibu Menyusui

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa frekuensi ASI Ibu sebelum di lakukan pijat laktasi yang memiliki ASI tidak lancar sebanyak 15 responden (100,0%) maka peneliti akan melakukan pijat laktasi untuk membantu melancarkan produksi ASI pada ibu menyusui.

### 3. Distribusi Frekuensi Produksi Asi Ibu Setelah dilakukan Pijat Laktasi pada Ibu Menyusui

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa frekuensi ASI Ibu setelah di lakukan pijat laktasi yang memiliki ASI lancar sebanyak 15 responden (100,0%), maka pijat laktasi ini berpengaruh untuk memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui.

### 4. Pengaruh Pijat Laktasi pada Produksi ASI Ibu Menyusui di PMB Bd. M Kota Depok

Berdasarkan hasil penelitian ini dengan uji *wilcoxon* didapatkan hasil pretest dengan p-value sebesar 0.001 p-value <0.05 dan didapatkan hasil posttest dengan p-value sebesar 0,157 p-vlue<0.05, maka ada pengaruh pada pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pijat laktasi secara signifikan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Pada uji data menunjukkan peningkatan produksi ASI yang signifikan setelah intervensi. Pijat laktasi bertujuan untuk merangsang hormon oksitosin, yang berperan penting dalam proses produksi ASI. Hasil ini konsisten dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa relaksasi dan stimulasi hormon oksitosin melalui pijat dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Untuk meningkatkan produksi ASI terdapat berbagai cara seperti pijat oksitosin, yaitu suatu teknik pijat pada tulang belakang yang bertujuan untuk mempercepat kerja saraf parasimpatis serta merangsang reflex oksitosin atau *let down reflek* selain itu juga peningkatan produksi ASI dapat dilakukan dengan melakukan pijat laktasi pijat laktasi dapat merangsang peningkatan hormon prolaktin dan oksitosin (Ardi Lestari et al., 2022)

*Lactation massage* adalah tehnik pemijatan yang dilakukan pada daerah tertentu seperti kepala atau leher, bahu, punggung, tulang belakang dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Manfaat dari *lactation massage* diantaranya menenangkan pikiran, relaksasi tubuh, menormalkan aliran darah, mengatasi *engorged*, meningkatkan suplai ASI, dilakukan pada ibu yang ingin relaktasi dan mencegah sumbatan pada aliran ASI (Dewi Aprita Sartely, 2022)

Mengingat pentingnya produksi ASI pada bayi masa menyusui terhadap keberhasilan proses menyusui, dan berdasarkan survey awal yang telah dilakukan peneliti terhadap ibu yang menyusui mengeluhkan bahwa produksi ASI hanya sedikit, sehingga bayi menjadi rewel dan ibu merasa bahwa kebutuhan bayi tidak akan terpenuhi sehingga ibu memberikan pendamping ASI berupa susu formula pada anaknya di usia < 6 bulan, dan tidak

memberikan ASI lagi pada anaknya yang berumur  $\geq 1$  tahun. Volume produksi ASI adalah banyaknya ASI yang di peroleh payudara ibu sehingga dapat di konsumsi bayi saat bayi menyusu. Pijat Oketani merupakan manajemen keterampilan untuk mengatasi masalah laktasi seperti produksi ASI yang tidak cukup dengan cara meningkatkan hormon prolaktin, serta mengatasi masalah pembengkakan payudara. Pemberian rangsangan pada otot-otot payudara akan membantu merangsang hormon prolaktin untuk membantu produksi air susu (Nani, 2020).

Selain itu faktor yang menyebabkan kualitas produksi ASI kurang yaitu kurangnya intensitas menyusui yang diberikan. Semakin sering ibu menyusui bayi maka produksi ASI semakin banyak, namun jika ibu jarang menyusui maka dapat menyebabkan payudara menjadi kurang aktif untuk memproduksi ASI pemberian susu formula juga mampu menyebabkan kurangnya produksi ASI. Pemberian susu formula dapat dilakukan pada kondisi tertentu, tetapi jika pemberian susu formula secara terus-menerus dalam jumlah banyak menyebabkan intensitas bayi menyusui langsung dari payudara menjadi berkurang. Hal ini akan membuat rangsangan untuk memproduksi ASI pada payudara menurun, sehingga ASI pun menjadi lebih sedikit (Nani, 2020).

Penelitian dengan judul pengaruh pijat laktasi terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui bayi 0-6 bulan Hasil penelitian ini berdasarkan dengan analisis bivariat di ketahui jika produksi ASI sebelum diberikan pijat laktasi rata-rata memiliki kualitas yang kurang, yaitu 28 orang atau 77,8%, sedangkan terdapat 8 orang dengan kualitas cukup atau 22,2%. Selain itu rata-rata sampel dalam penelitian ini usianya adalah 28 tahun. Usia seorang ibu memiliki pengaruh yang sangat besar dalam menentukan kesehatan maternal serta sangat berkaitan dengan kondisi ibu saat kemahilan, persalinan, serta masa nifas (Ardi Lestari et al., 2022).

Secara keseluruhan, penelitian ini mendukung penggunaan pijat laktasi sebagai intervensi yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Namun, perlu diperhatikan bahwa penelitian ini memiliki keterbatasan, seperti ukuran sampel yang kecil, sehingga hasilnya perlu diuji lebih lanjut dengan studi yang lebih besar dan beragam.

Menurut asumsi peneliti, bahwa pijat laktasi yang dilakukan ibu menyusui akan merangsang otot-otot dan pembuluh darah di dalam payudara untuk memproduksi ASI sehingga dapat meningkatkan volume ASI ibu. Peningkatan volume ASI tersebut akan meningkatkan produksi ASI ibu pada saat bayi menyusu, pijat laktasi membantu meningkatkan sirkulasi darah ke kelenjar payudara, yang dapat meningkatkan aliran ASI dengan aliran darah yang lebih baik pastikan nutrisi dan hormon yang penting untuk produksi ASI juga meningkat, sehingga frekuensi dan volume ASI yang dihasilkan dapat meningkat dan pijat laktasi juga dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menyusui, yang secara tidak langsung dapat meningkatkan frekuensi ASI. Ibu yang merasa lebih nyaman dan percaya diri cenderung lebih sering menyusui, yang dapat merangsang produksi ASI secara alami.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terkait pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di PMB Bd Meiliana Kota Depok, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah:

1. Di ketahui bahwa ibu menyusui 15 responden yang mengalami ASI sedikit di PMB Bd M kota depok.
2. Di ketahui bahwa ibu menyusui berusia 20-25 tahun sebanyak (20,0%), dan usia 26-30 tahun sebanyak (46,7%), dan usia >31 tahun sebanyak (33,3%), hampir seluruh ibu tidak bekerja sebanyak (66,7%), dan ibu yang bekerja sebanyak (33,3%), ibu berpendidikan SMA-SMK sederajat sebanyak (88,7%), dan ibu yang perguruan tinggi sebanyak (13,3%).
3. Ibu hamil yang mengalami frekuensi ASI ibu sebelum dilakukan pijat laktasi didapati 15 responden ibu menyusui mengalami frekuensi ASI tidak lancar sebanyak (100,0%) dan setelah dilakukan pijat laktasi didapati 15 responden yang mengalami frekuensi ASI lancar (100,0%) responden.
4. Setelah dilakukan uji wicoxon sebelum dilakukan intervensi di dapatkan hasil P-value  $0,005 < 0,05$  dan setelah dilakukan intervensi didapatkan hasil p-value  $0,157 < 0,005$  hal ini berarti terdapat Pengaruh pada pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui. Pemberian pijat laktasi efektif untuk

meningkatkan jumlah volume ASI pada ibu menyusui.

### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

### Daftar Pustaka

- Anwar, C., & Safitri, F. (2022). Perawatan Masa Nifas Di Rumah Sakit Bhayangkara Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 4(1), 61–69.
- Ardi Lestari, G. A. M., Aswitami, N. G. A. P., & Karuniadi, I. G. A. M. (2022). Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 16(1), 53–61. <https://doi.org/10.35960/vm.v16i1.754>
- Dewi Aprita Sartely. (2022). Pengaruh Lactation Massage Kombinasi Jasmine Oil Terhadap Volume Kolostrum Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Kabupaten. *Pengaruh Lactation Massage Kombinasi*. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/id/ep rint/2521>
- Dewi, M. N., Rahmawati, D., & Ulfa, I. M. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Menggunakan Minyak Lavender Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Bintang Ara. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(1), 177–189. <https://doi.org/10.55606/jrik.v4i1.2867>
- Fitri Damayanti, D., Rosita, D., Fajar Pangestu, J., Kaamilah, N., Kebidanan, J., Kemenkes Pontianak, P., Info, A., Kunci, K., & Laktasi, P. (2024). *Effectiveness of Providing Lactation Massage With Aladenada Method To Accelerate the Formation of Breast Milk To Postpartum*. 10, 56–60. <https://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JKK/article/view/1333>
- Khotimah, K., As Satillah, S., Fitriani, V., Miranti, M., Maulida, M., Hasmalena, H., Pagarwati, L. D. A., & Zulaiha, D. (2024). Analisis Manfaat Pemberian Asi Eksklusif Bagi Ibu Menyusui dan Perkembangan Anak. *PAUDIA: Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2), 254–266. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505>
- Nani, jahriani. (2020). Pengaruh Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI pada Ibu di Kelurahan Sendang Sari Kabupaten Asahan Tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*, 2(2), 14–20. file:///C:/Users/Administrator/Documents/jurnal proposal/Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu menyusui.pdf
- Natalia, I. (2019). *Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi asi pada ibu post partum di rsu haji medan tahun 2019*.
- Rahmawati, N. (2022). Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pijat Laktasi Di Pmb Bidan D Kabupaten Bandung. *Journal of Midwifery Information ...*, 2(2), 226–231.
- Suhartina, A. N. (2023). SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 1275–1289.
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- SURYANI, T. E., SURYANTARA, B., & PABIDANG, S. (2023). Perbedaan Efektivitas Media Edukasi Weblog Dan Leaflet Tentang Pengetahuan Tanda Bayi Cukup Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 11(1), 168–179. <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4542>
- Uswatun Kasanah. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Payudara Pada Ibu Menyusui 2-4 Hari Postpartum. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 8(3), 184–192. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v8i3.1367>
- Yi, D. Y., & Kim, S. Y. (2021). Human breast milk composition and function in human health: From nutritional components to microbiome and micrnas. *Nutrients*, 13(9). <https://doi.org/10.3390/nu13093094>