

Implementasi Pijat Payudara Untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Pada Ibu Post Partum H Di Ruang Nifas RSUD Waikabubak

Apliana Tuwa Mali¹, Grasiana Florida Boa², Ririn Widyastuti³

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) adalah asupan terbaik yang diberikan oleh ibu kepada bayinya tanpa tambahan makanan atau minuman lain hingga bayi berusia 6 bulan, dan dapat dilanjutkan hingga usia 2 tahun atau lebih sesuai kebutuhan. Pemberian ASI memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap kelangsungan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan bayi, terutama pada masa awal kehidupannya. Salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum dengan melakukan pijat payudara dengan cara memijat sepanjang area payudara secara melingkar atau memutar menggunakan kedua tangan selama kurang lebih 15 menit secara rutin. Teknik ini merangsang saraf parasimpatis untuk mengirimkan sinyal ke bagian belakang otak, yang kemudian akan memicu pelepasan hormon oksitosin. Hormon ini berperan penting dalam merangsang kontraksi otot-otot halus di sekitar alveoli payudara sehingga ASI dapat diproduksi dan dikeluarkan lebih lancar. **Tujuan:** dari kegiatan ini adalah untuk mengimplementasikan pijat payudara pada ibu post partum sejak hari pertama setelah melahirkan sebagai upaya meningkatkan produksi Air Susu Ibu. **Metode:** dalam penelitian ini melibatkan dua orang klien ibu post partum dengan dilakukan pijat payudara bersedia menjadi responden dengan kedua klien mengalami masalah ASI. **Hasil:** Setelah dilakukan tindakan prosedur keperawatan pada klien 1 dan 2 didapatkan ASI tidak keluar sejak melahirkan. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil uraian studi kasus implementasi pijat payudara pada ibu post partum di Ruang Nifas RSUD Waikabubak, penulis dapat mengambil kesimpulan yaitu implementasi pijat payudara pada ibu post partum dapat meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI, sehingga kebutuhan nutrisi bayi terpenuhi. Selain itu, pijat payudara juga memberikan efek relaksasi bagi ibu, yang turut membantu meningkatkan kepercayaan diri dan kenyamanan saat menyusui.

Kata Kunci : Ibu Post Partum, Menyusui Tidak Efektif, Implementasi Pijat Payudara