

**PENGARUH TEKNIK PIJAT OKETANI TERHADAP
PENGELUARAN ASI PASCA MELAHIRKAN**

TUGAS AKHIR

DUWI PUJI RAHAYU
NIM. P17230211004



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR
2024**

PENGARUH TEKNIK PIJAT OKETANI TERHADAP PENGELUARAN ASI PASCA MELAHIRKAN

Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan Diploma III di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

DUWI PUJI RAHAYU
NIM. P17230211004



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR**

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Duwi Puji Rahayu

NIM : P17230211004

Institusi : Poltekkes Kemenkes Malang Program Studi D3 Keperawatan
Blitar

Saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alih tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Tugas Akhir penelitian ini hasil pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Blitar, 20 Mei 2024

Mahasiswa



Duwi Puji Rahayu

NIM P17230211004

Mengetahui,
Pembimbing Utama



Wiwin Martiningsih, M.Kep.PhD., NS.

NIP. 19710922 199603 2 001

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul “Pengaruh Teknik Pijat Oketani Terhadap Pengeluaran Asi Pasca Melahirkan” oleh Duwi Puji Rahayu NIM P17230211004 diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada tanggal 20 Mei 2024

Blitar, 20 Mei 2024

Pembimbing Utama



Wiwin Martiningsih, M.Kep.PhD., NS.

NIP. 19710922 199603 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul “Pengaruh Teknik Pijat Oketani Terhadap Pengeluaran ASI Pasca Melahirkan” oleh Duwi Puji Rahayu NIM P17230211004 telah diujikan di depan dewan penguji pada tanggal 20 Mei 2024

Dewan Penguji,

Ketua Penguji



Andi Hayyun Abiddin, SST., M.SC
NIP. 19900129 202321 1 015

Anggota Penguji



Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D., NS
NIP. 19710922 199603 2 001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep. Ns., m.kep
NIP. 19760810 200212 2 001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun karya tulis ilmiah dengan judul “Pengaruh Teknik Pijat Oketani Terhadap Pengeluaran ASI Pasca Melahirkan” sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi D-III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Penulis menyadari bahwa selama penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen., M.Pd., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns, M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
3. Wiwin Martiningsih, S.Kep., Ns., M.Kep., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Diploma 3 Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang dan pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang berkenan memberikan saran dan masukan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan Karya Tulis Ilmiah
4. Andi Hayyun Abiddin, SST., M.SC., selaku Dosen Penguji yang berkenan memberikan saran dan dukungan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan karya tulis ilmiah ini.

5. Seluruh dosen dan staf pegawai Program Studi D-III Keperawatan Blitar yang telah memberikan ilmu dan bantuannya.
6. Teruntuk Keluarga, untuk kedua orang tua saya dan kakak yang saya sayangi bersyukur dan berterimakasih karena selalu mendukung saya dan mau mendengarkan keluh kesah saya, juga selalu memberikan doa, semangat dan dukungannya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir.
7. Dan untuk diri saya sendiri, saya ucapkan terimakasih karena sudah mampu berjalan dan bertahan hingga sekarang dan juga nanti untuk selanjutnya.
8. Teruntuk teman-teman saya yang selalu memberikan suport dan membantu saya melewati semua ini semua .
9. Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan dan penulisan tugas akhir ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini, semoga karya tulis ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak.

Blitar, 20 Mei 2024

Penulis

Duwi Puji Rahayu
NIM P17230211004

ABSTRAK

Rahayu, Duwi Puji (2024). Pengaruh Teknik Pijat Oketani Terhadap Pengeluaran ASI Pasca Melahirkan. Karya Tulis Ilmiah, Progam Studi D3 Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D., NS

ASI adalah nutrisi yang paling penting untuk memenuhi kebutuhan tumbuh kembang pada bayi terutama 6 bulan pertama tanpa makanan pendamping. Hambatan pada saat pemberian ASI secara eksklusif kepada bayi biasanya diakibatkan oleh ASI yang tidak keluar dan kurangnya produksi pada ASI, hal ini biasanya disebabkan karena rangsangan yang kurang pada hormon prolaktin dan hormon oksitosin yang sangat berperan dalam produksi ASI. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengeluaran ASI pada ibu pasca melahirkan. Desain penelitian ekperimental dengan menggunakan rancangan pre-eksperimental dalam bentuk *one-shot case study*. Teknik sampling yang digunakan adalah consecutive sampling, di peroleh sebanyak 26 responden. Penelitian ini digunakan pada tanggal 02 Febuari – 14 Maret 2024 di RSUD Dr. Soedono Madiun. Hasil penelitian ini di dapati pengeluaran ASI pada ibu meningkat sesudah dilakukan pemijatan oketani ASInya akan 100% keluar saat di lakukan pemijatan di hari ke 1 siang dan maksimal di hari ke 3 pagi, saat dilakukan pemijatan 2x sehari. Sehingga penelitian ini menyatakan bahwa pijat ini sangat efektif untuk meningkatkan produksi ASI. Setelah dilakukan penelitian ini responden sudah mengetahui cara untuk melakukan perawatan payudara berupa pijat oketani. Dan agar bisa melakukan pemijatan ini secara rutin di rumah sehingga dapat memperlancar dan memperbanyak produksi ASI.

Kata kunci : pengaruh pijat oketani, pengeluaran ASI

ABSTRAC

Rahayu, Duwi Puji (2024). The Effect of Oketani Massage Technique on Postpartum Breast Milk Expulsion. Scientific Writing. Research. D3 Nursing Study Program Blitar, Department of Nursing Polytechnic Health Ministry of Health Malang. Supervisor Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D., NS

Breast milk is the most important nutrient to fulfill the needs of growth and development in infants, especially the first 6 months without complementary foods. Obstacles during exclusive breastfeeding to infants are usually caused by non-breast milk and lack of production of breast milk, this is usually due to insufficient stimulation of the prolactin hormone and oxytocin hormone which play a very important role in breast milk production. The purpose of this study was to determine breast milk production in postpartum mothers. Experimental research design using pre-experimental design in the form of one-shot case study. The sampling technique used was consecutive sampling, obtained as many as 26 respondents. This research was used on February 02 - March 14, 2024 at Dr. Soedono Madiun Hospital. The results of this study found that breast milk production in mothers increased after ocetani massage the breast milk will be 100% out when massage is done on day 1 afternoon and maximum on day 3 morning, when massage is done 2x a day. So this study states that this massage is very effective to increase breast milk production. After this study, respondents already knew how to do breast care in the form of oketani massage. And so that they can do this massage regularly at home so that it can facilitate and increase breast milk production.

Keywords: *effect of oketani massage, milk production*

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN..... | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| KATA PENGANTAR | v |
| ABSTRAK | vii |
| <i>ABSTRAC</i> | viii |
| DAFTAR ISI..... | ix |
| DAFTAR GAMBAR | xiii |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar belakang..... | 1 |
| 1.2 Rumusan masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan penelitian..... | 4 |
| 1.4 Manfaat penelitian..... | 4 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis | 4 |
| 1.4.2 Manfaat Praktis | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 6 |
| 2.1 Konsep Post partum | 6 |
| 2.1.1 Definisi Post partum (pasca melahirkan) | 6 |
| 2.1.2 Tahapan Post Partum | 6 |
| 2.1.3 Perubahan Fisiologis Post Partum..... | 7 |
| 2.1.3.1 Sistem reproduksi..... | 7 |
| 2.1.3.2 Sistem Kardiovaskuler | 9 |
| 2.1.3.3 Sistem Urinaria | 9 |

| | |
|---|----|
| 2.1.3.4 Sistem Endokrin | 9 |
| 2.1.3.5 Laktasi | 10 |
| 2.1.3.6 Sistem Pencernaan | 10 |
| 2.1.3.7 Sistem Muskuloskeletal | 10 |
| 2.1.3.8 Perubahan Tanda-Tanda Vital..... | 11 |
| 2.1.4 Tujuan Perawatan Ibu Post Partum..... | 11 |
| 2.1.5 Kebutuhan Masa Post Partum | 12 |
| 2.1.5.1 Nutrisi dan Cairan | 12 |
| 2.1.5.2 Ambulasi | 12 |
| 2.1.5.3 Eliminasi | 13 |
| 2.1.5.4 Kebersihan Diri Pada masa post partum | 13 |
| 2.1.5.5 Istirahat dan Tidur | 14 |
| 2.1.6 Fase Adaptasi Psikologis Setelah Melahirkan | 14 |
| 2.1.6.1 Fase <i>Taking In</i> | 14 |
| 2.1.6.2 Fase <i>Taking Hold</i> | 15 |
| 2.1.6.3 Fase <i>Letting Go</i> | 15 |
| 2.2 Konsep Dasar Perawatan Payudara..... | 15 |
| 2.2.1 Definisi Perawatan Payudara | 15 |
| 2.2.2 Tujuan Perawatan Payudara..... | 16 |
| 2.2.3 Masalah Yang Sering Terjadi Saat Perawatan Payudara | 16 |
| 2.2.4 Manfaat melakukan Perawatan Payudara | 17 |
| 2.3 Air Susu Ibu (ASI) | 18 |
| 2.3.1 Pengertian ASI | 18 |
| 2.3.2 Manfaat Pemberian ASI..... | 18 |
| 2.4 Pijat Oketani..... | 21 |
| 2.4.1 Pijat Oketani..... | 21 |

| | |
|--|----|
| 2.4.2 Fungsi Pijat Oketani..... | 22 |
| 2.4.3 Langkah-Langkah Pijat Oketani | 23 |
| 2.5 Kerangka Konseptual..... | 27 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 28 |
| 3.1 Desain Penelitian..... | 28 |
| 3.2 Kerangka kerja | 28 |
| 3.3 Populasi, Sampel, Sampling..... | 29 |
| 3.3.1 Populasi | 29 |
| 3.3.2 Sampel..... | 29 |
| 3.3.3 Sampling | 29 |
| 3.4 Tempat dan Waktu Penelitian | 29 |
| 3.5 Variabel dan Definisi Operasional | 30 |
| 3.6 Instrumen Pengumpulan Data..... | 32 |
| 3.7 Teknik Pengelolaan dan Analisis Data | 32 |
| 3.7.1 Pengumpulan Data | 32 |
| 3.7.2 Pengelolaan dan Analisis Data..... | 33 |
| 3.7.3 Analisis Data | 34 |
| 3.8 Etika Penelitian | 34 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 36 |
| 4.1 Hasil Penelitian | 36 |
| 4.1.1 Gambaran Tempat Penelitian..... | 36 |
| 4.2 Hasil Pengumpulan Data..... | 37 |
| 4.2.1 Data Umum | 37 |
| 4.3 Data khusus | 37 |
| 4.4 Pembahasan..... | 39 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 42 |

| | |
|---------------------------------------|----|
| 5.1 Kesimpulan | 42 |
| 5.2 Saran..... | 42 |
| 5.2.1 Bagi peneliti selanjutnya | 42 |
| 5.2.2 Bagi tenaga kesehatan | 42 |
| 5.2.3 Bagi responden..... | 43 |
| DAFTAR PUSTAKA | 44 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|-------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Langkah I..... | 23 |
| Gambar 2.2 Langkah II..... | 23 |
| Gambar 2.3 Langkah III..... | 24 |
| Gambar 2.4 Langkah IV..... | 24 |
| Gambar 2.5 Langkah V..... | 25 |
| Gambar 2.6 Langkah VI..... | 25 |
| Gambar 2.7 Langkah VII..... | 26 |
| Gambar 2.8 Kerangka Konseptual..... | 27 |
| Gambar 3.1 Kerangka Kerja..... | 28 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Sistem Reproduksi..... | 7 |
| Tabel 2.2 Lochia..... | 8 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional..... | 30 |
| Tabel 4.1 Data Karakter Responden Ibu Bersalin..... | 37 |
| Tabel 4.2 Data Karakteristik Responden Sebelum Dan Sesudah Dilakukan..... | 38 |
| Tabel 4.3 Grtafik Pengeluaran ASI Setelah Dilakukan Pemijatan Oketani..... | 38 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|------------------|----|
| Lampiran 1..... | 46 |
| Lampiran 2..... | 47 |
| Lampiran 3..... | 48 |
| Lampiran 4..... | 49 |
| Lampiran 5..... | 50 |
| Lampiran 6..... | 51 |
| Lampiran 7..... | 52 |
| Lampiran 8 | 55 |
| Lampiran 9 | 56 |
| Lampiran 10..... | 59 |