



Faletahan Health Journal, 12 (3) (2025) 275-282  
www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ  
ISSN 2088-673X | e-ISSN 2597-8667

## **Pengaruh *Lactation Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas *Post Sectio Caesaria* di Rumah Sakit**

Pande Putu Indah Purnamayanthi<sup>1\*</sup>, Putu Ayu Dina Saraswati<sup>1</sup>, Ni Made Risna Sumawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Bina Usada Bali

\*Corresponding Author: pandeindah25@gmail.com

### **Abstrak**

Ibu pasca persalinan yang menjalani operasi *sectio caesaria* rentan mengalami keterlambatan dalam proses laktasi. Pijat laktasi dapat dilakukan untuk mengatasi hambatan dalam produksi ASI ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat laktasi terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas pasca operasi *sectio caesarea*. Penelitian ini merupakan jenis kuasi eksperimental dengan menggunakan rancangan *two group pre-post test control grup design*. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 36 responden di Rumah Sakit Wisma Prashanti yang dipilih dengan teknik *non-probability purposive sampling*, yaitu cara pengambilan sampel responden yang sesuai dengan permasalahan penelitian. Produksi ASI diukur menggunakan gelas ukur dan lembar observasi sebelum dan setelah diberikan intervensi. Uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah *Man-Whitney test*. Hasil analisis data memperoleh p value = 0,000 <  $\alpha$  (0,05) yang dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada Ibu nifas *post sectio caesaria*. Hasil penelitian ini berimplikasi pada pendidikan profesi kebidanan dan pelayanan kebidanan.

**Kata Kunci:** nifas, *sectio caesaria*, produksi ASI, pijat laktasi

## ***The Effect of Lactation Massage on Breast Milk Production among Postpartum Mothers after Cesarean Section at Hospital***

### **Abstract**

Postpartum mothers who have undergone Cesarean section are susceptible to delays in the lactation process. Lactation massage can be performed to overcome the obstacles in breast milk production. This study aims to analyze the effect of lactation massage on increasing breast milk production in postpartum mothers after Cesarean section. This study is a quasi-experimental type using a two-group pre-post test control group design. The samples of this study consisted of 36 respondents at Wisma Prasanthi Hospital who were selected using non-probability purposive sampling technique, a method of selecting respondent samples that match the research problem. Breast milk production was measured using a measuring cup and an observational sheet before and after the intervention was given. The statistical test used to test the hypothesis was the Mann-Whitney test. The results of data analysis obtained a p-value = 0.000 <  $\alpha$  (0.05), which can be concluded that there is an effect of lactation massage on breast milk production in postpartum mothers after Cesarean section. The research result may have implication on professional midwifery education and midwifery service.

**Keywords:** postpartum, Cesarean section, breast milk production, lactation massage

## Pendahuluan

Berdasarkan rekomendasi *United Nations Children's Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO), bayi seharusnya mendapatkan Air Susu Ibu secara on demand tanpa makanan pendamping ASI hingga berusia 6 bulan dan berlanjut sampai 2 tahun. Namun, data global WHO tahun 2020 menunjukkan bahwa rata-rata cakupan pemberian ASI eksklusif di dunia masih relatif rendah, yaitu 44%, yang hanya mengalami kenaikan sebesar 6% dari tahun 2016. Rendahnya angka ini berpotensi memengaruhi kualitas hidup generasi mendatang. Di Indonesia, situasinya juga belum ideal. Meskipun 96% ibu menyusui anaknya, persentase yang memberikan ASI secara eksklusif jauh lebih rendah, yaitu hanya 42% (Mirong and Yulianti 2023). Pemerintah, melalui Kementerian Kesehatan, menargetkan cakupan ASI eksklusif sebesar 80%, tetapi realitasnya pada tahun 2021 angka nasional baru mencapai 66,1% (Pradnyawati, Sipahutar, and Sulisnadewi 2023). Sementara itu, Provinsi Bali menunjukkan performa yang lebih baik dengan cakupan ASI eksklusif sebesar 75,9% untuk bayi berusia 6 bulan pada tahun 2021, meskipun angka ini masih di bawah target nasional (Pradnyawati, Sipahutar, and Sulisnadewi 2023).

Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif tidak terlepas dari permasalahan selama proses menyusui, salah satunya adalah keyakinan yang keliru mengenai jumlah ASI yang dihasilkan. Keyakinan tersebut dilatarbelakangi oleh beberapa faktor, di antaranya pola konsumsi makanan dan minuman, keadaan psikis ibu, abnormalitas bentuk payudara yang menyebabkan kesulitan dalam menyusui, dan teknik menyusui bayi yang kurang optimal sehingga berdampak pada produksi ASI (Julianti, R., & Susanti 2019). Saat bayi menyusui, sentuhan pada payudara merangsang tubuh memproduksi oksitosin. Hormon ini menyebabkan sel-sel di sekitar payudara berkontraksi untuk mengeluarkan ASI. Di samping manfaatnya, menyusui juga sering kali dihadapkan pada beberapa tantangan, di antaranya puting yang sakit atau lecet, payudara bengkak, saluran ASI tersumbat, infeksi (mastitis), bisul pada payudara (abses), bentuk puting yang tidak biasa, bayi yang sulit menyusui, dan jumlah ASI yang sedikit (Rahmawati, Naili 2023). Ancaman terhadap kelangsungan pemberian ASI dapat terjadi jika berbagai permasalahan dalam prosesnya tidak

ditangani dengan baik. Untuk mengatasi hal ini dan meningkatkan cakupan pemberian ASI, Pemerintah Indonesia telah mengimplementasikan sejumlah inisiatif. Inisiatif tersebut meliputi program IMD serta perawatan payudara pada periode kehamilan dan pasca persalinan. Tujuan dari program-program ini adalah untuk merangsang produksi ASI dan mencegah terjadinya puting susu lecet (Siti Muawanah 2021).

Keterlambatan onset laktasi dialami oleh beberapa ibu nifas, tak terkecuali pasca persalinan caesar. Penyebab utamanya adalah karena proses pengeluaran ASI merupakan suatu mekanisme yang kompleks, yang membutuhkan koordinasi antara rangsangan fisik, sistem saraf, dan berbagai hormon untuk merangsang pengeluaran oksitosin (Saryaman 2020). Rasa tidak nyaman yang dialami ibu dapat menghambat produksi hormon oksitosin, yang berperan penting dalam kelancaran pengeluaran ASI. Untuk merangsang hormon tersebut dan meningkatkan kenyamanan, salah satu metode yang efektif adalah dengan melakukan pijat laktasi (Helina, S., Harhap, J. R., & Sari 2020). Pijat laktasi dilakukan dengan memijat daerah kepala, leher, punggung, dan payudara untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Kedua hormon inilah yang mengatur produksi dan pengeluaran ASI. Stimulasi dari pijatan memicu kontraksi pada sel-sel alveoli di payudara. Kontraksi ini kemudian mendorong ASI untuk mengalir melalui saluran-saluran payudara hingga keluar dari puting. Proses alamiah pengeluaran ASI ini dikenal dengan nama refleksi let-down (Sari, Harahap, and Helina 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Dian Priharja Putri dan Novi Khusnul Khotimah pada tahun 2023 menyimpulkan bahwa pijat laktasi terbukti memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan pengeluaran ASI untuk ibu postpartum. Kesimpulan ini diambil setelah menganalisis data dari 40 responden yang terbagi dalam kelompok perlakuan dan kontrol, di mana hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value 0,000, jauh di bawah batas signifikansi 0,05 (Dian Priharja Putri 2023).

Menurut berbagai temuan, persalinan melalui operasi *sectio caesarea* memiliki lebih banyak kekurangan dalam hal menyusui dan memulai laktasi jika dibandingkan dengan persalinan normal. Waktu untuk mengeluarkan ASI pada ibu yang menjalani operasi tersebut umumnya lebih

lambat. Selain itu, ibu pasca caesarea menghadapi risiko komplikasi yang lebih besar, disertai dengan proses penyembuhan luka yang menyakitkan, durasi perawatan di rumah sakit yang lebih panjang, serta kondisi tubuh yang lebih lelah, tidak nyaman, dan cemas.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Lactation Massage terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Post Sectio Caesaria di RS Wisma Prasanthi. Persalinan *sectio caesaria* juga mempunyai dampak terhadap proses menyusui dan laktasi, paling banyak memiliki kekurangan dibandingkan dengan persalinan normal maupun persalinan anjuran. Waktu pengeluaran ASI pada ibu *sectio caesaria* lebih lambat dibanding dengan ibu postpartum normal. Ibu yang melahirkan dengan *sectio caesaria* memiliki lebih banyak resiko komplikasi, nyeri penyembuhan yang lama, perawatan di rumah sakit lebih lama, lebih lelah, tidak nyaman dan cemas dibanding ibu yang lahir secara vaginal (Aryanti, Budianto, and Setyaningrum 2023).

### Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi-experimental*. Desain yang digunakan adalah *two-group pre-post test control group design*, yang melibatkan perbandingan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen, sampel diobservasi sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dan diobservasi kembali setelah perlakuan diberikan (*post-test*) untuk melihat perubahan. Sementara itu, kelompok kontrol tidak menerima intervensi apa pun, namun tetap dilakukan pengukuran pada awal (*pre-test*) dan akhir (*post-test*) penelitian untuk keperluan komparasi (Syapitri et al. 2021). Populasi dalam studi ini mencakup semua ibu yang sedang dalam masa nifas setelah menjalani operasi *sectio caesarea* di RS Wisma Prasanthi. Sampel dipilih dengan teknik *purposive sampling* (di bawah payung *non-probability sampling*), di mana peneliti menyeleksi responden berdasarkan kesesuaian mereka dengan kriteria dan permasalahan yang diteliti (Adil et al. 2024) yaitu 36 responden. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah Bersedia menjadi responden, ibu nifas Post SC hari pertama, Bayi lahir dalam keadaan normal dan sehat. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah Pasien yang mengalami komplikasi masa

nifas seperti, perdarahan post partum, anemia berat, dan eklampsia dan Pasien yang mengkonsumsi obat pelancar ASI. Waktu penelitian dari bulan Maret – Mei 2025 di Rumah Sakit Wisma Prasanthi Tabanan.

Variabel dalam penelitian ini yaitu pijat laktasi sebagai variabel independen dan produksi ASI sebagai variabel dependen. Definisi operasional Pengaruh *Lactation Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas *Post Sectio Caesaria* di Rumah Sakit Wisma Prasanthi yaitu: *Lactation massage* dilakukan pada ibu nifas hari pertama-ketiga dengan 1 kali pijatan pada pagi hari selama 2-3 menit menggunakan VCO sesuai dengan Standar Oprasional Prosedur (SOP) dengan cara melakukan observasi untuk mengetahui jumlah produksi ASI pada ibu nifas dalam hitungan ml dan memasukan ke cangkir atau dengan menggunakan alat pompa ASI dan mengukur volume ASI hari menggunakan gelas ukur, cangkir atau alat pompa ASI dan lembar observasi pada hari ke 1 sampai hari ke 3.

Pada kelompok intervensi, sebelum melakukan *lactation massage*, peneliti melakukan pre-test dengan cara mengukur volume ASI dengan menggunakan alat pemompa payudara manual selama 5 menit setiap payudara secara bergantian. Hasil perah tersebut diukur dengan menggunakan spuit 1 cc atau 5 cc dan dicatat dalam lembar observasi. Pada awal penelitian, dilakukan obervasi laktasi ibu hari pertama *post sectio caesaria* untuk mengetahui apakah ASI sudah keluar dan mengukur berapa jumlahnya menggunakan gelas ukur, selanjutnya peneliti memberikan pengarahan kepada ibu bahwa ada alternatif kegiatan yang bisa dilakukan untuk merangsang agar ASI cepat keluar atau ada upaya untuk lebih memperbanyak ASI yaitu salah satunya dengan menggunakan metode *lactation massage* dan setelah diberikan pengarahan, jika ibu tertarik maka peneliti menggali terlebih dahulu pertanyaan yang sesuai dengan kriteria inklusi, jika setelah ditelaah ibu sudah sesuai dengan kriteria pemilihan sampel intervensi ataupun kontrol, maka ibu atau keluarga diminta untuk mengisi *inform concent* untuk bersedia menjadi responden penelitian sesuai dengan kesepakatan. Kemudian pada kelompok intervensi dilakukan pengukuran volume ASI dengan cara memompa payudara ibu dengan menggunakan alat pompa payudara kemudian diukur berapa jumlah ASI jika sudah ada yang keluar, kemudian melakukan *lactation massage*.

Sedangkan pada kelompok kontrol tidak dilakukan *lactation massage* tetapi diberikan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) tentang inisiasi menyusui. Baik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sama-sama dianjurkan untuk menyusui bayi secara on demand, atau jika bayi tertidur maka bayi dibangunkan setiap 2 jam sekali untuk menyusui. Pada kelompok intervensi, peneliti meminta bantuan kepada enumerator yang telah dilatih sebelumnya untuk melakukan *lactation massage*, enumerator menggantikan peneliti pada saat peneliti berhalangan untuk melakukan intervensi.

Penelitian ini telah lulus uji etik dan telah dilakukan uji etik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali dengan nomor: 083/EA/KEPK-BUB-2025. Penelitian ini menggunakan lembar observasi sebagai instrumen utama, yang meliputi lembar untuk data demografi responden (usia, pekerjaan, pendidikan, paritas), lembar observasi volume ASI, serta lembar khusus untuk memantau penerapan pijat laktasi berdasarkan SOP pada kelompok intervensi. Sebagai perbandingan, kelompok kontrol diberikan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) tentang inisiasi menyusui. Data yang terkumpul pertamanya dianalisis secara univariat untuk melihat sebaran frekuensi dan persentase dari semua variabel. Setelah diuji normalitasnya dengan *Shapiro-Wilk*, hipotesis penelitian kemudian diuji dengan menggunakan uji statistik non-parametrik *Mann-Whitney*.

### Hasil dan Pembahasan

Sebagian besar subjek penelitian pada kelompok intervensi, seperti yang tertera dalam Tabel 1, berusia 20-35 tahun (93,3%). Dari segi pendidikan, lebih dari separuh responden (51,4% atau 24 orang) memiliki latar belakang pendidikan SMA. Dalam hal pekerjaan, proporsi terbesar yaitu 38,9% (14 orang) menyatakan tidak bekerja. Selain itu, sebagian besar responden dalam kelompok ini merupakan multipara, dengan jumlah 15 orang (41,7%).

Berdasarkan Tabel 2, dapat dilihat bahwa produksi ASI pada ibu nifas pasca sectio caesarea di kelompok intervensi mengalami perubahan setelah diberikan perlakuan. Sebelum perlakuan, sebagian besar responden (33,3% atau 12 orang) memiliki produksi ASI dalam kategori cukup. Setelah intervensi, persentase responden dengan kategori cukup meningkat menjadi 36,1% (13 orang), dan tidak ada lagi responden yang berada dalam kategori kurang.

**Tabel 3.** Hasil Analisis Pengaruh *Lactation Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Post Sectio Caesaria

| Variabel  | Sig   | p-value |
|---|-------|---------|
| Post test klp intervensi dan post test klp kontrol, n: 36 | 0,000 | 0,000   |

Berdasarkan hasil uji statistik *Mann-Whitney* tabel 3, diperoleh nilai  $p = 0,000$  yang lebih kecil dari tingkat signifikansi  $\alpha (0,05)$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara nilai rata-rata sebelum (pre) dan setelah (post) pemberian intervensi *Lactation Massage*.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Mencakup Umur, Jenis Pekerjaan, Latar Belakang Pendidikan, dan Riwayat Melahirkan

| Variabel          | Kelompok          |      |                |      |
|-------------------|-------------------|------|----------------|------|
|                   | Intervensi n = 18 |      | Kontrol n = 18 |      |
|                   | f                 | %    | f              | %    |
| <b>Umur</b>       |                   |      |                |      |
| <20 tahun         | 2                 | 5,6  | 3              | 8,3  |
| 20 – 35 tahun     | 13                | 36,1 | 14             | 38,9 |
| > 35 tahun        | 3                 | 8,3  | 1              | 2,8  |
| <b>Pendidikan</b> |                   |      |                |      |
| SD                | 1                 | 2,8  | 2              | 5,6  |
| SMP               | 3                 | 8,3  | 4              | 11,1 |
| SMA               | 10                | 27,8 | 8              | 22,2 |
| Perguruan Tinggi  | 4                 | 11,1 | 4              | 11,1 |

| <b>Pekerjaan</b> |    |      |    |      |
|------------------|----|------|----|------|
| Bekerja          | 4  | 11,1 | 6  | 16,7 |
| Tidak bekerja    | 14 | 38,9 | 12 | 33,3 |
| <b>Paritas</b>   |    |      |    |      |
| Primipara        | 3  | 8,3  | 6  | 16,7 |
| Multipara        | 15 | 41,7 | 12 | 33,3 |

**Tabel 2.** Distribusi Produksi ASI pada ibu nifas post sectio caesaria sebelum dan setelah diberikan intervensi (n=36)

| Variabel     | Kelompok          | Kategori |      |       |      |      |      |
|--------------|-------------------|----------|------|-------|------|------|------|
|              |                   | Kurang   |      | Cukup |      | Baik |      |
|              |                   | n        | (%)  | n     | (%)  | n    | (%)  |
| Produksi ASI | <b>Intervensi</b> |          |      |       |      |      |      |
|              | Pre               | 6        | 16,7 | 12    | 33,3 | 0    | 0    |
|              | Post              | 0        | 0    | 13    | 36,1 | 5    | 13,9 |
|              | <b>Kontrol</b>    |          |      |       |      |      |      |
|              | Pre               | 14       | 38,9 | 4     | 11,1 | 0    | 0    |
|              | Post              | 14       | 38,9 | 4     | 11,1 | 0    | 0    |

Pada penelitian ini dilakukan pembahasan mengenai Pengaruh *Lactation Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas *Post Sectio Caesaria* di Rumah Sakit Wisma Prasanthi yaitu tentang Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Paritas, dan Produksi ASI pada ibu nifas *post sectio caesaria* sebelum dan setelah diberikan intervensi, dan Analisis Pengaruh *Lactation Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas *Post Sectio Caesaria* di Rumah Sakit Wisma Prasanthi, berikut ini:

#### Umur

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden dalam kelompok intervensi berusia 20-35 tahun, yaitu mencapai 93,3%. Hal ini sejalan dengan hasil yang diteliti oleh Reni dan Susanti dengan hasil bahwa 41,4% ibu menyusui dengan teknik benar berada pada rentang usia tersebut, sementara 37,9% ibu dengan teknik menyusui tidak benar juga termasuk dalam kelompok usia yang sama (Reni Merta Kusuma at al. 2020). Notoatmodjo (dalam jurnal Reni dan Susanti, 2020) menjelaskan bahwa responden berusia lebih muda umumnya memiliki cara pandang yang belum stabil, sehingga cenderung kesulitan dalam menerima informasi dan mengambil keputusan secara ilmiah. Di sisi lain, responden berusia lebih tua (>35 tahun) juga mengalami kesulitan dalam mencerna informasi dengan baik karena kemampuan kognitifnya yang mulai menurun. Mereka cenderung lebih mengandalkan pengalaman masa lalu daripada menerima informasi baru. Dengan demikian, dapat

disimpulkan bahwa tingkat kematangan dan kedewasaan seorang ibu berpengaruh terhadap proses pengasuhan dan perawatan anak, termasuk dalam hal pemberian ASI eksklusif (Reni Merta Kusuma at al. 2020).

#### Pendidikan

Berdasarkan data tersebut, terlihat bahwa mayoritas responden dalam kelompok intervensi, yaitu 24 orang (51,4%), memiliki latar belakang pendidikan SMA. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Sulistyowati di Desa Gayaman, Kecamatan Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto, yang menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan SMA memiliki pengetahuan yang baik dengan persentase sebesar 23,3%, sementara tidak ada satu pun responden berpendidikan SD yang masuk dalam kategori pengetahuan baik. Menurut Wahyuni dalam jurnal Syamsul dan Sukfitrianty (2016), pendidikan memegang peran penting dalam membentuk perilaku dan kemampuan seseorang dalam mencerna informasi yang diterima. Pendidikan juga membantu individu dalam memahami dan menginterpretasikan informasi yang didapatkan. Pada kenyataannya, pendidikan yang lebih tinggi berkontribusi pada pembentukan perilaku yang lebih konstruktif. (Alam, S., & Syahrir 2016).

#### Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi terbesar responden pada kelompok intervensi, yaitu 14 orang (38,9%), adalah ibu yang tidak bekerja.

Ini berbeda dengan hasil penelitian Raja et al. (2020), yang melaporkan bahwa 20 dari 27 ibu bekerja memberikan ASI, sedangkan 4 dari 7 ibu tidak bekerja juga memberikan ASI. Dengan nilai  $p = 0,394$ , dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara proporsi pemberian ASI pada ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. (Raja 2020). Berdasarkan penelitian Bahriyah (2017), proporsi pemberian ASI eksklusif lebih tinggi pada ibu yang tidak bekerja, yaitu 54,8%, dibandingkan dengan ibu bekerja yang hanya 45,2%. Hasil analisis statistik dengan nilai Odds Ratio (OR) = 0,396 (CI 95%: 0,182–0,864) mengindikasikan bahwa ibu yang tidak bekerja memiliki peluang 0,396 kali lebih besar untuk memberikan ASI eksklusif dibandingkan ibu yang bekerja (Bahriyah 2017). Adrenalin yang dilepaskan menyebabkan pembuluh darah di alveoli menyempit (vasokonstriksi). Penyempitan ini menghalangi aliran oksitosin, sehingga hormon tersebut tidak dapat sampai ke sel-sel otot (mioepitel) yang menjadi tujuannya.

### Paritas

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa mayoritas responden dalam kelompok intervensi multipara berjumlah 15 orang (41,7%). Temuan ini selaras dengan penelitian Kasmiasi dkk. (2020) yang menyatakan bahwa paritas ibu memiliki hubungan dengan produksi ASI, yang ditinjau melalui variabel kenaikan berat badan bayi. Meskipun demikian, paritas tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan produksi ASI jika diukur melalui variabel jumlah ASI (Kasmiasi dan S 2020). Produksi ASI ibu multipara memang lebih banyak pada hari keempat pascamelahirkan. Akan tetapi, setelah ibu primipara dan multipara sama-sama lancar dalam menjalani proses menyusui, jumlah ASI yang dihasilkan keduanya tidak jauh berbeda (Bahriyah 2017).

### Produksi ASI sebelum dan setelah diberikan intervensi

Terlihat pada Tabel 2, pengeluaran ASI pada ibu nifas pasca operasi caesarea di kelompok intervensi sebelum perlakuan mayoritas berada dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 12 orang (33,3%). Setelah diberikan intervensi, sebagian besar responden tetap berada dalam kategori cukup dengan jumlah 13 orang (36,1%), dan tidak ada lagi responden yang berada dalam kategori kurang. Hasil penemuan ini sesuai dengan penelitian yang

dilakukan oleh Siti Muawanah dan Desi Sariyani (2021). Pada penelitian tersebut, sebelum diberikan perlakuan pijat laktasi, hanya 4 ibu (26,7%) yang produksi ASI-nya lancar, 6 ibu (66,7%) berkategori cukup, dan 1 ibu (6,7%) produksinya tidak lancar. Namun, setelah dilakukan treatment pijat laktasi, seluruh ibu (100%) mengalami kelancaran dalam produksi ASI (Siti Muawanah 2021).

Untuk meningkatkan ASI, pijat laktasi dilakukan dengan memijat sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk ke-5 dan ke-6. Hal ini merangsang hormon prolaktin (pembuat ASI) dan oksitosin (pengeluaran ASI) pada masa nifas. Dengan meningkatnya hormon oksitosin, ibu akan merasa lebih tenang dan rileks, sehingga proses pengeluaran ASI menjadi lebih lancar (Helina, S., Harhap, J. R., & Sari 2020). Pada kondisi-kondisi khusus, terapi pijat laktasi berguna untuk meningkatkan jumlah ASI yang diproduksi (Riana Andam Dewi, 2018).

### Analisis Pengaruh *Lactation Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas

Data analisis data memakai uji statistik *Mann-Whitney Test*, diperoleh nilai  $p = 0,000$  yang lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara rata-rata sebelum (pre) dan setelah (post) diberikan *Lactation Massage*. Dengan demikian, disimpulkan bahwa *Lactation Massage* berpengaruh terhadap produksi ASI pada ibu nifas pasca Sectio Caesaria di Rumah Sakit Wisma Prasanthi.

Temuan ini sesuai dengan penelitian Muawanah (2021) dimana ditunjukkan dari ibu yang rutin melakukan pijat laktasi, sebesar 11 orang (73,3%) mengalami peningkatan, sementara 4 orang (26,7%) tidak rutin melakukannya. Hasil uji paired sample test dalam penelitian tersebut juga memperoleh nilai signifikansi 0,000 ( $<0,05$ ), yang mengindikasikan adanya perbedaan rata-rata kelancaran ASI antara sebelum dan setelah perlakuan. Berdasarkan nilai mean, dapat disimpulkan bahwa kenaikan kelancaran ASI pada ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak melakukannya (Siti Muawanah 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Agustina dan rekan-rekan (2018), pijat laktasi terbukti memiliki hubungan yang signifikan terhadap peningkatan produksi ASI. Efektivitas teknik ini diduga kuat karena cakupan area

pemijatan yang lebih luas, meliputi kepala, leher, bahu, punggung, dan payudara, serta durasi yang lebih panjang, yaitu 30 menit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat kenaikan skor rata-rata produksi ASI sebesar 4,94 setelah intervensi pijat laktasi dilakukan (Catur Setyaningrum 2018). Sejalan dengan penelitian Prasetya Tryoggy, dkk (2020), aromaterapi melati terbukti signifikan meningkatkan produksi ASI ibu nifas. Hal ini karena pijat aromaterapi dapat menurunkan kadar kortisol, yang pada akhirnya merangsang pengeluaran ASI (Prasetya Tryoggy 2020).

*Lactation massage* merupakan suatu terapi pemijatan yang dilakukan di wilayah tertentu, termasuk kepala, leher, bahu, punggung, tulang belakang, dan payudara, dengan tujuan utama merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin. Manfaat dari terapi ini sangat beragam, di antaranya adalah memberikan ketenangan mental, relaksasi fisik, menstabilkan sirkulasi darah, menangani kondisi engorged, meningkatkan volume ASI, mendukung program relaktasi, serta mencegah terjadinya sumbatan pada saluran air susu ibu (Lestari, G. A. M. A., Aswitami, N. G. A. P., & Karuniadi 2022). *Lactation massage* merangsang pelepasan oksitosin melalui dua mekanisme utama. Pertama, rangsangan dari pijatan dikirim via neurotransmitter ke medula oblongata, yang kemudian memerintahkan hipotalamus dan kelenjar hipofisis posterior untuk melepas oksitosin. Hormon inilah yang memicu kontraksi sel-sel di sekitar kelenjar susu sehingga ASI dapat mengalir (proses let-down reflex). Kedua, pijatan menciptakan efek relaksasi yang mengurangi ketegangan dan stres ibu. Kondisi rileks ini juga mendorong pelepasan oksitosin lebih lanjut. Selain memperlancar pengeluaran ASI, oksitosin juga memberikan manfaat ganda, yaitu menimbulkan perasaan nyaman, tenang, dan positif ibu terhadap bayinya. Tidak hanya itu, hormon ini juga menyebabkan kontraksi pada rahim, yang berperan penting dalam mempercepat proses involusi uteri (proses pengecilan rahim kembali ke ukuran semula setelah persalinan) (Adawiah 2019).

Penelitian menunjukkan bahwa intervensi pijat laktasi dapat meningkatkan kenyamanan dan relaksasi pada ibu, yang pada akhirnya merangsang produksi hormon oksitosin. Hormon ini berperan penting dalam memperlancar pengeluaran ASI. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Lactation Massage* terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas pasca

*sectio caesaria*. Ibu pasca operasi caesar sering kali mengalami keterlambatan dalam pengeluaran ASI akibat berbagai faktor, seperti posisi menyusui yang sulit, rasa nyeri, keterbatasan mobilisasi, serta praktik rawat gabung yang mungkin terganggu. Dibandingkan dengan persalinan normal, persalinan secara caesar membawa lebih banyak risiko, termasuk komplikasi, nyeri yang berkepanjangan, proses penyembuhan yang lebih lama, masa rawat inap yang lebih panjang, serta perasaan lelah, tidak nyaman, dan kecemasan yang lebih tinggi.

### Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan menggunakan data primer yang diperoleh dari pengkajian dan observasi. Dalam penelitian ini terdapat keterbatasan keterbatasan manusia baik sebagai subyek maupun sebagai obyek penelitian yang tidak dapat dihindari. Dengan keterbatasan ini, diharapkan dapat dilakukan perbaikan untuk penelitian yang akan datang. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini antara Jumlah sampel yang terbatas. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 36 sampel. Semakin besar sampel pada sebuah penelitian, akan lebih mewakili populasi hasil penelitian tersebut, Keterbatasan waktu penelitian. Penelitian ini hanya dilaksanakan pada hari kedua dan ketiga *post sectio caesarea*. Produksi ASI akan semakin bertambah setiap harinya. Semakin panjang waktu penelitian akan mempengaruhi volume ASI yang dihasilkan.

### Simpulan

Berdasarkan penelitian pengaruh pijat laktasi terhadap produksi asi pada ibu nifas *post sectio caesaria*, terjadi peningkatan produksi ASI ibu nifas *post sectio caesarea* di kelompok intervensi yaitu memiliki produksi ASI yang cukup. Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa ada pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas *post sectio caesaria*.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi profesi kebidanan memberikan kontribusi dalam pengembangan praktik kebidanan dan ilmu kebidanan mengenai pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas serta diharapkan memberikan pengetahuan dan pengalaman baru akan manfaat metode sederhana, aman dan murah yaitu pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Implikasi pada

pelayanan kebidanan yaitu sebagai media informasi dalam pemberian pelayanan kesehatan terutama dalam upaya meningkatkan produksi ASI dengan cara non farmakologi serta sebagai referensi atau acuan bagi peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

## Referensi

- Adawiah, A. Z. 2019. *Pengaruh Pijat Oksitosin Oleh Suami Terhadap Produksi ASI Ibu Primipara Postpartum Normal Di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Adil, Ahmad et al. 2024. "Metodologi Penelitian Kesehatan." *nd Accessed December 13*.
- Alam, S., & Syahrir, S. 2016. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Teknik Menyusui Pada Ibu Di Puskesmas Patallang Kabupaten Takalar." *Al-Sihah : Public Health Science Journal* 8(2): 130–138.
- Aryanti, Carini, Agus Budianto, and Ikawati Setyaningrum. 2023. "Pengaruh Pijat Oksitosin Dengan Minyak Telon Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum SC Di Rumah Sakit Mitra Siaga Tegal." *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)* 14(1): 56–59.
- Bahriyah, F.dkk. 2017. "Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Pelaksanaan Prenatal Yoga Di Wilayah Kerja Puskesmas Sipayung." *Jurnal Endurance* 2(2): 113.
- Catur Setyaningrum, Agustina. 2018. "Pengaruh Pijat Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Primipara Di Kota Semarang." *Jurnal kebidanan* 8(1): 87–94.
- Dian Priharja Putri, Novi Khusnul KHotimah. 2023. "Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di RSUD Cengkareng." *Journal Of Midwifery* 11(1).
- Helina, S., Harhap, J. R., & Sari, S. P. 2020. *Buku Panduan Pelatihan Pijat Laktasi Untuk Bidan*. Pekanbaru: Natika.
- Julianti, R., & Susanti, Y. 2019. "Pengaruh Pijat Punggung Yang Dilakukan Oleh Suami Terhadap Percepatan Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Hari I Dan Ke II Di Puskesmas Sebrang Padang." *Menara Ilmu* 13: 10.
- Kasmiati dan S. 2020. "Pijat Postpartum Terhadap Kecepatan Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI)." *J Midwifery* 2(2): 42–8.
- Lestari, G. A. M. A., 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.
- Mirong, Ignasensia D, and Hasri Yulianti. 2023. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Rena Cipta Mandiri.
- Pradnyawati, I Gusti Ayu Mirah, Ida Erni Sipahutar, and Ni Luh Kompyang Sulisnadewi. 2023. "Hubungan Pemberian ASI Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita." *Jurnal Gema Keperawatan* 16(2): 191–205.
- Prasetya Tryoggy, dkk. 2020. "Pengaruh Aroma Minyak Esensial Melati Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui." *Universitas Muhammadiyah Bengkulu*.
- Rahmawati, Naili, Indra Karana. 2023. "Pengaruh Pijat Laktasi Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi ASI." *Holistik Jurnal Kesehatan* 17(1): 17–22.
- Raja, J. dkk. 2020. "Faktor Yang Mempengaruhi Pelaksanaan Prenatal Yoga." *Wellness And Healthy Magazine* 2(2): 283–291.
- Reni Merta Kusuma at al. 2020. "Pelaksanaan Teknik Menyusui Pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan Di Puskesmas Danurejan I Yogyakarta." *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di RSUD Kota Semarang* 3: 103–111.
- Riana Andam Dewi, Cia Aprilianti. 2018. "Pijat Pada Ibu Postpartum Dengan Onset Laktasi." *Jurnal Kesehatan* 9(3): 376–81.
- Sari, Septi Indah Permata, Juraida Roito Harahap, and Siska Helina. 2021. "Buku Pelatihan Pijat Laktasi Bagi Kader Kesehatan." *Prooses Laktasi Dan Menyusui*. Bogor: STIKES Bakti Husada.
- Siti Muawanah, Desi Sariyani. 2021. "Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Baby SPA Pati." *Jurnal ilmiah Ilmu Kebidanan dan Kesehatan* 12(1): 07–15.
- Syapitri, Henny et al. 2021. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Book.