

PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU *POST PARTUM* MELALUI PIJAT *EFFLEURAGE* DI KLINIK LMT SIREGAR

¹⁾ Juneris Aritonang, ²⁾ Desideria Yosepha Ginting, ³⁾ Safrina Daulay⁴⁾ Kandace Sianipar

¹⁾ Program Studi Kebidanan Program Profesi, Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

²⁾ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

^{3), 4)} Poltekkes Kemenkes Medan Prodi Kebidanan Pematang Siantar

¹⁾ Jl. Kapten Muslim No, 79 Medan – Sumatera Utara – Indonesia

²⁾ Jl. Sudirman no. 38 Lubuk Pakam – Sumatera Utara – Indonesia

^{3), 4)} Jl. Pane No. 36 Pematangsiantar-Sumatera Utara – Indonesia

E-mail : ¹⁾ aritonangjuneris@gmail.com, ²⁾ desideriajosepha.ginting@gmail.com, ³⁾ daulaysafrina@gmail.com,
⁴⁾ kadance.sianipar06@gmail.com

Kata Kunci:

Pijat *effleurage*, *post partum*,
produksi ASI

Keywords:

Efflurage message, production,
breastfeeding

Info Artikel

Tanggal dikirim: 16-6-2022

Tanggal direvisi: 30-6-2022

Tanggal diterima: 5-7-2022

DOI Artikel:

10.36341/jomis.v6i2.2500

[Creative Commons Attribution-
NonCommercial-ShareAlike
4.0 International License.](#)

ABSTRAK

Pemberian ASI Eksklusif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kualitas kesehatan bayi. Kenyataan yang terjadi bahwa hanya 1 dari 2 bayi berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif. Faktor keberhasilan pemberian ASI Eksklusif harus didukung dengan produksi ASI yang lancar. Salah satu cara yang dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI adalah dengan cara teknik pijatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat *effleurage* terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* di Klinik LMT Siregar tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dalam bentuk *Quasi eksperimen* dengan desain *two-group pretest-posttest design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu *post partum* yang partus di Klinik LMT Siregar sebanyak 14 orang dan sampel penelitian menggunakan teknik *accidental sampling* sebanyak 14 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu intervensi dan kontrol. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang dianalisa dengan menggunakan Wilcoxon test. Hasil penelitian menunjukkan p-value 0,038 pada kelompok intervensi dan p-value 0,083 pada kelompok kontrol. Kesimpulannya adalah perbedaan produksi ASI ibu *post partum* sebelum dan sesudah dilakukan pijat *effleurage* pada kelompok intervensi namun tidak ada perbedaan produksi ASI pada kelompok kontrol. Untuk itu diharapkan kepada pengelola dan petugas kesehatan di Klinik LMT Siregar agar memberikan pendidikan kesehatan tentang cara meningkatkan produksi ASI dengan tehnik pijat *effleurage* dan perlunya memberikan dukungan pada keluarga untuk melakukan terapi komplementer pijat tehnik *effleurage* untuk meningkatkan kadar hormon prolactin.

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding has a significant effect on the quality of the baby's health. The fact is that only 1 in 2 babies under 6 months are getting exclusive breastfeeding. One way that can affect the increase in breast milk production is by means of massage techniques. This study aims to determine the effectiveness of effleurage massage on breast milk production in post partum mothers This type of research is a quantitative study in the form of a quasi-experimental design with a two-group pretest-posttest design. The population of this study was all post partum mothers who gave birth at LMT Siregar Clinic as many as 14 people and the research sample using accidental sampling technique was 14 people who were divided into 2 groups, intervention and control. Collecting data using observation sheets which were analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a p-value of 0.038 in the intervention group and a p-value of 0.083 in the control group. The conclusion is the difference in the production of post partum mother's milk before and after the effleurage massage in the intervention group but there is no difference in the production of breast milk in the control group. For this reason is expected to provide health education on how to increase milk production with effleurage massage techniques and the need to provide support to families to carry out complementary therapy with effleurage massage techniques to increase prolactin hormone levels.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama dan utama untuk bayi. ASI mengandung zat yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, memberikan imunitas, dan persiapan di masa depan [1]. Bayi hanya diberikan ASI saja tanpa ada tambahan baik dari cairan ataupun makanan lainnya [2]. Teori yang dikemukakan di dalam laporan penelitian mengatakan pemberian ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa memberikan makanan padat atau cairan lain kecuali vitamin, mineral, dan obat-obatan lainnya [3]. UNICEF di Indonesia terdapat 30 ribu kematian anak balita, di seluruh dunia tercatat 10 juta kematian balita per tahun dan dapat dicegah melalui pemberian ASI [4].

Berdasarkan Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018, besaran cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2018 adalah 68,74%. Walaupun demikian, namun cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif tersebut belum mencapai target nasional yaitu 80%. Salah satu faktor penyebab ibu tidak memberikan ASI eksklusif adalah rendahnya pengetahuan ibu tentang pemberian ASI eksklusif [5].

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan cara teknik pijatan. Pijatan yang dilakukan terdiri atas beberapa teknik, salah satunya adalah *effleurage* (pijatan yang dilakukan dengan gerakan mengusap yang ringan dan menenangkan) yang berguna untuk memberikan rasa rileks kepada ibu menyusui melalui penghangatan otot [6] [7]. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pijat punggung teknik *effleurage* terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* normal [8].

Hasil observasi pendahuluan yang dilakukan, dari 7 ibu menyusui yang datang ke Klinik LMT Siregar hanya 2 ibu yang sedang memberikan ASI eksklusif (bayi berusia 3 dan 5 bulan). Alasan 5 ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif adalah, ibu mengatakan ASI yang keluar tidak lancar di 1-2 minggu bayi lahir sehingga diberikan susu formula, ibu dan

keluarga merasa ASI tidak cukup sehingga bayi diberikan susu formula, dan ibu bekerja di luar rumah lebih dari 8 jam.

Hasil wawancara awal juga didapati seluruh ibu menyusui tidak mengetahui adanya teknik pijatan yang dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI, dan hanya *breast care* yang diketahui para ibu menyusui. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pijat *effleurage* dalam peningkatan produksi ASI pada ibu *post partum*.

TINJAUAN PUSTAKA

Effleurage adalah gerakan mengusap yang ringan dan menenangkan (lambat, dan panjang atau putus-putus) saat memulai dan mengakhiri pijatan. Gerakan ini dapat dilakukan dengan ringan ataupun dengan sedikit penekanan. Gerakan ringan biasanya digunakan untuk meratakan minyak pijat, pengenalan gerakan (sebagai gerakan permulaan) maupun menenangkan kembali jaringan otot yang telah dirangsang dengan gerakan-gerakan lainnya. Gerakan usapan dengan sedikit menekan sifatnya adalah untuk merangsang, dan memanipulasi jaringan otot [9] [10].

Peningkatan produksi ASI juga bisa dilakukan di area punggung dengan melakukan *effleurage massage*. Sebuah penelitian di Korea yang dilakukan menjelaskan hubungan antara pijatan yang dilakukan pada regio vertebral lumbal 4 sampai sakrum 1 dengan sistem saraf otonom sehingga akan menurunkan kadar HRV, kortisol serum dan norepinefrin serta meningkatkan kadar oksitosin. Penelitian penunjang lainnya adalah penelitian yang dilakukan yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pijat otot tulang belakang dengan peningkatan kadar oksitosin dan penurunan hormon adrenokortikotropin (ACTH), oksida nitrat (NO) dan kadar beta endorfin (BE) [6].

Penelitian lain juga membuktikan adanya pengaruh pijat *effleurage* terhadap produksi ASI. Saat pijatan (rangsangan taktil) saraf punggung akan mengirimkan

sinyal ke otak (neuroendokrin) untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin yang sampai pada alveoli mammae akan menyebabkan kontraksi sel-sel khusus (sel mioepitel) yang mengelilingi alveolus mammae dan duktus laktiferus. Kontraksi sel-sel khusus ini mendorong ASI keluar dari alveolus melalui duktus laktiferus menuju ke sinus laktiferus untuk disimpan. Pada saat bayi mengisap, puting, ASI di dalam sinus tertekan dan keluar ke mulut bayi. Gerakan ASI dari sinus ini dinamakan *let down* atau pelepasan [11]. Penelitian lain juga menunjukkan pengaruh pijat terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* dengan $p\ value = 0,000$. *Massage* dapat memberikan sensasi relaks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta saluran ASI kedua payudara [12]. Hasil penelitian ini menunjukkan pijat meningkatkan produksi ASI. Hal ini disebabkan rileks yang dirasakan pada ibu sehingga berdampak pada kelancaran saluran ASI.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dalam bentuk *Quasi experiment*. Menggunakan rancangan penelitian *two-group pretest-posttest design*, dengan tujuan untuk menentukan pengaruh dari suatu tindakan pada kelompok eksperimental yang mendapat intervensi dengan menyajikan suatu ukuran perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok control yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat *effleurage* terhadap produksi ASI pada ibu *post partum*

Lokasi penelitian ini dilakukan di Klinik LMT Siregar Kota Medan. Waktu penelitian dimulai dari pengajuan judul sampai dengan sidang hasil dimulai dari bulan Februari s/d April 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu *post partum* normal yang melakukan persalinan di Klinik LMT Siregar pada bulan Februari-Maret yaknu berjumlah 14 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling berjumlah 14 orang. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu *post partum* yang bersedia dilakukan pemijatan di pagi hari, ibu yang tidak memiliki aktivitas

luar rumah di pagi hari, ibu dengan keadaan umum baik.

Alat atau instrument yang digunakan dalam proses pengumpulan data dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Peneliti melakukan pemberian pijat *effleurage* pada ibu *post partum* yang menjadi kelompok intervensi. Masing – masing berjumlah 7 orang. Adapun proses pelaksanaannya dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) yang sudah disusun. Pijat *effleurage* dilaksanakan setelah memandikan bayi di pagi hari. Jumlah ASI dilakukan pengukuran di hari pertama dilakukan pijat *efflurage* lalu dilakukan pengukuran setelah 14 hari setelah pemijatan *efflurage*. Jika data berdistribusi normal maka menggunakan *dependent t-test* atau *paired t-test* namun jika data tidak berdistribusi normal maka menggunakan *Wilcoxon Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu *Post partum* di Klinik LMT Siregar

No	Karakteristik (tahun)	Intervensi		Kontrol	
		f	%	f	%
Umur					
1	<20	0	0,0	0	0,0
2	20-35	6	85,7	7	100
3	>35	1	14,3	0	0,0
Total		7	100	7	100
Pekerjaan					
1	IRT	2	28,5	4	57,1
2	Wiraswasta	3	42,9	2	28,6
3	PNS/Polri	1	14,3	1	14,3
4	Buruh	1	14,3	0	0,0
Total		7	100	7	100
Paritas					
1	Paritas 1	1	14,2	3	42,9
2	Paritas 2	3	42,9	4	57,1
3	Paritas >2	3	42,9	0	0,0
Total		7	100	7	100

Berdasarkan tabel di atas didapati mayoritas responden berusia 20-35 tahun sebesar 85,7 % pada kelompok intervensi dan 100% pada kelompok control. Pada kelompok intervensi mayoritas responden bekerja sebagai wiraswasta (42,9%) dan kelompok control sebagai IRT (57,1%). Mayoritas kelompok control merupakan ibu dengan jumlah paritas 2 (57,1%) dan tidak ditemukan ibu dengan jumlah paritas >2, pada kelompok intervensi hanya ditemukan 1 ibu dengan jumlah paritas 1 (14,2), ibu yang memiliki jumlah paritas 2 dan >2 memiliki jumlah yang sama yakni 42,9%.

2. Frekuensi Frekuensi Produksi ASI Ibu *Post partum* pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Pretest dan Posttest Pijat efflurage di Klinik LMT Siregar

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Produksi ASI Ibu *Post partum* pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Pretest dan Posttest Pijat efflurage di Klinik LMT Siregar.

No	Produksi ASI	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
A Intervensi					
1	Lancar	2	28,6	6	85,7
2	Tidak Lancar	5	71,4	1	14,3
Total		7	100	7	100
B Kontrol					
1	Lancar	3	42,9	4	57,1
2	Tidak Lancar	4	57,1	3	42,9
Total		7	100	7	100

Tabel 2 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan pijat *effleurage*, sebagian besar ibu *post partum* pada kelompok intervensi, produksi ASI nya tidak lancar sebanyak 5 orang (71,4%) dan yang lancar sebanyak 2 orang (28,6%). Namun sesudah diberikan pijat *effleurage*, sebagian besar ibu *post partum* pada kelompok intervensi, produksi ASI nya lancar sebanyak 6 orang (85,7%) dan yang tidak lancar sebanyak 1 orang (14,3%).

Sementara itu produksi ASI ibu *post partum* kelompok kontrol pada saat *pretest* sebagian besar adalah tidak lancar sebanyak 4 orang (57,1%) sedangkan yang lancar sebanyak 3 orang (42,9%). Sedangkan pada saat *posttest*, produksi ASI ibu *post partum* kelompok kontrol sebagian besar adalah lancar sebanyak 4 orang (57,1%) sedangkan yang tidak lancar sebanyak 3 orang (42,9%).

Langkah berikutnya adalah melakukan uji hipotesis untuk mengetahui Efektivitas Pijat *Effleurage* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu *Post partum* Di BPM Tita Kecamatan Sei Rampah Tahun 2022. Namun untuk mengetahui uji statistik yang digunakan maka dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Jika data berdistribusi normal maka menggunakan *dependent t-test* atau *paired t-test* namun jika data tidak berdistribusi normal maka menggunakan *Wilcoxon Test*.

3. Efektivitas Pijat *Effleurage* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu *Post partum* di Klinik LMT Siregar

Tabel 3

Analisis Bivariat Pijat *Effleurage* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu *Post partum* di Klinik LMT Siregar

No	Kelompok	Mean	SD	Min	Max	P-Value
Intervensi						
1	<i>Pretest</i>	3,86	0,900	3	5	0,038
2	<i>Posttest</i>	4,86	0,378	4	5	
Kontrol						
1	<i>Pretest</i>	4,14	0,900	3	5	0,083
2	<i>Posttest</i>	4,57	0,535	4	5	

Produksi ASI diukur dengan menggunakan 5 item pernyataan, dengan jawaban ya (skor 1) dan tidak (skor 0) sehingga skor tertinggi 5 dan terendah adalah 0. Berdasarkan master tabel (Lampiran 7) dari 7 orang kelompok intervensi memperoleh skor produksi ASI secara berurutan yaitu (5,3,5,4,3,4,3). Dengan demikian total keseluruhan skor produksi ASI untuk 7 orang

kelompok intervensi adalah 27 (5+3+5+4+3+4+3). Maka rata-rata (*Mean*) skor produksi ASI untuk kelompok intervensi (*pretest*) adalah $27 : 7 = 3,86$. Sedangkan pada saat *posttest* diperoleh skor produksi secara berurutan (5,5,5,5,5,5,4). Total skor produksi ASI adalah 34 (5+5+5+5+5+5+4), maka rata-rata (*Mean*) skor produksi ASI untuk kelompok intervensi (*posttest*) adalah $34 : 7 = 4,86$.

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dianalisa bahwa pada kelompok intervensi, rata-rata (*Mean*) skor produksi ASI sebelum diberikan pijat *effleurage* adalah 3,86, namun setelah diberikan pijat *effleurage* rata-rata produksi ASI menjadi 4,86. Ini menunjukkan terjadi peningkatan produksi ASI sebanyak 1,00 point. Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata Produksi ASI pada kelompok *pretest* adalah 4,14, namun pada saat *posttest* rata-rata produksi ASI menjadi 4,57. Ini menunjukkan terjadi peningkatan produksi ASI sebanyak 0,43 point. Hasil uji statistik menggunakan uji *wilcoxon sign rank test* didapatkan hasil *p-value* 0,038 pada kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh *p-value* 0,083. Hal ini menunjukkan pada kelompok intervensi memiliki nilai $p < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada perbedaan produksi ASI ibu *post partum* sebelum dan sesudah dilakukan pijat *effleurage* pada kelompok intervensi di Klinik LMT Siregar. Namun tidak ada perbedaan produksi ASI ibu *post partum* pada pada kelompok kontrol di Klinik LMT Siregar karena nilai $p > 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, rata-rata produksi ASI sebelum diberikan pijat *effleurage* adalah 3,86, namun setelah diberikan pijat *effleurage* rata-rata produksi ASI menjadi 4,86. Ini menunjukkan terjadi peningkatan produksi ASI sebanyak 1,00 point. Hal ini menunjukkan bahwa baik pada kelompok intervensi yaitu kelompok yang diberikan pijat *effleurage* mengalami perubahan produksi ASI. Terlihat dari rata-rata skor produksi ASI yang mengalami peningkatan di masing-masing kelompok. Namun peningkatan tertinggi

terjadi pada kelompok intervensi yaitu sebanyak 1 point.

Berdasarkan hasil penelitian juga terlihat bahwa kategori produksi ASI pada kelompok intervensi sebelum diberikan pijat *effleurage*, sebagian besar ibu *post partum* pada kelompok intervensi, produksi ASI nya tidak lancar sebanyak 5 orang (71,4%) dan yang lancar sebanyak 2 orang (28,6%). Namun sesudah diberikan pijat *effleurage*, sebagian besar ibu *post partum* pada kelompok intervensi, produksi ASI nya lancar sebanyak 6 orang (85,7%) dan yang tidak lancar sebanyak 1 orang (14,3%). Hasil uji statistik menggunakan uji *wilcoxon sign rank test* didapatkan hasil *p-value* 0,038 pada kelompok intervensi. Hal ini menunjukkan pada kelompok intervensi memiliki nilai $p < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada perbedaan produksi ASI ibu *post partum* sebelum dan sesudah dilakukan pijat *effleurage* pada kelompok intervensi.

Penelitian ini membuktikan bahwa pijat *effleurage* sangat efektif dalam kelancaran produksi ASI. Memijat punggung ibu merupakan salah satu cara untuk menstimulasi refleksi oksitosin untuk membuat ibu menjadi rileks ketika ibu mengalami kesulitan untuk mengeluarkan ASI. *Massase effleurage* yang dilakukan di punggung merupakan reseptor mekanik secara langsung pada kulit, sehingga secara simultan merangsang impuls saraf aferen pada sistem limbik sepanjang tulang belakang dan costa 5-6 sampai ke scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis yang merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin. Rangsangan tersebut memberikan umpan balik pada kelenjar *hipofise posterior* (neurohipofise) sehingga oksitosin disekresi memasuki sistem peredaran darah. Oksitosin yang memasuki darah, menyebabkan kontraksi sel-sel khusus yaitu sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveolus mammae dan duktus laktiferus. Kontraksi otot halus di sekitar kelenjar payudara mengerut dan sel-sel mioepitel mendorong ASI keluar dari alveolus melalui duktus laktiferus menuju ke sinus laktiferus. Kontraksi otot halus di sekitar kelenjar payudara mengerut dan sel-sel mioepitel mendorong ASI keluar dari alveolus

melalui duktus laktiferus menuju ke sinus laktiferus [7].

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian [8], bahwa pijat punggung teknik *effleurage* dapat meningkatkan produksi ASI sehingga diharapkan dapat diaplikasikan oleh petugas kesehatan dalam pemberian asuhan pada ibu nifas. Hasil analisa data menunjukkan ada perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan yang diberikan pijat punggung teknik *effleurage* ($p= 0.001$) maupun kelompok kontrol yang tidak diberikan pijat punggung teknik *effleurage* ($p= 0.020$).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan jurnal penelitian [11], bahwa hasil uji *Paired Sample Test* menunjukkan nilai signifikan (p) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari alpha 0,05. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada pengaruh produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pijat punggung. Saat dipijat (rangsangan taktil), saraf punggung akan mengirimkan sinyal ke otak (neuroendokrin) untuk mengeluarkan oksitosin. Oksitosin yang sampai pada alveoli mammae akan menyebabkan kontraksi sel-sel khusus (sel mioepitel) yang mengelilingi alveolus mammae dan duktus laktiferus. Kontraksi sel-sel khusus ini mendorong ASI keluar dari alveolus melalui duktus laktiferus menuju ke sinus laktiferus untuk disimpan. Pada saat bayi mengisap, puting, ASI di dalam sinus tertekan dan keluar ke mulut bayi. Gerakan ASI dari sinus ini dinamakan *let down* atau pelepasan.

Penelitian yang dilakukan juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyaningrum dan Widyawati tahun 2018 yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* dengan $p\ value = 0,000$. *Massage* dapat memberikan sensasi relaks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta saluran ASI kedua payudara [12].

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan jurnal penelitian [13], pijat *effleurage* di abdomen, reseptor kulit/rangsangan taktil terjadi yang membuat saraf eferen membawa informasi dari otak atau medulla spinalis ke saraf involunter yang terdiri dari saraf

simpatis dan parasimpatis yang kemudian mengumpulkan informasi dan menyampaikan sinyal tersebut dihantarkan ke otot rahim/uterus yang akhirnya menimbulkan gerakan mencengkeram pada otot-otot rahim sehingga menimbulkan kontraksi [14]. Kontraksi tersebut dipengaruhi oleh pengeluaran hormone oksitosin. Setelah itu oksitosin bereaksi menuju hipofisis posterior yang menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Hormon oksitosin akan keluar melalui rangsangan ke puting susu melalui isapan mulut bayi atau melalui pijat *effleurage* di bagian punggung ibu bayi, dengan dilakukan pijat *effleurage* di punggung ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI akan cepat keluar [15].

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini didapati kesimpulan bahwasanya pijat *effleurage* dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum* di Klinik LMT Siregar. Ibu yang mendapatkan pijat *effleurage* terjadi peningkatan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijatan ($p\text{-value } 0,038$).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Prananjaya and N. Rudiyantri, "Determinan Produksi ASI pada Ibu Menyusui," *J. keperawatan*, vol. IX, no. 2, 2013.
- [2] J. Juliastuti and S. Sulastri, "Pengaruh Pemberian Massage Depan (Breast Care) Dan Massage Belakang (Pijat Oksitosin) Terhadap Produksi Asi Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Zainal Abidin Banda Aceh," *J. Ilm. PANNMED (Pharmacist, Anal. Nurse, Nutr. Midwivery, Environ. Dent.,* vol. 12, no. 3, 2019, doi: 10.36911/pannmed.v12i3.122.
- [3] F. S. Shafaei, M. Mirghafourvand, and S. Havizari, "The effect of prenatal counseling on breastfeeding self-efficacy and frequency of breastfeeding problems in mothers with previous unsuccessful breastfeeding: A randomized controlled clinical trial,"

- BMC Womens. Health*, vol. 20, no. 1, 2020, doi: 10.1186/s12905-020-00947-1.
- [4] U. Salamah and H. H. Prasetya, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu Dalam Pemberian Asi Eksklusif," *J. Kebidanan Malahayatu*, vol. 5, no. 3, pp. 199–204, Jul. 2019.
- [5] Kemenkes RI, "Hasil Utama Riskesdas 2018." Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Jakarta, 2018.
- [6] S. Rahayu, D. A. Milasari, and Ngadiyono, "Effect of the combination of woolwich and efflurage massage on breast milk production among normal postpartum women," *Journal of Critical Reviews*, vol. 7, no. 4. 2020, doi: 10.31838/jcr.07.04.106.
- [7] A. S. Fitri, "Pengaruh Pijat Punggung Teknik Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum Di Klinik Pratama Tanjungdeli Tua Tahun 2018," *Skripsi*, vol. 6, no. 1, pp. 1–8, 2018.
- [8] N. Safaat, "Pengaruh Pijat Punggung Teknik Effleurage Menggunakan Minyak Aroma Terapi Rose Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Normal (Studi di Polindes Desa Soddara Kec. Pasongsongan Kab. Sumenep)," *J. Kesehat.*, 2019.
- [9] G. I. Pratiwi, "Studi Literatur : Metode Non Farmakologis Mengurangi Nyeri Persalinan Dengan Menggunakan Efflurage Massage," *J. Kesehat.*, vol. 12, no. 1, pp. 141–145, May 2019.
- [10] R. Rusdin, M. Andriani, and S. Yanti, "Implementasi Mesase Effleurage Dalam Mengatasi Nyeri Menstruasi Pada Atlet Voly Stkip Taman Siswa Bima," *J. Pendidik. Olahraga*, vol. 10, no. 1, pp. 35–39, Jun. 2020.
- [11] S. Sriyati and Y. K. Sari, "Pengaruh Pijat Punggung terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum di Ruang Cempaka Room Ngudi Waluyo Wlingi Hospital," *J. Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery)*, vol. 2, no. 2, pp. 136–143, Aug. 2015, doi: 10.26699/jnk.v2i2.ART.p136-143.
- [12] A. C. Setyaningrum and M. N. Widyawati, "Pengaruh Pijat Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Primipara Di Kota Semarang," *J. Kebidanan*, vol. 8, no. 1, p. 66, 2018, doi: 10.31983/jkb.v8i1.3736.
- [13] R. Kusumaningrum, R. Yuswantina, and U. Aniroh, "Perbedaan Efektivitas Massage Effluerage Di Punggung Dengan Abdomen Terhadap Lama Pengeluaran ASI Ibu," *J. Kebidanan*, no. September, pp. 60–65, 2016.
- [14] K. Susanti, R. Ruspita, and R. Rahmi, "Pengaruh Efflurage Massage Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Post Partum Di Bpm Rosita Kota Pekanbaru," *J. Healthc. Technol. Med.*, vol. 7, no. 2, pp. 1198–1205, Oct. 2021.
- [15] J. Jamilah, "Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin Tehnik Effleurage Dan Aromaterapi Rose Terhadap Kadar Prolaktin Post Partum Normal," *J. Ilm. Bidan*, vol. 1, no. 1, pp. 1–14, Oct. 2015.