

**ABSTRAK**  
**PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU**  
**MENYUSUI DI KLINIK KORPRI KABUPATEN SUKABUMI**

YUSNITA  
*Universitas STRADA Indonesia*  
yusnitatwinz@gmail.com

Masalah produksi ASI yang kurang atau tidak lancar pada awal masa nifas menjadi hambatan utama keberhasilan ASI eksklusif. Di Indonesia, sekitar 38% ibu berhenti menyusui karena merasa produksi ASI mereka tidak mencukupi, yang sering kali dipicu oleh faktor kelelahan dan stres. Pijat laktasi merupakan intervensi non-farmakologis yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin guna meningkatkan produksi serta melancarkan pengeluaran ASI.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Korpri Kabupaten Sukabumi. Penelitian ini menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian adalah seluruh ibu menyusui di Klinik Korpri Kabupaten Sukabumi, dengan jumlah sampel sebanyak 31 orang yang diambil menggunakan kriteria inklusi tertentu. Data dikumpulkan melalui observasi produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik *Paired Samples t-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat laktasi (*pre test*), mayoritas responden (77,4%) memiliki produksi ASI yang kurang (rata-rata skor 1,35). Setelah diberikan intervensi pijat laktasi (*post test*), seluruh responden (100%) mengalami peningkatan produksi ASI menjadi kategori banyak (rata-rata skor 2,00). Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari pijat laktasi terhadap peningkatan produksi ASI.

Pijat laktasi terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Intervensi ini memberikan efek relaksasi yang menurunkan hormon stres dan menstimulasi refleks oksitosin untuk memperlancar pengeluaran ASI.

**Kata Kunci: Ibu Menyusui, Pijat Laktasi, Produksi ASI,**

**ABSTRACT****THE EFFECT OF LACTATION MASSAGE ON BREAST MILK PRODUCTION IN BREASTFEEDING MOTHERS AT THE KORPRI CLINIC IN SUKABUMI REGENCY**

YUSNITA

STRADA Indonesia University  
yusnitatwinz@gmail.com

Low or irregular breast milk production in the early postpartum period is a major obstacle to successful exclusive breastfeeding. In Indonesia, approximately 38% of mothers stop breastfeeding because they feel their milk production is insufficient, often triggered by fatigue and stress. Lactation massage is a non-pharmacological intervention that aims to stimulate the hormones prolactin and oxytocin to increase milk production and facilitate milk release.

This study aimed to determine the effect of lactation massage on breast milk production in breastfeeding mothers at the Korpri Clinic in Sukabumi Regency. This study used a One-Group Pretest-Posttest Design. The study population was all breastfeeding mothers at the Korpri Clinic in Sukabumi Regency, with a sample size of 31 women selected using specific inclusion criteria. Data were collected through observations of breast milk production before and after the intervention, then analyzed using a paired samples t-test.

The results showed that before the lactation massage (pre-test), the majority of respondents (77.4%) had insufficient breast milk production (average score of 1.35). After the lactation massage intervention (post-test), all respondents (100%) experienced an increase in breast milk production to the high category (average score of 2.00). The statistical test results showed a significance value (Sig.) of 0.000 ( $p < 0.05$ ), indicating a significant effect of lactation massage on increasing breast milk production.

Lactation massage has been proven effective in increasing breast milk production in breastfeeding mothers. This intervention provides a relaxing effect that reduces stress hormones and stimulates the oxytocin reflex to facilitate milk letdown.

**Keywords: Breastfeeding Mothers, Lactation Massage, Breast Milk Production.**