

**PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP PRODUKSI  
ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK MAMABIE  
TANGERANG SELATAN**



**Oleh:**

**FITRI PUTRI ANDRIYANI**

**245401456025**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2025**

**PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP PRODUKSI  
ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK MAMABIE  
TANGERANG SELATAN**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan  
Pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



**Oleh:**

**FITRI PUTRI ANDRIYANI**

**245401456025**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2025**

**SKRIPSI**  
**PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP PRODUKSI**  
**ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK MAMABIE**  
**TANGERANG SELATAN**

Oleh:

**FITRI PUTRI ANDRIYANI**

NPM: 245401456025

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi

Program Studi Kebidanan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 27 Agustus 2025

Pembimbing I



**Jenny Anna Siauta. SST., M.Keb.**

Pembimbing II

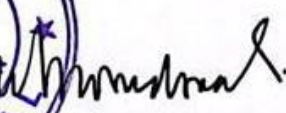


**Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S. Keb., M.Keb.**

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu  
Kesehatan



  
**Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.**

Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu  
Nifas Di Klinik Mamabie Tangerang Selatan

Nama Mahasiswa : Fitri Putri Andriyani

NPM : 245401456025

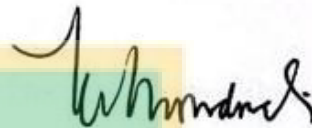


Judul Skripsi : Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu  
Nifas Di Klinik Mamabie Tangerang Selatan

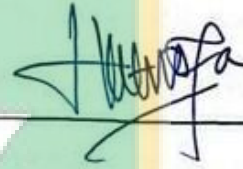
Nama Mahasiswa : Fitri Putri Andriyani

NPM : 245401456025

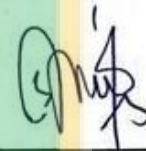
Penguji 1:  
**Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.**



Penguji 2:  
**Jenny Anna Siauta. SST., M.Keb.**



Penguji 3:  
**Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.Keb., M.Keb.**



## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Fitri Putri Andriyani

NPM : 245401456025

Judul Penelitian : Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu  
Nifas Di Klinik Mamabie Tangerang Selatan

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang sepengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 21 Agustus 2025



(Fitri Putri Andriyani)

## KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan puji dan syukur kepada Allah SWT karena nikmat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Klinik Mamabie Tangerang Selatan” sebagai salah satu syarat ujian akhir program studi Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional.

Penulis menyadari bahwa selama mengerjakan skripsi ini, penulis mendapatkan dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis dengan segenap hati mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Nasional.
2. Ibu Dr. Bdn. Putri Azzahroh, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan di Universitas Nasional.
3. Ibu Jenny Anna Siauta. SST.,M.Keb selaku pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Ibu Dr. Bdn. Siti Syamsiah, S.Keb.,M.Keb selaku pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini
5. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah membantu dan memfasilitasi selama proses pembelajaran di kampus.
6. Ibu nifas yang telah menjadi responden penelitian ini.

7. Klinik Mamabie memberikan kesempatan penulis untuk melakukan penelitian.
8. Kedua orang tua yang selalu memberikan motivasi dan mendoakan serta membantu penulis dengan penuh kasih sayang dan ketulusan.
9. Teman-teman seangkatan kebidanan Universitas Nasional yang telah membantu, menduku,, dan berjuang bersama dalam penyelesaian penelitian ini.

Penulis memahami bahwa karya akademis ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan ilmu dan keterampilan penulis. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat berguna bagi pembaca dan pihak-pihak lainnya.



Tangerang, 10 Juli 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Fitri Ayu Andriyani'.

Fitri Ayu Andriyani

## Abstrak

### PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK MAMABIE TANGERANG SELATAN

*Fitri Putri Andriyani, Jenny Anna Siauta, Siti Syamsiah*

**Latar Belakang:** Ketidاكلancaran produksi ASI merupakan salah satu permasalahan umum ibu menyusui pada masa nifas yang dipicu oleh kurangnya rangsangan hormon dan prolaktin yang berperan penting dalam proses laktasi. Salah satu metode non farmakologi yang aman untuk meningkatkan produksi ASI adalah pijat laktasi.

**Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Mamabie Tangerang Selatan.

**Metodologi:** Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*, yaitu satu kelompok diberikan intervensi dan dilakukan pengukuran sebelum dan sesudah pijat laktasi. Ibu nifas diberikan intervensi sejak hari pertama sampai hari ketiga, dilakukan satu kali sehari ± selama 15 menit. Penelitian pada Agustus 2025 di Klinik Mamabie Tangerang Selatan. Sampel penelitian berjumlah 16 ibu nifas dengan teknik sampel yaitu *Purposive sampling*. Data diolah dengan *descriptive statistic*, Uji *Wilcoxon*.

**Hasil Penelitian:** Hasil rerata *pre-test* dan *post-test* yaitu 25,50 ml dan 51,50 ml serta hasil Uji *Wilcoxon* sebesar 0,001 artinya  $P < 0,05$  sehingga ada pengaruh yang signifikan pijat laktasi terhadap produksi ASI.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh yang signifikan pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

**Saran:** Pijat laktasi dapat menjadi alternatif non-farmakologi pencegahan ketidاكلancaran produksi ASI pada ibu nifas.

**Kata Kunci:** Ibu nifas, pijat laktasi, produksi ASI.

**Kepustakaan:** 25 Pustaka (2020-2025)

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF LACTATION MASSAGE ON BREAST MILK PRODUCTION IN POSTPARTUM MOTHERS AT MAMABIE CLINIC, SOUTH TANGERANG

*Fitri Putri Andriyani, Jenny Anna Siauta, Siti Syamsiah*

**Background:** Insufficient breast milk production is a common problem among postpartum mothers, often caused by inadequate stimulation of hormones such as prolactin, which plays a vital role in the lactation process. One safe non-pharmacological method to increase breast milk production is lactation massage.

**Objective:** To determine the effect of lactation massage on breast milk production in postpartum mothers at Mamabie Clinic, South Tangerang.

**Methodology:** This study employed a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach, where one group received the intervention and measurements were taken before and after lactation massage. Postpartum mothers received the intervention once a day for three consecutive days ( $\pm 15$  minutes each session). The study was conducted in August 2025 at Mamabie Clinic, South Tangerang, with a sample of 16 postpartum mothers selected through purposive sampling. Data were analyzed using descriptive statistics and the Wilcoxon test.

**Results:** The mean breast milk volume increased from 25.50 ml (pre-test) to 51.50 ml (post-test). The Wilcoxon test yielded a p-value of 0.001, indicating  $p < 0.05$ , thus showing a significant effect of lactation massage on breast milk production.

**Conclusion:** Lactation massage significantly influences breast milk production in postpartum mothers.

**Suggestion:** Lactation massage can be recommended as a non-pharmacological alternative to prevent inadequate breast milk production in postpartum mothers.

**Keywords:** Postpartum mothers, lactation massage, breast milk production.

**References:** 25 (2020–2025).

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
Abstrak .....	viii
<i>Abstrack</i> .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
2.1 Masa Nifas .....	7
2.2 ASI Eksklusif .....	16
2.3 Pijat Laktasi .....	28
2.4 Kerangka Teori .....	44
2.5 Kerangka Konsep .....	44

2.6	Hipotesis .....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....		46
3.1	Desain Penelitian .....	46
3.2	Populasi dan Sampel .....	46
3.3	Lokasi Penelitian.....	48
3.4	Waktu Penelitian.....	48
3.5	Variabel Penelitian.....	48
3.6	Definisi Operasional .....	49
3.7	Instrument Penelitian .....	49
3.8	Prosedur Pengumpulan Data.....	50
3.9	Analisis Data.....	52
3.10	Etika Penelitian.....	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		57
4.1	Hasil Penelitian.....	57
4.2	Pembahasan.....	59
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	61
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		62
5.1	Simpulan .....	62
5.2	Saran .....	62
DAFTAR PUSTAKA .....		64
LAMPIRAN.....		66

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Rancangan Penelitian.....	46
Tabel 3. 2. Definisi Operasional .....	49
Tabel 4. 1. Rata-Rata Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Pijat Laktasi.....	57
Tabel 4. 2. Hasil Uji Normalitas Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Pijat Laktasi Pada Ibu Nifas Di Klinik Mamabie Tangerang Selatan.....	58
Tabel 4. 3. Pengaruh Pijat Laktasi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Klinik Mamabie Tangerang Selatan .....	58



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Teknik Menyusui Yang Benar .....	22
Gambar 2. 2. Patofisiologis Pijat Laktasi Pada Ibu Nifas .....	30
Gambar 2. 3. Pijatan Pada Tengkuk .....	31
Gambar 2. 4. Pijatan Mengusap Bahu .....	32
Gambar 2. 5. Pijatan Tekukan Tulang Belikat.....	33
Gambar 2. 6. Pijatan Tulang Punggung Menggunakan Telapak Tangan .....	33
Gambar 2. 7. Pijatan Tulang Punggung Menggunakan Ibu Jari.....	34
Gambar 2. 8. Ibu jari seperti berjalan di kanan kiri lumbal.....	34
Gambar 2. 9. Pijat Payudara Butterfly .....	35
Gambar 2. 10. Pijat Mini Butterfly .....	36
Gambar 2. 11. Pijat Wings Stroke .....	36
Gambar 2. 12. Gerakan Mengayuh.....	37
Gambar 2. 13. Gerakan Bulan Matahari.....	37
Gambar 2. 14. Gerakan Spiral .....	38
Gambar 2. 15. Gerakan Diamond Stroke.....	39
Gambar 2. 16. Titik rangsang produksi ASI.....	39
Gambar 2. 17. Titik rangsang produksi ASI.....	40
Gambar 2. 18. Titik rangsang produksi ASI.....	40
Gambar 2. 19. Gambar Pijatan Areola.....	41
Gambar 2. 20. Pijatan Areola .....	41
Gambar 2. 21. Pijatan Areola .....	42
Gambar 2. 22. Gerakan Seperti Huruf C .....	42
Gambar 2. 23. Kompres Payudara.....	43

## DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
SKI	: Survey Kesehatan Indonesia



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Konsultasi .....	67
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Kesehatan.....	69
Lampiran 3. Surat Balasan Pengambilan Data Dari Tempat Penelitian .....	70
Lampiran 4. Uji Etik .....	71
Lampiran 5. Informed Consent .....	72
Lampiran 6. Instrument Penelitian.....	73
Lampiran 7. Standar Operasional Prosedur (SOP) .....	74
Lampiran 8. Master Tabel.....	76
Lampiran 9. Hasil Output SPSS.....	77
Lampiran 10. Bukti Foto Kegiatan Penelitian .....	80
Lampiran 11. Uji Ithenticate .....	83
Lampiran 12. Biodata penulis.....	84

