

**SKRIPSI**

**PENGARUH *BACK ROLLING MASSAGE* TERHADAP PRODUKSI ASI  
PADA IBU *POST PARTUM* DI WILAYAH KERJA  
UPTD PUSKESMAS KARANGASEM I  
TAHUN 2023**



Oleh:

**NI WAYAN SUPARTINI**  
**NIM :202215302088**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KARTINI BALI  
TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *BACK ROLLING MASSAGE* TERHADAP PRODUKSI ASI  
PADA IBU *POST PARTUM* DI WILAYAH KERJA  
UPTD PUSKESMAS KARANGASEM I  
TAHUN 2023**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan  
Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kartini Bali**



**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KARTINI BALI  
TAHUN 2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PENGARUH *BACK ROLLING MASSAGE* TERHADAP PRODUKSI ASI  
PADA IBU *POST PARTUM* DI WILAYAH KERJA  
UPTD PUSKESMAS KARANGASEM I  
TAHUN 2023**

**TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN**

**PEMBIMBING UTAMA:**



**Bdn. KADEK WIDIANTARI, S.ST., M.Kes**  
NIDN.08.1802.9003

**PEMBIMBING PENDAMPING:**



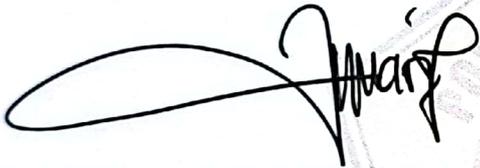
**NI MADE DARMIYANTI, S.ST., M.Keb**  
NIDN:08.1808.7401

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH *BACK ROLLING MASSAGE* TERHADAP PRODUKSI ASI  
PADA IBU *POST PARTUM* DI WILAYAH KERJA  
UPTD PUSKESMAS KARANGASEM I  
TAHUN 2023**

**TELAH DIUJIKAN DIHADAPAN TIM PENGUJI  
TANGGAL: 5 JULI 2023**

**PENGUJI I:**



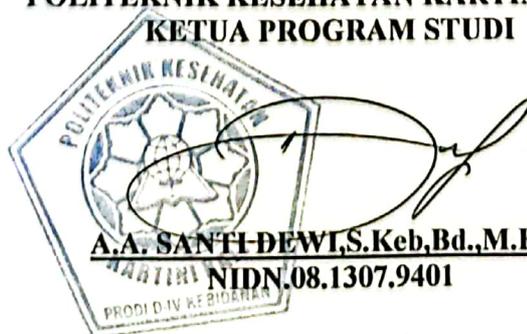
**G.A RARAS PRAMININGRUM, S.ST., M.Keb**  
NIDN.08.1110.9401

**PENGUJI II:**



**Dr. G.A MARTHA WININGSIH, S.ST,MM.,M.Kes.**  
NIDN.08.0411.7901

**MENGETAHUI  
POLITEKNIK KESEHATAN KARTINI BALI  
KETUA PROGRAM STUDI**



**A.A. SANTI DEWI, S.Keb, Bd., M.Keb**  
NIDN.08.1307.9401

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa karena atas asung kerta wara nugrahanya penulis dapat menyusun Skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Back Rolling Massage* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I Tahun 2023”**. Skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya oleh karena adanya bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. A.A. Ngurah Roy Kesuma,ST.,MM selaku Ketua Yayasan Kartini Bali.
2. Dr. G.A Martha Winingsih, S.ST.,M.M.,M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kartini Bali yang telah memfasilitasi peneliti untuk melaksanakan penelitian.
3. Kepala UPTD Puskesmas Karangasem I yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di wilayah kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.
4. Bdn. Kadek Widiantari S.ST., M.Kes selaku Dosen Pembimbing utama yang telah memberi arahan, motivasi dan bimbingan selama penulis menyusun Skripsi.
5. Ni Made Darmiyanti, S.ST.,M.Keb, selaku dosen pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan dan bimbingan.
6. G.A Raras Praminingrum,S.ST.,M.Keb,selaku dosen penguji I dalam bidang skripsi ini yang sudah memberikan arahan dan masukan

7. Dr.G.A Martha Winingsih,S,ST,MM.,M.Kes dosen penguji II yang sudah memberikan masukan
8. Seluruh dosen dan staff Politeknik Kesehatan Kartini Bali yang telah banyak membantu dalam penyusunan Skripsi ini
9. Suami dan keluarga terkasih atas segala doa,cinta dan kasih sayang serta dukungan moril dan material dalam menyelesaikan penelitian ini
10. Serta berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa, Skripsi ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu peneliti mohon kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi kesempurnaan Skripsi ini.

Denpasar, Februari 2023

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
RINGKASAN PENELITIAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. <i>Post partum</i> .....	6
1. Pengertian <i>post partum</i> .....	6
2. Perubahan/adaptasi masa <i>post partum</i> .....	6
3. Komplikasi.....	8
B. Air Susu Ibu (ASI) .....	10
1. Definisi ASI.....	10
2. Jenis-jenis ASI.....	10
3. Kandungan ASI.....	11
4. Manfaat ASI.....	13
5. Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI.....	15
6. Tanda Kecukupan ASI Pada Bayi.....	16
C. <i>Back Rolling Massage</i> .....	16
1. Pengertian.....	17
2. Manfaat.....	17

3. Mekanisme <i>Rolling Back Massage</i> .....	18
4. Indikasi <i>Rolling Back Massage</i> .....	18
5. Kontra Indikasi <i>Back Rolling Massage</i> .....	18
6. Cara melakukan <i>Rolling Back Massage</i> .....	19
BAB III KERANGKA KONSEP.....	21
A. Kerangka Konsep.....	21
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	22
C. Hipotesis.....	23
BAB IV METODE PENELITIAN.....	24
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	27
E. Pengolahan dan Analisa Data.....	29
F. Etika Penelitian.....	32
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
A. Kondisi Lokasi Penelitian.....	34
B. Karakteristik Subyek Penelitian.....	35
C. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variable....	37
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	40
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN.....	50

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operational dan Variabel Penelitian.....	22
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Karangasem Tahun 2023.....	35
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Karangasem Tahun 2023.....	36
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Karangasem Tahun 2023.....	36
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Karangasem Tahun 2023.....	37
Tabel 5.5 Produksi ASI ibu Post Partum Yang Diberikan (Intervensi) dan Tidak Diberikan (Kontrol) Back Rolling Massage di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Karangasem Tahun 2023.....	38
Tabel 5.6 Pengaruh Back Rolling Massage Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Karangasem Tahun 2023.....	37

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Tilik <i>Back Massage Rolling</i> .....	20
Gambar 2. 2. Cara melakukan <i>Back Massage Rolling</i> .....	20
Gambar 3.1. Kerangka Konsep.....	21



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Anggaran Penelitian
- Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Lembar Pengumpulan Data/Observasi
- Lampiran 6. Master Tabel
- Lampiran 7. Daftar Tilik *Back Rolling Massage*
- Lampiran 8. *SOP Back Rolling Massage*
- Lampiran 9. Keterangan Lolos Kaji Etik ( *Ethical Approval*)
- Lampiran 10. Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 11. Hasil Analisis
- Lampiran 12. Dokumentasi Pelaksanaan *Back Rolling Massage*
- Lampiran 13. Lembar Konsultasi

## RINGKASAN PENELITIAN

### PENGARUH *BACK ROLLING MASSAGE* TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU *POST PARTUM* DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KARANGASEM I TAHUN 2023

Oleh:  
Ni Wayan Supartini

ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan alami pertama untuk bayi, mengandung semua energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi dalam bulan pertama kehidupan (Nugroho, 2014). Selain kandungan gizi yang lengkap, dengan menyusu, maka bayi juga mendapat stimuli sensoris yang komprehensif (taktil, penciuman, pendengaran, kehangatan dan kasih sayang) dari ibunya (Hariani, et al, 2016). Data Badan Kesehatan Dunia, *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menunjukkan bahwa, cakupan pemberian ASI eksklusif di dunia sekitar 44%. Secara nasional, cakupan ASI mulai meningkat sejak tahun 2019 sebesar 66.69% menjadi 69.62% pada tahun 2020 dan 71.58% pada tahun 2021. Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan yang berarti dalam pemberian ASI eksklusif di Indonesia (Badan Pusat Statistik Nasional, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Salamah dan Prasetya (2019) menyatakan bahwa rendahnya pemberian ASI *Eksklusif* dipengaruhi oleh penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Hal ini disebabkan kurangnya rangsangan hormone oksitosin dan prolaktin. Upaya alternatif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI salah satunya dengan pendekatan non farmakologi yaitu melalui penerapan *back rolling massage*. *Back Rolling massage* adalah pemijatan pada tulang belakang (costae 5-6 (ujung tulang punggung) sampai scapula dengan gerakan memutar yang dilakukan pada ibu setelah melahirkan untuk membantu kerja hormon oksitosin dalam pengeluaran ASI, mempercepat saraf parasimpatis menyampaikan sinyal ke otak bagian belakang untuk merangsang kerja oksitosin dalam mengalirkan ASI agar keluar (Desmawati, 2013). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh *Back Rolling Massage* Terhadap Produksi Asi Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I Tahun 2023. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Quasy Eksperiment* dengan rancangan *Posttest Only Control Group Design*.

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 ibu post partum terdiri dari 15 sebagai kelompok intervensi dan 15 sebagai kelompok kontrol. Hasil penelitian didapatkan rata-rata produksi ASI pada ibu post partum yang diberikan *back rolling massage* adalah 137,00 ml sedangkan yang tidak diberikan *back rolling massage* adalah 96,60 ml dan dari hasil uji statistik didapatkan ada

pengaruh *back rolling massage* terhadap produksi ASI pada ibu post partum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I Tahun 2023 ( $p\text{-value}=0,004$ ).Diharapkan bidan yang bertugas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I dapat menerapkan *back rolling massage* sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum dan dapat melibatkan peran serta suami maupun keluarga sebagai *support system* ibu nifas, sehingga dapat meningkatkan *self efficacy* ibu untuk menyusui bayinya.

**Kata Kunci :** *Back Rolling Massage*, Produksi ASI, Ibu Post Partum



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan alami pertama untuk bayi, mengandung semua energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi dalam bulan pertama kehidupan (Nugroho, 2014). Selain kandungan gizi yang lengkap, dengan menyusui, maka bayi juga mendapat stimuli sensoris yang komprehensif (taktil, penciuman, pendengaran, kehangatan dan kasih sayang) dari ibunya (Hariani, et al, 2016). ASI dipandang sebagai asupan nutrisi yang paling ideal untuk bayi, karena aman dan mengandung antibodi yang dapat mencegah timbulnya penyakit pada bayi dan anak, namun hingga saat ini terdapat dua dari tiga bayi di dunia tidak mendapatkan ASI secara eksklusif selama enam bulan dan telah terjadi selama dua dekade (WHO, 2022).

Data Badan Kesehatan Dunia, *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menunjukkan bahwa, cakupan pemberian ASI eksklusif di dunia sekitar 44%. Secara nasional, cakupan ASI mulai meningkat sejak tahun 2019 sebesar 66.69% menjadi 69.62% pada tahun 2020 dan 71.58% pada tahun 2021. Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan yang berarti dalam pemberian ASI eksklusif di Indonesia (Badan Pusat Statistik Nasional, 2022). Bayi yang tidak diberikan ASI akan memberikan dampak buruk, mempengaruhi kesehatannya seperti penyakit diare, pneumonia, ISPA, disentri, alergi dan mengganggu proses pematangan organ (Qoyyimah & Rohmawati, 2017).

Hasil Riskesdas Tahun 2018 mengungkapkan bahwa alasan utama anak 0-23 bulan belum atau tidak pernah disusui adalah karena ASI tidak keluar (65,7%) sehingga 33,3% bayi yang berumur di bawah 6 bulan telah diberikan makanan prelakteal dengan jenis makanan terbanyak adalah susu formula (84,5%) (Yulita, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Salamah dan Prasetya (2019) juga menyatakan bahwa rendahnya pemberian ASI Eksklusif dipengaruhi oleh penurunan produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Hal ini disebabkan kurangnya rangsangan hormone oksitosin dan prolaktin. Upaya alternatif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI salah satunya dengan pendekatan non farmakologi yaitu melalui penerapan *back rolling massage*. *Back Rolling massage* adalah pemijatan pada tulang belakang (costae 5- 6 (ujung tulang punggung)) sampai scapula dengan gerakan memutar yang dilakukan pada ibu setelah melahirkan untuk membantu kerja hormon oksitosin dalam pengeluaran ASI, mempercepat saraf parasimpatis menyampaikan sinyal ke otak bagian belakang untuk merangsang kerja oksitosin dalam mengalirkan ASI agar keluar (Desmawati, 2013).

Hasil penelitian Dewi (2016) juga menunjukkan perbedaan produksi ASI antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Ibu yang mendapatkan intervensi *back rolling massage* atau pijat punggung berpeluang mengalami produksi ASI 1,9 kali lebih banyak dibandingkan dengan subjek yang tidak mendapatkan perlakuan pijat punggung. Menurut (Shanti, 2018), pijatan dapat memicu pelepasan endorfin dan refleksi oksitosin, maka aktivitas pijat punggung (*back massage rolling*) akan menenangkan dan membuat ibu rileks. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Afrianti 2019) menyatakan bahwa, *back*

*rolling massage* dapat merangsang refleks oksitoksin (reflek down), sehingga ibu akan merasa lebih rileks dan ASI cepat keluar. Selain itu pijatan ini dapat mengurangi bengkak (*engorgement*), sumbatan ASI, merangsang pelepasan hormon oksosin, dan mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit (Rahayu, 2018)

UPTD Puskesmas Karangasem I merupakan Puskesmas Induk yang berada di Kabupaten Karangasem yang mewilayahi 15 Praktek Mandiri Bidan (PMB). Jumlah ibu *post partum* dalam tiga bulan terakhir dari periode bulan Oktober –Desember 2022 yaitu sebanyak 214 orang. Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 3 Januari 2022 didapatkan dari lima orang ibu *post partum*, sebanyak tiga orang (60%) memberikan ASI pada bayinya, sedangkan dua orang (40%) memberikan tambahan susu formula kepada bayinya dengan alasan ASI keluar sedikit sehingga bayi terus menangis. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian lebih lanjut tentang “Pengaruh *Back Rolling Massage* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu *Post Partum* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I Tahun 2023”.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah ada pengaruh *back rolling massage* terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* di wilayah kerja UPTD Puskesmas Karangasem I Tahun 2023”.

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *back rolling massage* terhadap produksi asi pada ibu *post partum* di wilayah kerja UPTD Puskesmas Karangasem I Tahun 2023.

#### 2. Tujuan khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini antara lain:

- a. Mengidentifikasi produksi ASI pada ibu *post partum* yang diberikan *back rolling massage* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I tahun 2023.
- b. Mengidentifikasi produksi ASI pada ibu *post partum* yang tidak diberikan *back rolling massage* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I tahun 2023.
- c. Menganalisis pengaruh *back rolling massage* terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* di wilayah kerja UPTD Puskesmas Karangasem I Tahun 2023.

### D. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat teoritis

- a. Bagi Institusi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah referensi bidang keilmuan *gentle birth* dan meningkatkan pengetahuan mahasiswa tentang terapi non farmakologi khususnya

penerapan *back rolling massage* yang dapat membantu memperlancar produksi ASI ibu pasca melahirkan.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan menambahkan variabel terapi komplementer.

2. Manfaat praktis

a. Bagi ibu *post partum*

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan upaya alternatif dalam meningkatkan produksi ASI tanpa menggunakan obat-obatan, sehingga aman untuk ibu maupun bayi yang tidak memiliki efek negatif bagi kesehatan.

b. Bagi tempat penelitian

Hasil penelitian ini, dapat dijadikan referensi dalam menentukan arah kebijakan seperti menerapkan *home care* pada ibu post partum dengan memberikan pelayanan *back rolling massage* untuk meningkatkan produksi ASI, sehingga secara tidak langsung dapat berkontribusi terhadap peningkatan cakupan ASI Eksklusif khususnya di wilayah kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.