

PENERAPAN PIJAT LAKTASI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM

Indria Uswatun Hasanah¹, Annisa Andriyani, MPH²

Indriauswatun14@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Air susu ibu (ASI) adalah satu jenis makanan yang mencakupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik dari segi fisik, psikologi, sosial maupun segi spiritual. ASI mengandung nutrisi, hormon unsur kekebalan faktor pertumbuhan bayi, antialergi serta anti inflamasi. Masa nifas adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta, serta selaput yang di perlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan Faktor faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam menyusui bayinya diantaranya kurangnya pengetahuan ibu tentang manfaat ASI dan teknik menyusui yang benar, bayi susah menyusu. Pijat terapi yang dapat dilakukan secara sederhana sesuai ibu nifas adalah pijat oksitosin, pijat punggung, pijat relaksasi dan pijat laktasi karena bertujuan untuk menambah produksi ASI. Pijat laktasi adalah teknik pijat yang dilakukan pada daerah kepala, leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon. **Tujuan** : Mengetahui hasil penerapan pijat laktasi terhadap produksi ASI terdapat peningkatan pada ibu post partum. **Metode** : jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan rancangan penelitian studi kasus (*case study*). Yang dilakukan pada 2 ibu post partum. Pijat laktasi dilaksanakan selama 7 hari dan untuk pengukurannya hari 1 dan hari ke 7. **Kesimpulan** : hasil penelitian terdapat peningkatan produksi ASI setelah dilakukan pijatan. **Saran** : Semoga bidan dan perawat atau anggota kesehatan lainnya untuk selalu menerapkan pijat laktasi untuk memproduksi ASI. **Kata kunci** : pijat laktasi , produksi ASI , post partum.