

FAKULTAS ILMU KESEHATAN PROGRAM STUDI DIPLOMA III  
KEBIDANAN LAPORAN TUGAS AKHIR, MEI 2024

Risa Sa'adah

E2115401019

**Asuhan Kebidanan Ibu Post Partum**

**Pengaruh Endorphin Massage terhadap kualitas asi pada ibu post partum**

**ABSTRAK**

Laktasi merupakan keseluruhan proses memproduksi dan mengeluarkan ASI. Penurunan produksi ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan karena kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI. Pijat endorfin merupakan salah satu usaha yang dapat meningkatkan produksi ASI. Tujuan asuhan ini untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap produksi ASI pada ibu post partum. Asuhan ini dilakukan di Puskesmas Sukaratu pada bulan Mei tahun 2024, pada 1 responden ibu post partum hari pertama sampai hari ke empat. Pijatan endorfin ini dilakukan dengan mengatur posisi pasien nyaman mungkin, bisa dilakukan dengan duduk atau berbaring miring, anjurkan ibu untuk tarik nafas dalam, setelah itu mulai mengelus permukaan luar lengan ibu, mulai dari tangan sampai lengan bawah, belaian ini sangat lembut hanya menggunakan ujung-ujung jari setelah 5 menit berpindah ke lengan yang lain, selanjutnya pijatan bisa dilakukan di daerah punggung, dimulai dari leher memijat ringan membentuk huruf V ke arah luar menuju sisi tulang rusuk. Pijatan endorfin ini dilakukan 1 kali sehari dengan durasi 30 menit, selama 3 hari dari hari ke 1 sampai hari ke 3. Berdasarkan hasil asuhan sebelum dilakukan *massage endorfin* pengeluaran ASI ibu di dapat 1 cc, hari kedua 2,1 cc, hari ke tiga 3 cc, kemudian setelah dilakukan *massage endorfin* rata-rata produksi ASI pada hari ke satu 1,2 cc, hari ke dua 2,6 cc, hari ke tiga 3,8 cc. Rata-rata volume ASI setelah dilakukan *massage endorfin* pada hari pertama sebanyak 0,2 cc, hari ke dua 0,5 cc, hari ke tiga 0,8 cc. Dapat disimpulkan bahwa setelah ibu mendapatkan asuhan *massage endorfin* dapat meningkatkan volume ASI.

Kata Kunci: *Massage Endorfin*, Produksi ASI

FACULTY OF HEALTH SCIENCES DIPLOMA III STUDY PROGRAM

OBSTETRICS FINAL PROJECT REPORT, MAY 2024

Risa Sa'adah

E2115401019

***Postpartum Maternal Midwifery Care***

***Effect of Endorphin Massage on Breast Milk Quality in Postpartum Mothers***

**ABSTRACT**

*Lactation is the entire process of producing and producing breast milk. Decreased breast milk production on the first day after childbirth can be caused by a lack of stimulation of the hormones prolactin and oxytocin which play a role in the smooth production of breast milk. Endorphin massage is one of the efforts that can increase breast milk production. The purpose of this care is to determine the effect of endorphin massage on breast milk production in postpartum mothers. This care was carried out at the Sukaratu Health Center in May 2024, in 1 postpartum mother respondent on the first to fourth day. This endorphin massage is done by adjusting the patient's position as comfortable as possible, it can be done by sitting or lying on its side, encourage the mother to take a deep breath, after that start stroking the outer surface of the mother's arm, starting from the hand to the forearm, this caress is very gentle only using the fingertips after 5 minutes of moving to the other arm, then the massage can be done in the back area, starting from the neck, lightly massaging the letter V outwards towards the sides of the ribs. This endorphin massage is done 1 time a day with a duration of 30 minutes, for 3 days from day 1 to day 3. Based on the results of care before the endorphin massage, the mother's breast milk production was 1 cc, the second day 2.1 cc, the third day 3 cc, then after the endorphin massage the average breast milk production on the first day was 1.2 cc, the second day was 2.6 cc, and the third day was 3.8 cc. The average volume of breast milk after endorphin massage on the first day was 0.2 cc, the second day was 0.5 cc, and the third day was 0.8 cc. It can be concluded that after the mother gets the care, endorphin massage can increase the volume of breast milk.*

*Keywords: Endorphin Massage, Breast Milk Production*