

Ade Miranti	Dosen Pembimbing
NIM C2016002	1. <u>Maryatun, S.Kep.,Ns.,M.Kes</u>
Program Sarjana Keperawatan	2. <u>Eska Dwi P,S.Kep.,Ns.,M.Kep</u>

**PENGEMBANGAN *BOOKLET* SEBAGAI MEDIA LAYANAN  
INFORMASI TENTANG METODE MEMPERLANCAR PRODUKSI  
ASI**

**Latar Belakang:** Banyak hal yang mempengaruhi kelancaran ASI, diantaranya kurang pengetahuan ibu, manfaat ASI dan hambatan-hambatan yang mungkin terjadi pada proses menyusui. Terdapat beberapa metode yang digunakan untuk membantu memperlancar produksi ASI yaitu salah satunya dengan cara perawatan payudara dan pijat endorphin. Perawatan payudara merupakan suatu tindakan merawat payudara dengan baik, agar senantiasa bersih dan terawat. *Endorphin massage* merupakan pijatan ringan merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa endorphin dan dapat menciptakan rasa nyaman. **Tujuan:** Dengan maksud dan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan wawasan kepada ibu hamil dan menyusui agar melakukannya secara mandiri dan teratur. **Metode:** *Booklet* dengan judul “Cara Mudah Memperlancar ASI” media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, tidak hanya berisi tulisan tetapi juga terdapat gambar berwarna sehingga pembaca mudah untuk memahami isi *booklet*. **Kesimpulan:** *Booklet* dengan judul “Cara Mudah Memperlancar ASI” berjumlah 16 halaman, memuat definisi, tujuan, manfaat, waktu, dan langkah-langkah perawatan payudara dan pijat endorphin.

**Kata kunci:** *memperlancar ASI, perawatan payudara, pijat endorphin*