

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES HANGAT
PAYUDARA UNTUK MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI
DI BPM YUNI MARTINI KABUPATEN KEBUMEN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan**



Disusun Oleh:

**ENDANG SUPRPTI
B1401163**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2017**

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES HANGAT
PAYUDARA UNTUK MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI
DI BPM YUNI MARTINI KABUPATEN KEBUMEN**

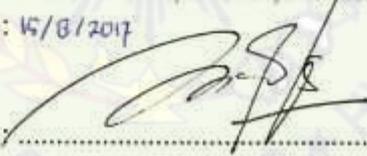
Disusun Oleh:

ENDANG SUPRAPTI
B1401163

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti
Ujian KTI

Oleh:

Pembimbing : Kusumastuti, S. SiT., M. Kes
Tanggal : 16/8/2017

Tanda Tangan : 

Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan


(Eka Novyriana, S.ST., M.P.H)

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES HANGAT
PAYUDARA UNTUK MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI
DI BPM YUNI MARTINI KABUPATEN KEBUMEN

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

ENDANG SUPRPTI
B1401163

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 15/8/2017

Penguji:

1. Juni Sofiana M. Keb

(.....)

2. Kusumastuti, S. SiT., M. Kes

(.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi DIII Kebidanan



(Eka Novyriana, S.ST., M.P.H)

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, Agustus 2017



Endang Suprapti



KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES HANGAT PAYUDARA UNTUK MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI DI BPM YUNI MARTINI. KLIRONG KEBUMEN¹

Endang Suprapti², Kusumastuti, S.SiT.,M.Kes.³

INTISARI

Latar belakang: Menurut dinas kesehatan RI tahun 2008, hal yang menghambat pemberian ASI eksklusif diantaranya produksi ASI kurang (32%). Salah satu cara untuk mengatasi hambatan tersebut dapat dilakukan pijat punggung dan kompres hangat. Pijat punggung dan kompres hangat dapat merangsang reflek oksitosin dan mempercepat pengeluaran ASI. Maka dari itu, penulis tertarik menerapkan pijat punggung dan kompres hangat untuk melancarkan ASI.

Tujuan: Melakukan penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di BPM Yuni Martini. Ds. Bumiharjo, Kec.Klirong, Kab.Kebumen.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data diambil dengan pengkajian, pemeriksaan, pemberian asuhan dan observasi. Penerapan ini melibatkan 5 partisipan sebagai studi kasus penulis. Penelitian ini dilkauan pada tanggal 15 Maret 2017 sampai 25 April 2017.

Hasil: Pijat punggung dan kompres hangat payudara efektif untuk meningkatkan produksi ASI. Sebelum dilakukan intervensi volume tertinggi sebanyak 2 cc dan terendah 1cc, setelah dilakukan intervensi volume tertinggi 10 cc dengan peningkatan 8 cc dan terendah 3 cc dengan peningkatan 2 cc.

Kesimpulan: Penerapan Pijat Punggung dan Kompres hangat payudara efektif untuk memperlancar produksi ASI.

Kata Kunci :Pijat Punggung, Kompres Hangat, Produksi ASI.

Kepustakaan :(2007-2015)

Jumlah halaman :IX-71 halaman + 6 lampiran

1. **Judul**

2. **Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan**

3. **Dosen STIKes Muhammadiyah Gombang**

SCIENTIFIC PAPER

THE APPLICATION OF BACK MASSAGE AND BREAST WARM COMPRESS FOR ACCELERATING THE BREAST MILK PRODUCTION IN INDEPENDENT MIDWIFERY CLINIC OF YUNI MARTINI AT KLIRONG, KEBUMEN¹

Endang Suprapti², Kusumastuti, S.SiT., M.Kes.³

ABSTRACT

Background: The lack of breast milk production (32%) is one of the problems that obstruct exclusive breastfeeding (Health Dept of Indonesia, 2008). Back massage and breast warm compress can be applied to overcome that problem. This application can stimulate oxytocin reflexes and accelerate breast milk production. Therefore, the writer is interested in applying the application of back massage and breast warm compress to accelerate the breast milk production.

Objective: To apply the back massage and breast warm compress to accelerate the breast milk production of post partum mothers in Independent Midwifery Clinic of Yuni Martini at Bumiharjo, Klirong, Kebumen.

Method: This study is an analytical descriptive with case study approach. Data was collected from the assessment, examination, care provision, and observation. This application involves 5 participants as a case study. This study was conducted on March 15, 2017 to April 25, 2017.

Result: After intervention, there is an increase of milk production, i.e. the highest volume – 2 cc became 10 cc (8 cc increase), and the lowest volume – 1 cc became 3 cc (2 cc increase).

Conclusion: The application of back massage and breast warm compress are effective to accelerate the breast milk production.

Keywords : Back massage, breast warm compress, breast milk Production.

Literature : (2007-2015)

Number of pages : IX-71 pages + 6 appendices

¹. Title

². Student of DIII Program of Midwifery Dept

³. Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah (KTI) “**Penerapan Pijat Punggung dan Kompres Hangat Payudara Untuk Memperlancar Produksi ASI Di BPM Yuni Martini di Kabupaten Kebumen**”. Penulisan KTI ini bertujuan untuk memenuhi tugas Penelitian mahasiswa Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.

Selama proses penyusunan KTI ini, penyusun banyak mendapatkan bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, perkenankan penyusun menyampaikan terima kasih kepada:

1. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp Mat selaku sebagai ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Novyriana, S.ST, M.P.H selaku sebagai ketua Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
3. Juni Sofiana M. Keb selaku penguji 1 yang telah banyak memberikan masukan
4. Kusumastuti, S. SiT., M.Kes selaku sebagai pembimbing penulisan karya tulis ilmiah (KTI) yang banyak memberikan bantuan dan bimbingan dalam penyusunan KTI.
5. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan, motivasi dan doa untuk penulis dalam penyusunan KTI.
6. Teman-teman semua yang telah memberi dukungan dan bantuan dalam penyusunan KTI.
7. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan KTI ini.

Penyusun menyadari bahwa dalam penulisan proposal KTI ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, dengan demikian saran dan kritik yang membantu sangat penyusun harapkan dan diterima dengan senang hati. Penyusun berharap semoga proposal KTI ini dapat berguna bagi pembaca pada umumnya.

Gombong, Agustus 2017

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
HALAMAM PERSETUJUAN.....	II
HALAMAN PENGESAHAN.....	III
HALAMAN PERNYATAAN.....	IV
INTISARI	V
ABSTRAK	VI
KATA PENGANTAR.....	VII
DAFTAR ISI.....	VIII
DAFTAR TABEL	XI
DAFTAR GAMBAR.....	X
DAFTAR LAMPIRAN	XI
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	4
C. Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Masa Nifas	
1. Nifas	7
2. ASI	12
3. Laktasi	18
4. Pijat Punggung	23
5. Kompres Hangat	29
B. KerangkaTeori	33
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Partisipan.....	34
C. Tempat dan Waktu	36
D. Instrumen	36
BAB III MANAJEMEN KASUS, HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Manajemen Kasus	40
B. Hasil	59
C. Pembahasan.....	64
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	71
B. Saran	72

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Karakteristik Responden	59
Tabel 2 Distribusi frekuensi Karakteristik Responden Umur	59
Tabel 3 Distribusi frekuensi Karakteristik Responden Pendidikan	59
Tabel 4 Distribusi frekuensi Karakteristik Responden Pekerjaan	59
Tabel 5 Distribusi frekuensi Karakteristik Responden Paritas	60
Tabel 6 Volume Produksi ASI Sebelum dilakukan Intervensi	62
Tabel 7 Volume Produksi ASI Setelah dilakukan Intervensi	63
Tabel 8 Frekuensi Kenaikan Produksi ASI.....	63



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Reflek Oksitosin.....	19
Gambar 2 Posisi pijat punggung	26
Gambar 3 Pijat Punggung	27
Gambar 4 Pijat BagianBelakang	28
Gambar 5 Persiapan Kompres hangat.....	30
Gambar 6 Kompres payudara.....	31
Gambar 7 Memerah ASI	32
Gambar 8 KerangkaTeori.....	33



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Informed Consent
- Lampiran 3. SOP Pijat Punggung
- Lampiran 4. SOP Kompres Hangat Payudara
- Lampiran 5. Leaflet
- Lampiran 6. Lembar Observasi
- Lampiran 7. Lembar Konsultasi Bimbingan KTI



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka Kematian Bayi (AKB) dan Angka Kematian Balita (AKABA) di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, jumlah AKB 32 per 1000 kelahiran hidup dan Akaba 40 per 1.000 kelahiran hidup. Jumlah kasus kematian ibu di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2015 sebanyak 619 kasus. Dengan demikian Angka Kematian ibu Provinsi Jawa Tengah 111,16 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015. Angka Kematian Bayi di Provinsi Jawa Tengah tahun 2015 sebesar 10 per 1.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2015).

United Nations Children's Fund (UNICEF) (2013) menjelaskan bahwa tingginya angka kematian bayi di Indonesia dapat dicegah melalui pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara dini serta pemberian ASI Eksklusif. Hal ini ini dibuktikan oleh data *World Health Organization* (WHO) (2003) dalam profil kesehatan Indonesia 2012 bahwa AKB di Indonesia sebagian besar terkait dengan faktor nutrisi yaitu sebesar 53 %. Beberapa penyakit yang timbul akibat malnutrisi antara lain pneumonia (20%), diare (15%), kematian perinatal (23%), yang sebenarnya merupakan penyakit yang dapat dicegah dengan pemberian ASI secara dini.

Dinas kesehatan Provinsi Jawa Tengah menetapkan target cakupan pemberian ASI Eksklusif pada tahun 2012 sebesar 25,06 %, tahun 2013 sebesar 57,67 %, tahun 2014 60,7 %, dan pada tahun 2015 sebesar 61,6 %. Seluruh ibu di dunia diharapkan dapat melaksanakan pemberian ASI, dan setiap bayi memperoleh haknya yaitu mendapat ASI sesuai dengan tujuan *Sustainable Development Goal's* (SDG's) ke -3. Target ke-2 yaitu pada tahun 2030, mengakhiri kematian bayi dan balita yang dapat dicegah (Dinkes prov Jawa Tengah, 2013).

Presentase pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Kebumen pada bayi usia 0-6 bulan pada tahun 2011 sebesar 49,46%, tahun 2012 sebesar 54,58%, tahun 2013 61,17%, tahun 2014 59,3%, tahun 2015 68,3%. Salah satu upaya untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI adalah melalui pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (Dinas Kesehatan Kebumen, 2015).

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa hal. Beberapa hal yang menghambat pemberian ASI eksklusif diantaranya adalah, produksi ASI kurang (32%), ibu bekerja (16%), masalah pada puting susu (28%), pengaruh iklan pada susu formula (16%), pengaruh orang lain terutama keluarga (4%). Oleh karena itu dukungan untuk pemberian ASI sangat diperlukan dari keluarga, masyarakat dan petugas kesehatan untuk menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas (Dinkes, 2008).

Beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI kurang adalah ibu yang mengalami gangguan psikologis atau kecemasan ringan sebanyak 73,3%. Faktor mental dan psikologis ibu menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan kelancaran produksi ASI. Seorang ibu yang mengalami stress, perasaan tertekan dan tidak nyaman saat menyusui dapat menghambat jumlah ASI yang keluar, akibatnya setelah 2 sampai 3 hari melahirkan ASI yang diproduksi oleh ibu hanya sedikit bahkan tidak keluar (Sholihah, 2010).

Produksi ASI kurang salah satunya dapat disebabkan karena tidak dilakukannya persiapan puting susu terlebih dahulu dan kurangnya reflek oksitosin. Salah satu cara untuk meningkatkan refleks oksitosin adalah dengan melakukan pijat punggung. Pijat punggung merupakan stimulasi yang dapat merangsang reflek *let down* dan dapat membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga mempertahankan produksi ASI serta memberikan rasa nyaman pada ibu (Depkes RI, 2007).

Penelitian yang dilakukan Nurhanifah (2013) menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat payudara mampu meningkatkan kelancaran produksi ASI. Kompres hangat payudara selama pemberian ASI akan dapat meningkatkan aliran ASI dari kelenjar-kelenjar penghasil ASI. Manfaat lain dari kompres hangat payudara antara lain, stimulasi refleks *let down*, mencegah bendungan pada payudara yang bisa menyebabkan payudara bengkak, memperlancar peredaran darah pada daerah payudara (Saryono & Roischa, 2009 dalam Fithrah Nurhanifah, 2013).

Penelitian yang dilakukan Morhenn (2012) menunjukkan bahwa dilakukannya pijat punggung dan kompres hangat payudara dapat melancarkan produksi ASI pada ibu post partum, pijat punggung dapat mempercepat pengeluaran ASI, karena dasar dari teknik pijat punggung adalah untuk merangsang refleks oksitosin. Penelitian lain menunjukan hasil bahwa ibu post partum yang mendapatkan intervensi pijat punggung selama 15 menit dalam waktu 4 hari mengalami peningkatan kelancaran ASI dan kompres hangat payudara dapat menstimulasi refleks *let down* (Patel & Gedam, 2013 dalam Venny Vidayanti, 2015).

Fenomena yang ditemukan di Desa Bumiharjo, Kecamatan Klirong, Kabupaten Kebumen, dari bulan Maret-April 2017 terdapat 16 ibu post partum. 6 diantaranya mengalami masalah produksi ASI, seperti jumlah ASI yang dapat di produksi hanya sedikit. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus “Penerapan Pijat Punggung Dan Kompres Hangat Payudara Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum” di Desa Bumiharjo, Kecamatan Klirong, Kabupaten Kebumen.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum .

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik ibu post partum.
- b. Mengetahui kelancaran produksi ASI sebelum dilakukan pijat punggung

dan kompres hangat payudara pada ibu post partum

- c. Mengetahui kelancaran produksi ASI sesudah dilakukan pijat punggung dan kompres hangat payudara pada ibu post partum

C. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan untuk menambah wawasan dan informasi hubungan antara penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara terhadap peningkatan produksi ASI
- 2) Sebagai aplikasi secara langsung setelah mengikuti perkuliahan di Prodi DIII Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong,

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah literature sebagai bahan pustaka tambahan bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Gombong khususnya program studi DIII Kebidanan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Klien

Dapat menambah pengetahuan dan informasi terhadap manfaat pijat punggung dan kompres hangat payudara untuk meningkatkan produksi ASI

b. Bagi Penulis

Penulis dapat secara langsung melakukan asuhan kebidanan pada ibu post partum dengan penerapan pijat punggung dan kompres hangat

payudara untuk meningkatkan produksi ASI.

c. Bagi Bidan

Dapat menambah pengetahuan bidan dalam memberikan asuhan ibu nifas dan dapat mempraktekkan asuhan kebidanan sesuai dengan teori yang ada.



DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini Y, 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Arikunto, Suharsini. 2010. *Procedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik edisi revisi 2010*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arini, H. (2012). *Hubungan Umur Dan Tingkat Pendidikan Terhadap Pemberian Asi Eksklusif*, <http://aperlindraha.wordpress.com>. (diakses pada tanggal 10 November 2011)
- Amin M, Rehana, Jaya H. 2011. Efektifitas *massase rolling* (punggung) terhadap produksi ASI pada ibu post *section caesarea* di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Keperawatan*.
- Ariani, dr.,2010. *Ibu, Susui Aku!*. Bandung : Khasanah Intelektual.
- A.Wawan dan Dewi M. 2010. *Teori & Pengukuiran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Bobak, I.M, Lowdermilk, D.L., & Jensen, M.D. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta : EGC.
- Dalimartha, et al (2008), *Care YourSelf Hipertensi*. Jakarta
- Dinas Kesehatan Provinsi (Dinkesprov) Jawa Tengah. 2014. *Buku Saku Jawa Tengah Triwulan II tahun 2014*. <http://bukusakujawatengahtriwulanII.COM>. Diakses tanggal 17 Maret 2016.
- Dinas Kesehatan. 2008. *Profil Kesehatan Jawa Tengah*
- Depkes RI. (2007) *Panduan Manajemen Laktasi: Diit Gizi Masyarakat* , Jakarta: Depkes RI.
- Desmawati. 2013. Penentu Kecepatan Pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) setelah *section caesarea*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* vol 7 no 8:360,364.
- Dewi (2011) *Air Susu dan Jenis Asi*. Jakarta : EGC

Fitrah Nur Hanifah, (2013) *perbedaan efektifitas pijat puggung dan kompres hangat payudara terhadap peningkatan kelancaran produksi ASI*. Jurnal keperawatan

Inung P.Saptasari (2009) *Mengenal Mastektomi-Operasi Pengangkatan Payudara*. <http://www.artikelpayudara.com/2009/05/05/mengenalmastektomi-operasi-pengangkatan/5Maret2016>

Khasanah, Nur, 2011. *ASI atau Susu Formula ya?*. Yogyakarta: Flashbook.

Marmi, S.ST. 2012. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Mas'adah, 2010. *Teknik Meningkatkan dan Memperlancar Produksi ASI Pada Ibu Post Partum*. Jurnal Keperawatan.

Maryunani, Anik. (2012). *Inisiasi Menyusu Dini, Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta : CV. Trans Info Media.

Notoatmodjo, 2010. *Metodologi penelitian kesehatan* . Jakarta: PT Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S, 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.

Notoatmodjo. S. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta

Nursalam. 2008. *Konsep dan penerapan metodologi penelitian keperawatan*. Jakarta.

Perry, E., Shanon., Honkenberry, J.M., Lowdermilk, L.D., Wilson. D., 2010. *Maternal Child Nursing Care. (4th edition)*. Mosby-Elsevier.

Patel, U., Gedam, D.S., (2013) Effect of Back Massage on Lactation Among Posnatal Mothers. *International Journal of Medical and Research, I*.

Prasetyono, Dwi Sunar. (2009). *Buku Pintar ASI Eksklusif*. Jogjakarta, Dita Press

Perinasia (2010). *Program Manajemen Laktasi*, Bina Rupa Aksara; Jakarta

Profil Kesehatan Kabupaten Kebumen. 2015. *Cakupan ASI Eksklusif*. Kebumen: Dinkes Kebumen.

Saryono dan Roischa D.P, 2009. *Perawatan Payudara*. Yokyakarta: Mitra Cendikia Press.

- Sulistiyawati. 2009. *Buku ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sutedi, Dedi. 2009. *Penelitian Pendidikan Bahasa Jepang*. Bandung: Humaniora.
- UNICEF. (2013) *ASI adalah penyelamat hidup paling murah dan efektif di dunia*. New York: UNICEF.
- Utami Roesli, 2009. *ASI Panduan Praktis Ibu Menyusui*. Banyu Medika. Banyu Media. Yogyakarta.
- Venny Vidayanti, (2015). *Pengaruh Pijat Punggung Menggunakan Minyak Esensial Lavender Terhadap Produksi ASI Pasca Bedah Sesar*. Jurnal Mediaka Respati.
- Wahyu N, Susilaningsih, Ardi P. 2015. *Pijat Punggung dan Percepatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum*. Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia
- World Health Organization (WHO)*, 2013, Parties to The WHO Framework Convention on Tobacco Control, Janewa.



LAMPIRAN

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ibu : Ny. laeli
Umur : 23 tahun
Alamat : Kebaolongan 2 / 3

Setelah mendapatkan penjelasan tentang penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara untuk memperlancar ASI di BPM Yuni Martini A, md.Keb di Kabupaten Kebumen oleh mahasiswi prodi D-III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong :

Nama : Endang Suprapti
Nim : B1401163

Menyatakan bersedia menerima sebagai partisipan pijat punggung dan kompres hangat payudara. Identitas pribadi akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini. Untuk keperluan tersebut saya mohon kesedian ibu untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini. Demikian surat pernyataan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kebumen, 15 Maret 2017

Mengetahui,

Partisipan



(.....)
Ny. laeli

Mahasiswi



(Endang Suprapti)

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ibu : Ny Tri Wahpuni

Umur : 22 tahun

Alamat : logede 1/2

Setelah mendapatkan penjelasan tentang penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara untuk memperlancar ASI di BPM Yuni Martini A, md.Keb di Kabupaten Kebumen oleh mahasiswi prodi D-III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong :

Nama : Endang Suprapti

Nim : B1401163

Menyatakan bersedia menerima sebagai partisipan pijat punggung dan kompres hangat payudara. Identitas pribadi akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini. Untuk keperluan tersebut saya mohon kesedian ibu untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini. Demikian surat pernyataan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kebumen, 2 april 2017

Mengetahui,

Partisipan


(.....)
Tri

Mahasiswi


(Endang Suprapti)

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ibu : Ny Widastuti
Umur : 36 tahun
Alamat : Kedadongan 1/2

Setelah mendapatkan penjelasan tentang penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara untuk memperlancar ASI di BPM Yuni Martini A, md.Keb di Kabupaten Kebumen oleh mahasiswi prodi D-III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong :

Nama : Endang Suprapti
Nim : B1401163

Menyatakan bersedia menerima sebagai partisipan pijat punggung dan kompres hangat payudara. Identitas pribadi akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini. Untuk keperluan tersebut saya mohon kesedian ibu untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini. Demikian surat pernyataan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kebumen, 14 April 2017

Mengetahui,

Partisipan



(.....)
Ny. widastuti

Mahasiswi



(Endang Suprapti)

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ibu : Ny. Nunung -
Umur : 25 tahun.
Alamat : Bumiherjo 2/3.

Setelah mendapatkan penjelasan tentang penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara untuk memperlancar ASI di BPM Yuni Martini A, md.Keb di Kabupaten Kebumen oleh mahasiswi prodi D-III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong :

Nama : Endang Suprapti
Nim : B1401163

Menyatakan bersedia menerima sebagai partisipan pijat punggung dan kompres hangat payudara. Identitas pribadi akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini. Untuk keperluan tersebut saya mohon kesedian ibu untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini. Demikian surat pernyataan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kebumen, 25 April 2017

Mengetahui,

Partisipan



(.....)

Nunung

Mahasiswi



(Endang Suprapti)

INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Ibu : Ny. Uli
Umur : 21 tahun
Alamat : Buminarjo 2/6.

Setelah mendapatkan penjelasan tentang penerapan pijat punggung dan kompres hangat payudara untuk memperlancar ASI di BPM Yuni Martini A, md.Keb di Kabupaten Kebumen oleh mahasiswi prodi D-III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombong :

Nama : Endang Suprapti
Nim : B1401163

Menyatakan bersedia menerima sebagai partisipan pijat punggung dan kompres hangat payudara. Identitas pribadi akan dirahasiakan dan informasi yang diberikan hanya akan digunakan untuk penelitian ini. Untuk keperluan tersebut saya mohon kesedian ibu untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini. Demikian surat pernyataan ini kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Kebumen, 20 April 2017

Mengetahui,

Partisipan



(.....)
Uli

Mahasiswi



(Endang Suprapti)

PROSEDUR TINDAKAN PIJAT PUNGGUNG

NO BUTIR YANG DINILAI	
A	SIKAP DAN PERILAKU
1	Menyambut pasien, memberi salam dan memperkenalkan diri
2	Menjelaskan maksud dan tujuan
3	Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan
4	Menanyakan kesiapan pasien
5	Memposisikan Pasien
6	Menjaga Privasi Pasien
7	Mengawali dengan tazmiah dan mengakhiri dengan tahmid
B	CONTENT / ISI
1	Mencuci tangan 7 langkah
2	Membantu melepaskan pakaian bagian atas dan BH ibu
3	Mengatur posisi ibu
4	Menyuruh ibu melakukan stimulasi putting susu dengan menarik pelan-pelan dan memutar putting susu dengan jari-jarinya.
5	Mengurut atau mengusap ringan payudara
6	Meminta suami atau petugas kesehatan untuk untuk mengusap punggungnya dengan cara: ibu duduk, bersandar kedepan, melipat lengan di atas meja didepannya dan meletakkan kepala diatas lengannya. Payudara tergantung lepas tanpa baju.
7	Penolong menggosoki kedua sisi tulang belakang, dengan menggunakan kepalan tinju kedua tangan dan ibu jari menghadap kearah atas atau depan.
8	Menekan dengan kuat, membentuk gerakan lingkaran kecil dengan kedua ibu jarinya. Menggosok kearah bawah dikedua sisi tulang belakang pada saat yang sama dari leher kearah tulang belikat.
9	Memberitahu tindakan sudah selesai.
10	Membantu pasien memakai BH dan pakaian kembali.
11	Merapikan pasien
12	Membereskan alat
13	Mencuci tangan dengan 7 langkah.

PROSEDUR TINDAKAN KOMPRES PAYUDARA

NO BUTIR YANG DINILAI	
A	SIKAP DAN PERILAKU
1	Menyambut pasien, memberi salam dan memperkenalkan diri
2	Menjelaskan maksud dan tujuan
3	Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan
4	Menanyakan kesiapan pasien
5	Memposisikan Pasien
6	Menjaga Privasi Pasien
7	Mengawali dengan tazmiah dan mengakhiri dengan tahmid
B	CONTENT / ISI
1	Mempersiapkan alat a. Kursi b. Handuk 1 c. Baby oil d. Waslap 2 buah e. Kom f. Air hangat
2	Mencuci tangan
3	Membantu melepaskan pakaian bagian atas dan BH ibu
4	Memasang handuk melingkar dibawah payudara atau perut ibu
5	Mengurut atau mengusap ringan payudara
6	Meminta suami atau petugas kesehatan untuk mengoleskan sedikit minyak atau baby oil ke telapak tangan, balurkan pada payudara pengurutan pertama lakukan pengurutan kearah dalam payudara secara bersamaan dengan kedua tangan,.lakukan berulang ulang sebanyak 20-30 kali putaran
7	Mengompreskan kedua payudara menggunakan waslap selama 2-3 menit, kemudian bersihkan.
8	Mengeluarkan ASI dengan cara meletakkan ibu jari dan jari telunjuk didaerah luar areola lalu tekan kearah luar dari pangkal payudara, lalu lepaskan hingga ASI keluar.
9	Tampung ASI yang sudah dikeluarkan tersebut
10	Memberitahu tindakan sudah selesai.
11	Membantu pasien memakai BH dan pakaian kembali.
12	Merapikan pasien
13	Membereskan alat
14	Mencuci tangan dengan 7 langkah.



Disusun :

ENDANG SUPRAPTI

B1401163

**PRODI DIII KEBIDANAN
STIKES MUHAMMADIYAH
GOMBONG**

2017

1. Definisi Pijat Punggung

Massage adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, tendon, atau ligamentum, tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi, dan atau memperbaiki sirkulasi.

Pijat punggung merupakan pemijatan punggung yang dimulai dari bagian bawah leher, costae ke 5-6 sampai scapula disepanjang kedua sisi tulang belakang secara sirkuler dengan penekanan menggunakan kedua ibu jari yang dapat memberikan stimulasi sensori somatic melalui jalur aferen sehingga merangsang hipofisis posterior untuk melepaskan hormon oksitosin yang merupakan hormone yang berperan dalam proses pengeluaran ASI.



2. manfaat pijat punggung

- Menciptakan respon relaksasi.
- Memngkatkan proses metabolisme.
- Meningkatkan jaringan limfatik
- Mempercepat penyembuhan dan relaksasi otot
- Mengurangi ketegangan otot dan tingkat stress.
- Memperlancar ASI.



Selain itu pijat punggung juga dapat meningkatkan relaksasi sehingga mencegah kejadian stres dan defresi pada wanita post partum.

beberapa efek fisiologis dari kompres hangat antara lain efek vasodilatasi, meningkatkan permeabilitas kapiler, meningkatkan metabolisme seluler, merelaksasi otot, meningkatkan aliran darah ke suatu area.



Langkah langkah kompres hangat

- Ibu berbaring atau duduk.
- Memasang handuk pada bagian perut bawah dan bahu sambil melepaskan pakaian atas, handuk dikaitkan dengan peniti.
- ambil sedikit minyak atau baby oil ke telapak tangan balurkan pada payudara pengurutan pertama lakukan pengurutan kearah dalam payudara secara bersamaan dengan kedua tangan.lakukan berulang ulang sebanyak 20-30 kali putaran.
- Mengompreskan kedua payudara menggunakan waslap selama 2-3 menit.
- kemudian ambil kompresan air hangat, kompreskan pada payudara selama 2-3 menit sambil



Selamat mencoba, terimakasih

LEMBAR OBSERVASI PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES

HANGAT PAYUDARA

Nama : Ny L

Umur : 21 tahun

Anak ke : Pertama

Pendidikan : SMA

Pekerjaan : RT

Hari/Tanggal	Hari ke	Pijat punggung dan kompres hangat	Payudara Kanan (Pagi dan Sore)	Payudara Kiri (Pagi dan Sore)
Rabu. 15 - 3 - 2017	1	Sebelum	1 cc	1 cc
Kamis. 16 - 3 - 2017	2	Sesudah	2 cc	2 cc
Jumat 17 - 3 - 2017	3		4 cc	4 cc
Sabtu 18 - 3 - 2017	4	Observasi	6 cc	4 cc

LEMBAR OBSERVASI PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES

HANGAT PAYUDARA

Nama : Ny. T

Umur : 22 tahun.

Anak ke : 1. Ad. Aji.

Pendidikan : SMP

Pekerjaan : IRT.

Hari/Tanggal	Hari ke	Pijat punggung dan kompres hangat	Payudara Kanan (Pagi dan Sore)	Payudara Kiri (Pagi dan Sore)
Minggu, 2-4-2017	1	Sebelum	3 strip	2 strip
Senin, 3-4-2017	2	Sesudah	1 cc	1 cc
Selasa, 4-4-2017	3		1 cc	1 cc
Rabu, 5-4-2017	4	Observasi	2 cc	1 cc

LEMBAR OBSERVASI PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES

HANGAT PAYUDARA

Nama : Ny. W

Umur : 36 tahun.

Anak ke : 3 / 10 Anak.

Pendidikan : SD.

Pekerjaan : IRT

Hari/Tanggal	Hari ke	Pijat punggung dan kompres hangat	Payudara Kanan (Pagi dan Sore)	Payudara Kiri (Pagi dan Sore)
Jumat 14-9-2017	1	Sebelum	2 Strip	3 Strip
Sabtu 15-9-2017	2	Sesudah	1 cc	2 cc
Minggu 16-9-2017	3		3 cc	4 cc
Senin 17-9-2017	4	Observasi	5 cc	3 cc

LEMBAR OBSERVASI PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES

HANGAT PAYUDARA

Nama : Ny. L.

Umur : 23 tahun

Anak ke : Riko Ahs.

Pendidikan : SMP

Pekerjaan : IRT

Hari/Tanggal	Hari ke	Pijat punggung dan kompres hangat	Payudara Kanan (Pagi dan Sore)	Payudara Kiri (Pagi dan Sore)
Jumat, 21-4-2017	1	Sebelum	2 Strip	3 Strip
Sabtu, 22-4-2017	2	Sesudah	1 cc	1 cc
Minggu, 23-4-2017	3		2 cc	3 cc
Senin, 24-4-2017	4	Observasi	4 cc	3 cc

LEMBAR OBSERVASI PIJAT PUNGGUNG DAN KOMPRES

HANGAT PAYUDARA

Nama : Ny. N.

Umur : 25 tahun.

Anak ke : 2 to 4 th.

Pendidikan : SMA

Pekerjaan : IRT.

Hari/Tanggal	Hari ke	Pijat punggung dan kompres hangat	Payudara Kanan (Pagi dan Sore)	Payudara Kiri (Pagi dan Sore)
Rabu 26-4-2017	1	Sebelum	3 Strip	2 Strip
Kamis 27-4-2017	2	Sesudah	2 cc	1 cc
Jumat 28-4-2017	3		3 cc	3 cc
Sabtu 29-4-2017	4	Observasi.	5 cc	5 cc

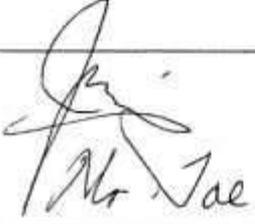
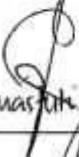
LEMBAR KONSULTASI
KARYA TULIS ILMIAH PRODI DIII KEBIDANAN
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

NO	HARI/TANGGAL	MATERI BIMBINGAN/KONSULTASI	PARAF PEMBIMBING
1.	Senin 5 Juni 2017	BAB IV Revisi, dipersingkat dalam bentuk narasi. Partisipan dipersingkat dikumpulkan keluhan - HPHT. Hasil dibikin frekuensi.	Kusumastuti S.SIT. M.Kes
2.	Sabtu 10 Juni 2017.	Bab IV Revisi. Pemeriksaan obtektik lengkapi, Pengkajian. tabel frekuensi Jadwal penunjan	Kusumastuti S.SIT. M.Kes.
3.	Rabu 14 Juni 2017.	Bab IV Revisi hasil. label frekuensi Pembahasan, teori, dimasukkan	Kusumastuti S.SIT. M.Kes.
4.	Jum'at 16 Juni 2017.	BAB IV Revisi pembahasan, teori. BAB V Revisi kesimpulan sesuai dengan tujuan	Kusumastuti S.SIT. M.Kes.
5.	Selasa 20 Juni 2017.	BAB IV - karakteristik responden dipisah. Hasil volume sebelum dan sesudah dipisah BAB V : Pembahasan Kesimpulan disesuaikan tujuan	Kusumastuti S.SIT. M.Kes.
6.	Sabtu 8 Juli 2017.	Bab IV : Pembahasan. hasil penelitian volume sebelum dan sesudah disesuaikan materi	Kusumastuti S.SIT. M.Kes.
7.	Rabu 12 Juli 2017.	BAB : Pembahasan disesuaikan berdasarkan data BAB V : kesimpulan disesuaikan data	Kusumastuti S.SIT. M.Kes.

LEMBAR KONSULTASI
KARYA TULIS ILMIAH PRODI D111 KEBIDANAN
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

NO	HARI/TANGGAL	MATERI BIMBINGAN/KONSULTASI	PARAF PEMBIMBING
8.	Sabtu. 15 Juli 2017.	BAB V : Pembahasan disesuaikan BAB IV : Kesimpulan Intisari tanggal dan waktu.	 Kusumastuti S.SIT, M.Kes.
9.	Selasa 18 Juli 2017.	BAB IV : Hasil disesuaikan dgn jurnal. ii : sesuaikan dgn data	 Kusumastuti S.SIT, M.Kes.
10.	Kamisat. 20 Juli 2017.	BAB IV : diteliti ditambah hasil frekuensi tertinggi. BAB V : kesimpulan disesuaikan dengan tujuan. Intisari metode kesimpulan	 Kusumastuti S.SIT, M.Kes.
11.	Sabtu. 22 Juli 2017.	BAB IV : hasil tabel kenaikan frekuensi Aii. Intisari hasil.	 Kusumastuti S.SIT, M.Kes.
12.	Senin 24 Juli 2017.	Intisari konsul Mr Joe. Intisari acc.	 Kusumastuti S.SIT, M.Kes.

**LEMBAR KONSULTASI
KARYA TULIS ILMIAH PRODI D111 KEBIDANAN
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG**

NO	HARI/TANGGAL	MATERI BIMBINGAN/KONSULTASI	PARAF PEMBIMBING
13.	25/7-2017	English Abstract	 Mr. Tae
14.	Rabu. 26 Juli 2017.	ACC	 Kusumastuti S.ST, M.KEF.
15	14/8/2017	Acc post ujian hasil	 Juni Soyang M. Keb.
16.	14/8/2017.	konsul post ujian hasil	 Kusumastuti S.SIT, M. Kes.
17	15/8/2017.	ACC	 Kusumastuti S.SIT, M. Kes.