



**PENGARUH *ENDORPHIN* MASSAGE TERHADAP KELANCARAN
PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM
DI RSUD RATU AJI PUTRI BOTUNG**

SKRIPSI

Oleh :

Rini Septianasari

152212037

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2022/2023**



**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP KELANCARAN
PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM
DI RSUD RATU AJI PUTRI BOTUNG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana

Oleh :
Rini Septianasari
152212037

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2022/2023**

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Skripsi
Rini Septianasari
152212037

PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI RSUD RATU AJI PUTRI BOTUNG.

ABSTRAK

Latar Belakang : Cakupan ASI Eksklusif di kabupaten Penajam Paser Utara pada tahun 2021 sebesar 31,8% dari target 75 % sehingga cakupan ASI Eksklusif belum terpenuhi. Penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif tersebut adalah masalah yang dialami ibu post partum dalam produksi asi salah satunya sindrom asi kurang. Penanganan non farmakologis untuk memperbanyak ASI salah satunya adalah dengan melakukan *endorphin massage* untuk meningkatkan produksi ASI sehingga memberikan kenyamanan dan relaksasi yang sangat dibutuhkan ibu nifas.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di RSUD Ratu Aji Putri Botung.

Metode : Penelitian ini menggunakan jenis metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre eksperimen yaitu *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum sebanyak 30 responden pada bulan Juni. Sampel pada penelitian ini sebagian dari jumlah populasi 15 responden ibu post partum 2 hari yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data lembar observasi, uji statistic yang digunakan *Wilcoxon Matched Pairs Sign Test*.

Hasil : Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan uji *Wilcoxon* bahwa *p-value* 0,000 dan 0.001 atau kurang dari 0.05 yang berarti bahwa *p-value* < α . Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di RSUD Ratu Aji Putri Botung.

Kesimpulan : **Kesimpulan** dari penelitian ini adalah Ada pengaruh *Endorphin Massage* terhadap kelancaran produksi ASI karena ada perbedaan yang signifikan antara kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah perlakuan.

Kata kunci : ASI, *Endorphin Massage*, Ibu Post Partum
Kepustakaan : (2014 - 2021)

Ngudi Waluyo University
Midwifery Study Program Undergraduate Program, Faculty of Health
Thesis
Rini Septianasari
152212037

**THE EFFECT OF ENDORPHIN MASSAGE ON THE
EFFECTIVENESS OF BREAST MILK PRODUCTION IN POST
PARTUM MOTHERS AT RATU AJI PUTRI HOSPITAL
BOTUNG.**

ABSTRACT

Background: Coverage of exclusive breastfeeding in Penajam Paser Utara district in 2021 is 31.8% of the target of 75%, so coverage of exclusive breastfeeding has not been met. not enough. One of the non-pharmacological treatments to increase breast milk is by doing endorphin massage to increase milk production so as to provide the comfort and relaxation that postpartum mothers really need.

Objective: To determine the effect of endorphin massage on the smooth production of breast milk in post partum mothers at Ratu Aji Putri Botung Hospital.

Methods: This study used a type of quantitative research method with a pre-experimental approach, namely one group pretest-posttest design. The population in this study were all post partum mothers as many as 30 respondents in June. The sample in this study was part of the total population of 15 respondents post partum mothers 2 days that meet predetermined criteria. The sampling technique used purposive sampling. Observation sheet data collection instrument, statistical test used Wilcoxon Matched Pairs Sign Test.

Results: Based on the results of statistical tests using the Wilcoxon test that the p-value is 0.000 and 0.001 or less than 0.05 which means that the p-value $< \alpha$. So it can be concluded that there is an effect of endorphin massage on the smooth production of breast milk in post partum mothers at Ratu Aji Putri Botung Hospital.

Conclusion: The conclusion from this study is that there is an effect of Endorphin Massage on the smooth production of breast milk because there is a significant difference between the smooth production of breast milk before and after treatment.

Keywords: ASI, Endorphin Massage, Post Partum Mother
Literature : (2014 - 2021)

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI RSUD RATU AJI PUTRI BOTUNG

Disusun Oleh:

Rini Septianasari

152212037

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2023

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenakan untuk diujikan.

Ungaran, 01 Agustus 2023

Pembimbing



Moneca Diah Listiyaningsih, S.S.T., M.Kes

NIDN. 0613038802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP KELANCARAN
PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM
DI RSUD RATU AJI PUTRI BOTUNG**

Disusun Oleh :

Rini Septianasari

152212037

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi S-1 Kebidanan,
Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Senin

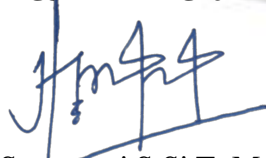
Tanggal : 07 Agustus 2023

Tim Penguji : Ketua / Pembimbing



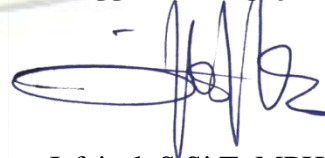
Moneca Diah Listyaningsih, S.S.T., M.Kes
NIDN.0613038802

Anggota / Penguji 1



Heni Setyowati, S.Si.T., M.Kes
NIDN. 0617038002

Anggota / Penguji 2



Isfaizah, S.Si.T., MPH
NIDN. 0608068402

Ketua Program Studi



Luvi Dian Afriyani, S.Si.T., M. Kes
NIDN. 0627048302

Dekan Fakultas



Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Rini Septianasari
NIM : 152212037
Program Studi/ Fakultas : S-1 Kebidanan / Fakultas Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* berjudul "**Pengaruh *Endorphin Massage Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di RSUD Ratu Aji Putri Botung***" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi/Karya Tulis Ilmiah* ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing

Moneca Diah Listiyaningsih, S.S.T., M.Kes

NIDN. 0613038802

Ungaran, 02 Agustus 2023

Yang membuat pernyataan



Rini Septianasari

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rini Septianasari

Nim : 152212037

Program Studi : Sarjana Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi wewenang kepada universitas ngudi waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di RSUD Ratu Aji Putri Botung”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 02 Agustus 2023

Yang membuat pernyataan



Rini Septianasari

152212037

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Rsud Ratu Aji Putri Botung”.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Luvi Dian, S.SiT., M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Moneca Diah listiyaningsih,S.S.T.,M.Kes selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini hingga dapat terselesaikan.
5. Seluruh dosen dan staf program studi sarjana kebidanan universitas ngudi waluyo yang telah membantu selama pembelajaran dan penyelesaian Tugas Akhir.
6. RSUD Ratu Aji Putri Botung yang telah bersedia memberikan izin penelitian serta informasi sehingga sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Semua responden yang bersedia berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini.
8. Kepada kedua orang tua, serta keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan baik materi maupun spiritual, yang menjadi semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Rekan-rekan Program Studi Kebidanan program Sarjana yang telah berjuang bersama untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, karena keterbatasan kemampuan dan waktu yang penulis miliki. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang telah membantu. Penulis berharap skripsi ini bisa memberikan manfaat bagi pembacanya khususnya dalam bidang kesehatan.

Ungaran, 02 Agustus 2023



Penulis

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

Nama : Rini Septianasari
Tempat/Tanggal Lahir : Waru, 24 September 1993
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Ayah : Sarji
Ibu : Ngadirah
Anak Ke- : 1 (Tunggal)
Status : Mahasiswa
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Desa Bangun Mulya Rt 010, Kecamatan Waru , Kabupaten
Penajam Paser Utara, Provinsi Kalimantan Timur
Email : rineseptianasari78@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

SDN 007 Waru (1999-2005)
SMPN 13 Penajam Paser Utara (2005-2008)
SMAN 02 Penajam Paser Utara (2008-2011)
D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kaltim (20011-2014)
S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran (2022-Sekarang)

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR	i
SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
RIWAYAT HIDUP	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN TEORI.....	9
A. Masa Nifas	9
B. ASI	24
C. Endorphin Massage	49
D. Kerangka Teori	55
E. Kerangka Konsep	56
F. Hipotesa.....	56
BAB III Metode Penelitian	57

A. Desain Penelitian.....	57
B. Lokasi Penelitian.....	58
C. Subyek Penelitian.....	58
D. Definisi Operasional.....	61
E. Variabel Penelitian.....	62
F. Pengumpulan Data.....	63
G. Pengolahan Data.....	65
H. Analisa Data.....	67
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	70
A. Hasil Penelitian	70
B. Pembahasan	75
C. Keterbatasan.....	93
BAB V PENUTUP	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	95
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN	99

DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
Dinkes	: Dinas Kesehatan
FSH	: Follicle Stimulating Hormon
HCG	: Human Chorionic Gonadotropin
Hmt	: Hematokrit
IMD	: Inisiasi Menyusui Dini
IUD	: Intrauterine Device
KB	: Keluarga Berencana
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
LH	: Luteinizin Hormone
ml	:Mililiter
NK	: Nature Killer Cell
PIH	: Prolactine Inhibitory Hormone
PPU	: Penajam Paser Utara
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
SC	: Secsio Caesarea
SOP	: Standar Operasional Prosedur
SPSS	: Statistical Program for Social Science
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR TABEL

Tabel 3.2	Definisi Operasional.....	61
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Post Partum Berdasarkan Umur,Jumlah Anak (Paritas),Pendidikan,dan Pekerjaan.....	70
Tabel 4.2	Gambaran Kelancaran Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Dilakukan <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Ibu Post Partum Di RSUD Ratu Aji Putri Botung.....	72
Tabel 4.3	Produksi ASI Berdasarkan Frekuensi Menyusui Bayi dan Frekuensi BAK Sebelum Dilakukan <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Ibu Post Partum Di RSUD Ratu Aji Putri Botung.....	72
Tabel 4.4	Produksi ASI Berdasarkan Frekuensi Menyusui Bayi dan Frekuensi BAK Sesudah Dilakukan <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Ibu Post Partum Di RSUD Ratu Aji Putri Botung.....	73
Tabel 4.5	Hasil Uji Normalitas / Tes of Normality	74
Tabel 4.6	Hasil Uji Statistik Wilcoxon Pengaruh <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Ibu Post Partum di RSUD Ratu Aji Putri Botung.....	74

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.2 Kerangka Teori	55
Bagan 2.3 Kerangka Konsep	56
Bagan 3.1 Rancangan Penelitian	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tahapan <i>Endorphin Massage</i> Pada Ibu Post Partum.....	53
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Studi Pendahuluan	100
Lampiran 2 : Surat Balasan Studi Pendahuluan	101
Lampiran 3 : Surat Ethical Clearance	102
Lampiran 4 : Surat Penelitian dan Mencari Data.....	103
Lampiran 5 : Surat Balasan Penelitian dan Mencari Data	104
Lampiran 6 : Permohonan Menjadi Responden	105
Lampiran 7 : Lembar Persetujuan Responden.....	106
Lampiran 8 : SOP Endorphin Massage	107
Lampiran 9 : Lembar Observasi Sebelum dan Sesudah Endorphin Message	108
Lampiran 10 : Hasil Pengolahan Data.....	110
Lampiran 11 : Lembar Observasi Endorphin Massage	116
Lampiran 12 : Persetujuan Responden.....	180
Lampiran 13 : Lampiran Konsultasi	192
Lampiran 14 : Catatan Observasi responden.....	19

