



Studi Kasus

Aplikasi rolling massage punggung terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas

Anis Nur Fatimah¹, Sri Rejeki¹, Nikmatul Khayati¹

¹ Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel	Abstrak
<p>Riwayat Artikel:</p> <ul style="list-style-type: none">• Submit: 8 September 2023• Diterima: 29 Januari 2025• Terbit: 31 Januari 2025 <p>Kata kunci: ASI; <i>massage</i>; nifas</p>	<p>Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi alami terbaik untuk bayi karena memiliki kandungan zat dan energi yang dibutuhkan oleh bayi selama 6 bulan pertama kehidupan bayi. ASI yang tidak lancar diakibatkan karena terhambatnya hormon prolaktin membuat ASI terhambat karena tingginya kadar estrogen saat melahirkan. Terapi non farmakologi yang dapat mempercepat produksi ASI Rolling Massage punggung. Studi kasus ini bertujuan untuk mengidentifikasi pijat Rolling Massage punggung untuk meningkatkan suplai ASI. Metode yang diterapkan dalam studi kasus ini adalah penelitian deskriptif studi dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Subyek studi adalah 3 orang ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi antara lain ibu nifas yang dengan ASI tidak lancar, ibu nifas dengan usia 20-35 tahun, ibu nifas hari ke 2-4 hari. Pemberian Rolling Massage dilakukan 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 3 hari berturut-turut selama dengan gerakan empat gerakan secara berulang selama 10-15 menit, menggunakan alat ukur lembar observasi BAB dan BAK selama 24 jam. Hasil dari pemijatan Rolling Massage punggung selama 3 hari pada pagi dan sore hari selama 10-15 menit adalah peningkatan produksi ASI disertai dengan BAB dan BAK bayi yang lebih banyak selama tiga hari dengan rata-rata peningkatan BAK 7 kali dalam 24 jam pada hari ke 3 setelah dilakukan intervensi. Pemijatan Rolling Massage punggung dapat melancarkan dan meningkatkan suplai ASI pada ibu nifas dengan cara memberikan rangsangan pemijatan pada tulang belakang dengan meletakkan costae 5-6 tulang rusuk pada scapula dengan gerakan pemijatan memutar. Rangsangan pada Rolling Massage dapat membantu ibu merasa lebih nyaman dan membantu meningkatkan kelancaran suplai ASI. Hasil yang diperoleh dari ketiga responden setelah dilakukan intervensi berupa terapi Rolling Massage punggung selama 3 hari adalah produksi ASI yang meningkat dapat dilihat dari lembar observasi peningkatan produksi ASI.</p>

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi alami terbaik untuk bayi karena memiliki kandungan zat dan energi yang dibutuhkan oleh bayi selama 6 bulan pertama kehidupan bayi. ASI mengandung cairan yang memiliki kandungan protein,

laktosa dan garam-garam organik yang menjadi sumber pangan kompleks lengkap untuk membantu proses pertumbuhan dan perkembangan bayi (Muryani, 2022). ASI yang dihasilkan ibu post partum memiliki kandungan 200 unsur pokok paling penting saat terjadinya perubahan kebutuhan bayi akan diubah menjadi kolostrum kedalam cairan susu

Corresponding author:

Sri Rejeki

srirejeki@unimus.ac.id,

Holistic Nursing Care Approach, Vol 5 No 1, Januari 2025

e-ISSN: 2808-2095

DOI: <https://doi.org/10.26714/hnca.v5i1.13155>

lebih matang saat menyusui dari pagi sampai sore (Sri Rejeki, 2020). Suplai ASI tidak lancar bisa ditandai dengan pengeluaran ASI yang kurang banyak dari payudara Ibu, payudara tidak terasa tegang, bayi tidak menyusui 10-12 kali dalam 24 jam, BAK bayi kurang dari 6 kali dalam 24 jam pada ibu nifas, gejala lain yang terkait dengan ASI tidak lancar termasuk ibu merasa cemas, emosional ibu tidak baik, kurangnya pengetahuan dan dukungan dari tenaga kesehatan dalam memberikan informasi dan metode yang membantu memperlancar ASI (Amalia,2023).

Rakemas kemenkes periode tahun 2020-2040 angka cakupan pemberian ASI di Indonesia harus mencapai target dengan prevalensi sekitar 60%. Indonesia untuk saat ini ASI yang diberikan belum mencapai target prevalensi untuk bayi yang berusia 0 sampai 5 bulan memiliki prevalensi 37,3% yang masih jauh dari target pemberian ASI (Eva Novita,2022).

Air Susu Ibu (ASI) diproduksi payudara setelah ibu melahirkan dan proses pengeluarannya terjadi saat bayi mulai menghisap areola. Saat bayi menghisap puting susu ibu akan terjadi rangsangan pada serabut saraf di puting susu untuk memberikan sinyal bahwa ASI mengalir melalui *collumna spinalis* menuju *kelenjar hipofisis* di otak yang akan menimbulkan reaksi pada otak untuk mengeluarkan hormon prolaktin yang dapat menimbulkan rangsangan pada payudara agar memproduksi ASI lebih banyak, kemudian hormon oksitosin akan menimbulkan rangsangan kontraksi ringan pada otot-otot di sekitar duktus berkontraksi untuk mengeluarkan ASI ke penampungan dibawah aerola. selama proses menyusui ada dua refleks yang berperan yaitu refleks prolaktin dan *refleks let-down*/refleks aliran yang disebabkan akibat adanya rangsang saat bayi menghisap puting susu. Produksi ASI yang keluar dengan lancar dapat dipengaruhi oleh keadaan

emosional ibu menyusui (Nur Khasanah, 2021).

Solusi agar ASI yang tidak lancar adalah dengan memberikan rangsangan pada payudara ibu dengan cara hisapan bayi atau dengan cara memberikan pijat *Rolling Massage Punggung* pada ibu nifas. *Rolling Massage Punggung* adalah teknik relaksasi pemijatan yang dimulai dari tulang belakang (*vertebrae*) hingga tulang costae kelima-keenam yang diterapkan pada ibu nifas pasca melahirkan untuk membantu meningkatkan kinerja hormon oksitosin agar pengeluaran ASI lancar, mendorong saraf parasimpatis untuk mengirimkan sinyal menuju *vertebrae* atau otak bagian belakang yang akan terjadi rangsangan kerja hormon oksitosin untuk mengalirkan ASI keluar. pemijatan *Rolling Massage Punggung* juga dapat memberikan sensasi relaksasi pada ibu menyusui untuk sehingga membantu meningkatkan suplai ASI (Ekawati, 2018).

Berdasarkan temuan berbagai penelitian disimpulkan bahwa *Rolling Massage punggung* mampu membantu melancarkan produksi ASI pada ibu nifas karena adanya rangsangan hipofisis anterior setelah ibu melahirkan.

METODE

Metode yang dapat digunakan untuk menulis studi kasus ini adalah penelitian deskriptif yang menggambarkan asuhan keperawatan saat dilakukan pemberian *Rolling Massage punggung*. Penerapan ini menggunakan konsep *Evidence Based Nursing Practice* serta pendekatan asuhan keperawatan.

Pengambilan data dilakukan dengan cara memilih 3 subjek studi yang sesuai dengan kriteria inklusi dalam pemilihan pasien yaitu ibu nifas dengan produksi ASI tidak efektif, berusia 20-35 tahun, bersedia menjadi subjek penelitian, ibu menyusui



yang baru melahirkan hari 2-4, tidak memiliki riwayat penyakit kanker.

Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan pengkajian melalui wawancara dan observasi langsung terhadap subjek studi kasus, memberikan penjelasan tentang objek studi kasus, memberikan lembar persetujuan kepada calon subjek studi, menjelaskan informasi tentang tujuan dan prosedur pemberian terapi serta meminta tandan sebagai tanda persetujuan.

Subjek studi ketiga studi dilakukan pengukuran tanda-tanda vital dan mengkaji observasi kelancaran ASI sebagai langkah awal. Ketiga subjek studi diberikan *Rolling Massage* punggung selama 3 hari yang diberikan pada pagi dan sore.

Instrumen studi kasus yang digunakan dalam pengambilan data studi kasus ini antara lain format asuhan keperawatan, SOP *Rolling Massage* punggung (Ekawati, 2018), lembar observasi kelancaran ASI, lembar observasi BAB dan BAK sebelum dan sudah diberikan intervensi.

HASIL

Pengkajian dilakukan pada hari Selasa 11 Juli 2023 di puskesmas Rowosari Semarang. Dari pengkajian tersebut di dapatkan data yaitu 3 responden berumur 26-33 tahun, ibu nifas hari ke 2-3, beragama Islam, suku Jawa, dan status ibu rumah tangga dengan inisial Ny.L, Ny.E, Ny.I, Keluhan utama yang muncul pada ketiga responden yaitu menyusui tidak efektif, puting datar, puting lecet, ASI keluar sedikit, puting terasa perih saat menyusui, ibu merasa khawatir ASI tidak lancar. Ketiga responden mengalami ASI yang kurang efektif pada hari ke 2-3 ibu nifas.

Dari pengkajian ketiga responden di atas dapat ditemukan data dengan tanda mayor subjek mengeluh ASI tidak lancar, bayi rewel, BAB bayi kurang dari 8 kali, BAK bayi kurang dari 2-5 kali dalam 24 jam, bayi

tidak tidur pulas, bayi menangis saat menyusui. Berdasarkan manifestasi klinis yang ditemukan pada ketiga subjek di atas maka dapat dirumuskan diagnosa keperawatan pada ketiga subjek studi tersebut yaitu menyusui tidak efektif b.d ketidakadekuatan suplai ASI.

Tabel 1. Frekuensi Peningkatan BAK dan BAB Bayi

Inisial Responden	Data peningkatan BAB,BAK ibu nifas hari ke 2-4								
	48 jam hari ke dua			72 jam hari ketiga			96 jam hari ke 4		
	BAB	BAK	menyusui	BAB	BAK	menyusui	BAB	BAK	menyusui
Bayi Ny. L	1	4	4	2	5	6	3	6	7
Bayi Ny. E	1	5	5	3	6	6	3	7	7
Bayi Ny. I	1	5	4	2	6	5	3	7	7

Grafik 1. Peningkatan Produksi ASI dengan BAB dan BAK



Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diambil kesimpulan bahwa sebelum dilakukan *Rolling Massage* punggung pada ibu nifas didapatkan data ASI tiga subjek tidak lancar, puting susu tiga subjek datar, BAK bayi pada ketiga subjek kurang dari 2-5 kali dalam 24 jam, BAB bayi kurang dari 8 kali, pelekatan bayi saat menyusui kurang tepat, menyusui kurang dari 8 kali sehari, bayi tiga subjek sering menangis dan rewel. Setelah diberikan terapi *Rolling Massage* punggung pada ibu nifas ketiga responden mengalami peningkatan produksi ASI dengan peningkatan frekuensi BAK dan BAB disetiap harinya dengan frekuensi BAK dan BAB meningkat di hari ketiga. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Ekawati, 2018) yaitu menyatakan adanya peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.



PEMBAHASAN

Pengkajian keperawatan dilakukan dengan menggunakan lembar observasi kelancaran produksi ASI pada ibu nifas dan peningkatan frekuensi BAK dan BAB bayi. Produksi ASI pada ibu nifas disebabkan karena peningkatan hormon prolaktin yang berperan dalam memproduksi ASI, hormon prolaktin dipengaruhi oleh hisapan bayi pada payudara, hisapan bayi akan membantu merangsang keluarnya hormon prolaktin yang akan memerintahkan kantung alveoli membuat ASI, bayi yang sering menyusui akan merangsang hipotalamus pada bagian *hipofisis anterior* dan *hipofise posterior*. Kelenjar hipofisis anterior mengeluarkan hormon prolaktin ke dalam aliran darah melalui sirkulasi prolaktin, yang merangsang sel-sel alveoli untuk memproduksi ASI, seperti yang dijelaskan dalam ulasan. (Ekawati, 2018).

Berdasarkan pengkajian penulis akan menyimpulkan diagnosa keperawatan yang muncul adalah menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI yang berpacu pada (SDKI D.0029). intervensi dilakukan sesuai dengan diagnosa yang muncul menurut (SLKI L.03093) memberikan teknik nonfarmakologis yaitu berupa penerapan *Rolling Massage* punggung yang diambil dari jurnal (Ekawati, 2018), teknik terapi pada tulang belakang (*vertebratae*) sampai tulang costae ke-5 sampai 6 untuk yang menimbulkan rangsangan terhadap pengeluaran ASI ke *columna spinaslis* ke kelenjar *hipofisi* menuju otak, kelenjar *hipofisi* akan memberkan respon pada otak untuk mengeluarkan hormon prolaktin untuk merangsang payudara menghasilkan ASI. Penerapan *Rolling Massage* punggung diberikan 2x sehari pada pagi dan sore hari dengan waktu pemijatan 10-15 menit dilakukan selama 3 hari. Penerapan *Rolling Massage* punggung dilakukan 2 kali dalam sehari dan dilakukan selama tiga hari penerapan rata-rata subyek mengalami ASI tidak lancar dengan frekuensi BAB bayi

kurang dari 8 kali dan frekuensi BAK bayi kurang dari 2-5 kali dalam 24 jam setelah dilakukan penerapan frekuensi BAB bayi meningkat pada hari ketiga dengan peningkatan 7 kali sehari selama 24 jam dan BAK bayi meningkat 7 kali dalam 24 jam. Evaluasi dari ketiga responden setelah diberikan terapi *Rolling Massage* punggung terjadi peningkatan suplai produksi ASI. Hasil tersebut sejalan pada penelitian jurnal (Ekawati, 2018) yang mengalami peningkatan produksi ASI pada ibu nifas hari ke 2-3.

SIMPULAN

Pengkajian pada ketiga subjek studi didapatkan data produksi ASI yang tidak lancar yang ditandai dengan ASI tidak lancar, puting datar, bayi sering menangis setelah menyusui, bayi sering rewel, tidur bayi tidak pulas, BAB kurang dari 8 kali selama 24 jam dan BAK bayi kurang dari 2-5 kali dalam 24 jam. Diagnosa keperawatan adalah menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI karena adanya produksi ASI yang tidak lancar dengan luaran utamanya status menyusui. Intervensi yang diberikan yaitu pemijatan *Rolling Massage* punggung yang dilakukan selama 3 hari yang diberikan pada pagi dan sore hari. Hasil penerapan menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI ibu nifas yang bisa dilihat dari lembar observasi peningkatan produksi ASI sebelum dan sesudah terapi diberikan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang sudah berperan pada penelitian ini, terutama kepada subjek penelitian yang sudah bersedia menjadi subyek studi.

REFERENSI

Amalia Bunga Rannu Boky, D. H. (2023). Pengaruh *Rolling Massage* Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu Nifas Di RSUD DR. Abdul



- Rivai Berau. *Blantika : Multidisciplinary Journal*, 12.
- Asadi-noghabi, F., Tavassoli-farahi, Yousefi, H., & Sadeghi, T. (2014). Neonate pain manajemen: What do Nurse Really Know? *Global journal of health science*, 6(5), 284-293.
- Azwar, S. (2011). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Betz, C. L., & Sowden, L. A. (2009). *Buku saku keperawatan pediatri edisi 5*. Jakarta: EGC.
- Dewi Mayangsari, D. R. (2019). Manfaat Back Rolling Massage Terhadap Pengeluaran ASI Di Klinik Esthi Husada Semarang. *Jurnal Smart Kebidanan*, 7.
- Dheni Koerniawan, N. E. (2020). Aplikasi Standar Proses Keperawatan : Diagnosis, outcome, Dan Intervensi Pada Asuhan Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Silampir*, 739-751.
- Ekawati, H. (2018). Pengaruh rolling massage punggung terhadap peningkatan produksi asi pada ibu nifas. *Medical Technology and Public Healty*, 56-117.
- Eva Novita, H. S. (2022). Penerapan Rolling Massage Punggung Untuk Mengatasi Masalah Menyusui Tidak Efektif.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2009). *Wong's Essentials of pediatric nursing*. Canada: Mosby Elsevier.
- Johnston, C., Fernandes, A., & Campbell-Yeo, M. (2011). Pain in neonates is different. *Pain*, 52 (SUPPL3), 65-73.
- Liana, M. H. (2020). Pengaruh Rolling Massage Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas Di BPM Ernawati Dan BPM Ida Iriani Kabupaten Aceh Utara. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 288-292.
- Liana, S. (2020). *Penerapan Rolling Massage Terhadap Kelancaran ASI*. Kota Banda Aceh: Lembaga Riset Akasia, Banda Aceh.
- Lisma Khairani Nasution, L. J. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Dengan Teknik Rolling Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Menyusui. 4.
- Lisna Khairani Nasution, L. J. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Dengan Teknik Rolling Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu menyusui. *Jurnal Education and development*, 516-564.
- Muryani. (2022). Massage Rolling Punggung Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Siringan-Ringan Kecamatan Ujung Padang. *Jurnal Mutiara Kebidanan*, 8.
- Ni Kadek Erna, N. L. (2020). Kepatuhan Perawat dalam melakukan Dokumentasi Asuhan Keperawatan. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 17-23.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noviana, U. (2018). Pengaruh Rolling Massage Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Post Partum Primipara Di Desa Campor Kec. Geger Kabupaten Bangkalan. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 83-88.
- Nur Khasanah, S. D. (2021). Efektifitas Pijat Punggung Terhadap Volume ASI Ibu Menyusui Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 69-77.
- Nurul Azizah, R. R. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui* (Vol. 190). Sidoarjo, Jawa Timur: UMSIDA PRESS.
- Pediatrics, A. A., & Society, C. P. (2006). Prevention and management of pain in the neonate: An update. *Pediatrics*, 118(5), 2231-2241.
- Potter, P., & Perry, A. (2009). *Fundamental Keperawatan (7th ed)*. Jakarta.
- Rudolph, A. (2015). *Buku ajar pediatrik*. Jakarta: EGC.
- Siti Nur Hasina, I. F. (2023). Analisa Faktor Yang Berhubungan Dengan Ketetapan Penegakan Diagnosa Keperawatan Menurut Standar Diagnosa Keperawatan (SDKI). *Jurnal Keperawatan*, 389-398.
- Sri Rejeki, G. I. (2020). Aplikasi Pemberian Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu PostPartum. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 0-9.
- Suharti, S. (2017). Studi komparatif pemberian ASI dan glukosa 30 % terhadap respon nyeri neonatus yang dilakukan tindakan invasif di Rumah sakit Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 58-68.
- Triani, E., & Lubis, M. (2006). Penggunaan analgesia nonfarmakologis saat tindakan invasif monir pada neonatus. *sari Pediatri*, 8(2), 107-111.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2010). *Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.

