

RINGKASAN PENELITIAN

PENGARUH PIJAT ENDORPHIN TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BUSUNGBIU I TAHUN 2023

Oleh :

Kadek Rika Sawitri

Pemberian ASI eksklusif pada bayi berusia kurang dari 6 bulan dapat mengurangi bayi mengalami *stunting* dan *wasting*. Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Busungbiu I menyatakan bahwa cakupan ASI eksklusif belum mencapai target. Pijat endorphin mempengaruhi produksi ASI yang dihasilkan ibu menyusui sehingga bermanfaat dan mampu memaksimalkan berat badan bayi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Pijat Endorphin terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Busungbiu I Tahun 2023. Jenis penelitian kuantitatif rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan eksperimen semu (*quasy experiment*). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode pre-eksperimen. Penelitian pre eksperimen ini menggunakan rancangan *One Group Pretest Posttest design*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari-April 2023 dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Besar sampel penelitian ini adalah 30 orang ibu nifas hari ke 3 diberikan pijat endorphin. Analisis data menggunakan analisis bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil analisis uji bivariat menggunakan uji *Wilcoxon* dan diperoleh nilai p yaitu 0,0001. Karena nilai $p < \alpha$ (0,05), maka H_0 ditolak, hal ini berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan metode pijat Endorphin pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Busungbiu I, dapat disimpulkan bahwa pijat Endorphin terbukti efektif dapat meningkatkan produksi ASI bila dilakukan dengan teknik yang tepat.

Kata Kunci: Pijat Endorphin, ASI, Ibu Nifas.

**THE EFFECTS OF ENDORPHIN MASSAGE ON THE BREAST MILK
PRODUCTION IN POSTPARTUM MOTHERS
AT PUSKESMAS BUSUNGBIU I IN 2023**

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding to a baby less than 6 months can help reduce stunting and wasting. The results of the Preliminary study at the Busungbiu Health Center I stated that the scope of exclusive breastfeeding has not reached the target. Endorphin massage affects the production of breast milk produced by breastfeeding mothers so that it is beneficial and able to maximize the baby's weight. The aim of this study is to figure out the effect of Endorphin massage for the production of breast milk from post-partum mothers in the working area of Busungbiu I Health Center in 2023. The type of this study is Quantitative study, the scheme used in this study is Quasy Experiment. The design of this study is using the pre-experiment method. This pre-experiment study used a One Group pretest-posttest design. This study was carried out from February to April 2023 using purposive sampling. The amount of sample in this study is 30 post-partum mothers on the third day given Endorphin massage. Bivariate analysis was used to analyze the data which utilized the Wilcoxon test. The result of this analysis found that the value of P is 0.0001. Due to the P value < a (0.05), therefore HO is refused, which means there is an impact before and after giving Endorphin Massage to post-partum mothers in the working area of Busungbiu I Health Center. It can be concluded that Endorphin Massage is effective to increase breast milk production when it is done properly.

Keywords: Endorphin Massage, Breast milk, Post-partum mother.