

**KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN PIJAT LAKTASI DALAM MENINGKATKAN
PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG**



OLEH

AGNES RAMBU KAITA RIWA, S.Tr.Kep

NIM. PO5303211241553

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
KEMENKES POLTEKKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

**KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN PIJAT LAKTASI DALAM MENINGKATKAN
PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG**

Karya Ilmiah Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk
menyelesaikan Pendidikan Profesi Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Poltekkes Kemenkes Kupang



OLEH

AGNES RAMBU KAITA RIWA, S.Tr.Kep

NIM. PO5303211241553

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
KEMENKES POLTEKKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Agnes Rambu Kaita Riwa, S.Tr.Kep

NIM : PO5303211241553

Program studi : Profesi Ners

Perguruan : Poltekkes Kemenkes Kupang

Dengan ini saya menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang saya tulis adalah sepenuhnya hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiat dari tulisan atau pemikiran orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil jiplakan, saya siap menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Kupang, 13 Agustus 2025

Pembuat Pernyataan



Agnes Rambu Kaita Riwa, S.Tr.Kep

NIM.PO5303211241553

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN PIJAT LAKTASI DALAM MENINGKATKAN
PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Disusun Oleh:

Agnes Rambu Kaita Riwa, S.Tr.Kep
NIM.PO530211241553

Telah disetujui oleh pembimbing untuk uji/seminar pada tanggal:
Kupang, 13 Agustus 2025

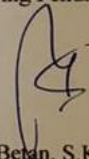
Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



Dr. Ina Debora Ratu Ludji, SKp., M.Kes
NIP. 196806181990032001



Mariana Oni Betan, S.Kep.,Ns., MPH
NIP. 197307101997032003

Kupang, 13 Agustus 2025

Ketua Jurusan

Ketua Program Studi



Dr. Florentianus Tat, SKp., M.Kes
NIP. 196911281993031005



Dr. Aemilianus Mau, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197205271998031001

LEMBAR PENGESAHAN
PENERAPAN PIJAT LAKTASI DALAM MENINGKATKAN
PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Disusun Oleh

Agnes Rambu Kaita Riwa, S.Tr.Kep

NIM.PO5303211241553

Telah dipertahankan dan diseminarkan didepan Dewan Penguji

Pada tanggal: 13 Agustus 2025

Mengesahkan

Penguji Utama

Aben B.Y.H. Romana, S.Kep.,Ns., M.Kep

NIP. 196711181989032001

Penguji I

Mariana Oni Betan, S.Kep.,Ns., MPH

NIP. 197307101997032003

Penguji II

Dr. Ina Debora Ratu Ludji, SKp., M.Kes

NIP. 196806181990032001

(.....)

(.....)

(.....)

Kupang, 13 Agustus 2025

Ketua Jurusan

Dr. Florentianus Tat., SKp., M.Kes

NIP. 196911281993031005

Ketua Program Studi

Dr. Aemilianus Mau, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 197205271998031001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Agnes Rambu Kaita Riwa
Tempat Tanggal Lahir : Paterulima, 02 Juli 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Kewarganegaraan : Indonesia
Pekerjaan : Mahasiswa
Email : agnesrambu02@gmail.com

Riwayat Pendidikan

TK Anakalang : Tahun 2006
SDN Anakalang Sumba Tengah : Tahun 2012
SMPN 1 Waibakul Sumba Tengah : Tahun 2015
SMA Kristen Waibakul Sumba Tengah : Tahun 2018

Kuliah di Jurusan Keperawatan Program Studi Pendidikan Profesi Ners Kemenkes Poltekkes Kupang (2020-2024)

Melanjutkan Profesi Ners di Jurusan Keperawatan Program Studi Profesi Ners Kemenkes Poltekkes Kupang (sejak 2024-2025)

MOTTO

**“Jangan pernah takut untuk gagal, tapi takutlah
karena belum pernah memulai”**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat, rahmat, dan kasih-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini dengan judul **“Penerapan Pijat Laktasi Dalam Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang”** dengan baik.

Karya Ilmiah Akhir ini disusun untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kupang.

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Ibu Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp., M.Kes sebagai pembimbing utama, Ibu Mariana Oni Betan, S.Kep.,Ns., MPH sebagai pembimbing pendamping dan Aben B.Y.H. Romana, S.Kep.,Ns.,M.Kep sebagai penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan serta motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulis juga mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan SKM., M.Kes selaku Bapak Direktur Politeknik Kesehatan kemenkes Kupang
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
3. Dr. Aemilianus Mau, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
4. Blasius Gadur., S.Kep,Ns.,MSi selaku pembimbing akademik yang selalu mendukung, memotivasi untuk senantiasa bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Bapak/Ibu Dosen, Staf dan Pegawai Jurusan Keperawatan Kupang yang telah mendidik dan mengajarkan penulis selama masa perkuliahan.
6. Kepada Puskesmas Oesapa Kupang yang telah mengijinkan penulis untuk mengambil data awal dan melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota kupang

7. Kepada kedua orang tua tercinta, Alm. Ayah Umbu Laiya Duka dan Ibu Bangi Wiku yang selalu mendoakan dan memotivasi saya untuk tetap semangat dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.
8. Kepada keluarga terutama saudaraku kakak Moy dan adik Marsa yang telah mendukung dan membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada teman – teman Ners angkatan VI Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan terutama yang telah memberikan informasi, semangat dan dukungan dalam menyelesaikan tugas akhir ini
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan secara individu, namun telah memberikan bantuan dan kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini dengan cara mereka masing-masing.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih memiliki keterbatasan dan belum mencapai kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis sangat berharap menerima kritik dan saran konstruktif dari semua pihak, agar karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat baik bagi penulis maupun bagi pembaca.

Kupang, 13 Agustus 2025

Penulis

ABSTRAK

PENERAPAN PIJAT LAKTASI DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG

Agnes Rambu Kaita Riwa¹

Ina Debora Ratu Ludji², Mariana Oni Betan³, Aben B.Y.H.Romana⁴

¹Mahasiswa Prodi Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

^{2,3,4}Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang

Email : agnesrambu02@gmail.com

Latar Belakang: Masalah produksi ASI sering kali terhambat dikarenakan beberapa faktor yaitu stres, gaya hidup yang tidak sehat, dan ketidakseimbangan hormon. Produksi ASI yang kurang mencukupi sering menjadi kendala bagi ibu menyusui dan berdampak pada kesehatan bayi. Pijat laktasi dapat meningkatkan produksi ASI dengan merangsang hormon oksitosin dan memberikan efek relaksasi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat laktasi pada ibu menyusui usia 0–6 bulan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah deskriptif dalam bentuk studi kasus, respondennya adalah ibu menyusui 0-6 bulan sebanyak 3 partisipan, instrumen yang digunakan adalah alat pompa ASI, plastik ASI, minyak zaitun dan lembar observasi. **Hasil:** Setelah pijat laktasi selama 3 hari, produksi ASI meningkat pada ketiga ibu, yaitu 160 ml, 120 ml, dan 110 ml. Keluhan lelah, cemas, dan nyeri payudara berkurang, payudara tampak lebih normal, dan ASI memancar. **Kesimpulan:** Produksi ASI sesudah dilakukan pijat laktasi terdapat peningkatan pada ketiga partisipan, pada Ny.A produksi ASI sebanyak 160 ml, **Pada Ny.N** produksi ASI sebanyak 120 ml, **Pada Ny.F** produksi ASI sebanyak 120 ml. Rata-rata pengeluaran ASI sebelum dilakukan pijat laktasi sebanyak 50 ml, sedangkan rata-rata pengeluaran ASI sesudah dilakukan pijat laktasi sebanyak 120 ml. **Saran:** Penerapan edukasi pijat laktasi dapat digunakan pasien dan keluarga untuk menambah ilmu pengetahuan sehingga dapat melakukan pijat laktasi secara mandiri untuk mengatasi masalah laktasi dan mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Kata Kunci: Menyusui, Pijat Laktasi, Produksi ASI

ABSTRACT

THE APPLICATION OF LACTATION MASSAGE IN INCREASING BREAST MILK PRODUCTION IN BREASTFEEDING MOTHERS AGED 0–6 MONTHS IN THE WORKING AREA OF OESAPA PUBLIC HEALTH CENTER, KUPANG CITY

Agnes Rambu Kaita Riwa¹

Ina Debora Ratu Ludji², Mariana Oni Betan³, Aben B.Y.H.Romana⁴

¹ Nursing Profession Program Students, Health Polytechnic of the Ministry of Health Kupang

^{2,3,4} Lecturers, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Kupang

Email: agnesrambu02@gmail.com

Background: Breast milk production is often hindered by several factors, including stress, unhealthy lifestyle, and hormonal imbalance. Insufficient breast milk supply frequently becomes an obstacle for breastfeeding mothers and affects the baby's health. Lactation massage can help increase breast milk production by stimulating the release of oxytocin and providing a relaxing effect. **Objective:** This study aims to observe breast milk production before and after lactation massage in breastfeeding mothers with infants aged 0–6 months. **Method:** This type of research is descriptive in the form of a case study. The respondents were breastfeeding mothers with infants aged 0–6 months, consisting of 3 participants. The instruments used were a breast pump, breast milk storage bags, olive oil, and an observation sheet. **Results:** After three days of lactation massage, breast milk production increased in all three mothers, with volumes of 160 ml, 120 ml, and 110 ml, respectively. Complaints of fatigue, anxiety, and breast pain were reduced, the breasts appeared more normal, and breast milk was expressed. **Conclusion:** Breast milk production increased in all three participants following lactation massage. Mrs. A produced 160 ml, Mrs. N produced 120 ml, and Mrs. F produced 120 ml of breast milk. The average breast milk output before lactation massage was 50 ml, while the average output after lactation massage was 120 ml. **Recommendation:** The implementation of lactation massage education can be utilized by both patients and families to enhance knowledge, enabling them to perform lactation massage independently to address lactation issues and support the success of exclusive breastfeeding.

Keywords: Breastfeeding, Lactation Massage, Breast Milk Production

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep ASI	5
2.1.1 Pengertian.....	5
2.1.2 Keuntungan Pemberian ASI.....	5
2.1.3 Kandungan ASI	7
2.2 Konsep Menyusui	9
2.2.1 Pengertian.....	9
2.2.2 Jenis Menyusui.....	10
2.2.3 Manfaat Menyusui	10
2.2.4 Fisiologi Menyusui.....	10
2.2.5 Prinsip-Prinsip Menyusui.....	10
2.3 Konsep Pijat Laktasi.....	11
2.3.1 Pengertian.....	11
2.3.2 Manfaat Pijat Laktasi	12

2.3.3 Manajemen Laktasi	12
2.4 Konsep Teori Asuhan Keperawatan	19
2.4.1 Pengkajian	19
2.4.2 Diagnosa Keperawatan.....	23
2.4.3 Intervensi Keperawatan.....	24
2.4.4 Implementasi Keperawatn.....	27
2.4.5 Evaluasi Keperawatan	28
2.5 Kerangka Konsep.....	29
2.6 Evidance Based Practice.....	30
BAB 3 METODE PENELITIAN	32
3.1 Rancangan Penelitian	32
3.2 Subyek Studi Kasus.....	32
3.3 Fokus Studi Kasus	33
3.4 Variabel Penelitian	33
3.5 Definisi Operasional.....	33
3.6 Instrumen Studi Kasus	34
3.7 Metode Pengumpulan Data	34
3.8 Tempat dan Waktu Pengambilan Data Studi Kasus	34
3.9 Prosedur Pengambilan Data	34
3.10 Analisa Data dan Penyajian Data	35
3.11 Etika Studi Kasus	35
BAB 4 HASIL PENELITIAN dan PEMBAHASAN.....	37
4.1 Hasil Penelitian.....	37
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	37
4.1.2 Gambaran Umum Pelaksanaan Penelitian	37
4.1.3 Gambaran Karakteristik Ibu Menyusui 0-6 Bulan.....	38
4.1.4 Gambaran Pengkajian Ibu Menyusui 0-6 Bulan	38
4.1.5 Produksi ASI Sebelum Pijat Laktasi	49
4.1.6 Produksi ASI Sebelum Pijat Laktasi	49
4.2 Pembahasan	50
4.2.1 Karakteristik Ibu Menyusui 0-6 Bulan.....	50
4.2.2 Produksi ASI Sebelum di Lakukan Pijat Laktasi	53
4.2.3 Produksi ASI Sesudah di Lakukan Pijat Laktasi.....	54
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB 5 PENUTUP.....	58
5.1 Kesimpulan	58
5.2 Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan

Tabel 2.2 Evidance Based Practice

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Karakteristik Ibu Menyusui 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas
Oesapa Kota Kupang

Tabel 4.2 Distribusi Produksi ASI Sebelum di Lakukan Pijat Laktasi di Wilayah
Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Tabel 4.3 Distribusi Produksi ASI Sesudah di Lakukan Pijat Laktasi di Wilayah
Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep penelitian

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian dari Poltekes Kemenekes Kupang
- Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Kupang
- Lampiran 3. Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 4. Informed Consent
- Lampiran 5. Media Penelitian
- Lampiran 6. Lembar Observasi Produksi ASI
- Lampiran 7. SPO Pijat Laktasi
- Lampiran 8. Lembar Konsultasi Karya Ilmiah Akhir
- Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian