

**PENGARUH *ROLLING MASSAGE* PUNGGUNG TERHADAP  
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS  
DI RUANG MELATI RSI NASHRUL UMMAH  
KABUPATEN LAMONGAN**

**SKRIPSI**



**RIKHA MUSLIKHA**  
**NIM. 13.02.01.1359**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2017**

**PENGARUH *ROLLING MASSAGE* PUNGGUNG TERHADAP  
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS  
DI RUANG MELATI RSI NASHRUL UMMAH  
KABUPATEN LAMONGAN**

**SKRIPSI**



**RIKHA MUSLIKHA**  
**NIM. 13.02.01.1359**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2017**

**PENGARUH *ROLLING MASSAGE* PUNGGUNG TERHADAP  
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS  
DI RUANG MELATI RSI NASHRUL UMMAH  
KABUPATEN LAMONGAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah  
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan**

**RIKHA MUSLIKHA  
NIM. 13.02.01.1359**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN**

**2017**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : RIKHA MUSLIKHA  
NIM : 13.02.01.1359  
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 12 JUNI 1995  
INSTITUSI : PRODI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
(STIKES) MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul : “Pengaruh *Rolling Massage* Punggung Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan.” adalah bukan skripsi karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 05 Mei 2017

Yang menyatakan,



**RIKHA MUSLIKHA**  
**NIM. 13.02.01.1359**

## LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : RIKHA MUSLIKHA  
NIM : 13.02.01.1359  
JUDUL : PENGARUH *ROLLING MASSAGE* PUNGGUNG TERHADAP  
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI  
RUANG MELATI RSI NASHRUL UMMAH KABUPATEN  
LAMONGAN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada  
tanggal : Mei 2017

Oleh :

**Mengetahui :**

**Pembimbing I**



**Diah Eko Martini, Ns.,M.Kep**  
NIK.19800307 2008 044

**Pembimbing II**



**Heny Ekawati, Ns.,M.Kes**  
NIK. 19820215 2008 042

**LEMBAR PENGESAHAN**

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi  
Di Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

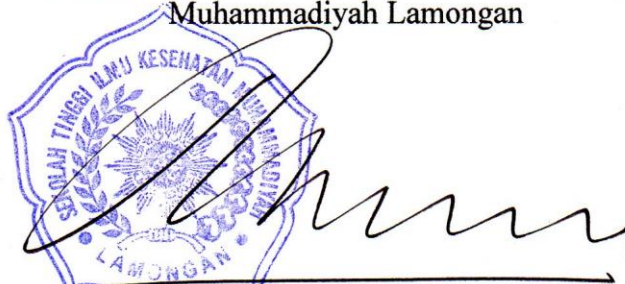
Tanggal: Mei 2017

**PANITIA PENGUJI**

		Tanda tangan
Ketua	: Virgianti Nur Faridah, S,Kep.,Ns.,M.Kep.	..... 
Anggota	: 1. Diah Eko Martini, S,Kep.,Ns.,M.Kep.	..... 
	: 2. Ns. Heny Ekawati, S.Kep., M.Kes.	..... 

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)  
Muhammadiyah Lamongan



**Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep., M. Kes.**  
**NIK. 19540818 2005 001**

## *CURRICULUM VITAE*

Nama : RIKHA MUSLIKHA

Tempat Tgl. Lahir : Lamongan, 12 Juni 1995

Alamat Rumah : Dusun Sanur RT. 01/ RW. 03 Desa Jotosanur,  
Kec. Tikung, Kab. Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat pendidikan :

1. TK Hidayatul Ummah Jotosanur : Lulus Tahun 2001
2. MI Darul Ulum Jotosanur : Lulus Tahun 2007
3. SMP Negeri 2 Lamongan : Lulus Tahun 2010
4. SMA Negeri 2 Lamongan : Lulus Tahun 2013
5. Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan tahun 2013 sampai 2017.

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

*“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah lah hati menjadi tentram. (QS. Ar-Ra’d : 28)”*

### Skripsi ini ku persembahkan untuk :

Terima kasih kepada aba, ibuku dan adikku yang telah menjadi motivasiku untuk tidak mudah mengeluh dan ikhlas dalam mencapai cita-cita, atas do’a, kasih sayang dan semua pengorbanan yang tak henti-hentinya diberikan kepadaku, serta keluarga besarku yang selalu mendoakanku.

Aku persembahkan skripsi ini untuk kalian.

Terima kasih kepada sahabat-sahabat terkasih dan teman-teman sekelasku atas kebersamaan dan semangat selama menempuh pendidikan di STIKES Muhammadiyah Lamongan.



Semoga kita semua diberi kemudahan dan keberkahan dalam meniti kehidupan.

.....*Amin Ya Robbal Alamin!!!*.....



## ABSTRAK

Muslikha, Rikha. 2017. **Pengaruh *Rolling Massage* Punggung Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan.** Skripsi Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan, Pembimbing (1) Ns, Diah Eko Martini, S.Kep.,M.Kep. (2) Ns, Heny Ekawati, S.Kep.,M.Kes.

Masa nifas merupakan awal permulaan laktasi. Seharusnya bayi baru lahir sudah harus bisa menyusu ke ibunya, akan tetapi yang terjadi dilapangan pada awal masa nifas bayi sulit untuk menyusu ke ibunya. Data survei awal pada ibu nifas minggu pertama didapatkan 75% ASI nya belum lancar.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *rolling massage* punggung terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu nifas di ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan.

Desain penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan pendekatan *time series*. Dengan teknik *consecutive sampling*. Sampel berjumlah 30 responden dengan kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi frekuensi BAK bayi hari 1-3. Analisis data menggunakan uji *repeated anova*.

Berdasarkan hasil penelitian pada frekuensi BAK bayi pada kelompok kontrol memiliki rerata 5,8 dan kelompok perlakuan 7,3. Hal ini diperkuat dengan nilai  $\rho = 0,001$  ( $\rho < 0,05$ ) yang artinya ada pengaruh *rolling massage* punggung terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu nifas di ruang Melati RSI Nashrul Ummah kabupaten Lamongan.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut sebaiknya teknik *rolling massage* punggung dapat digunakan sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas baik di BPS, Puskesmas maupun Rumah Sakit.

Kata Kunci : ASI (Air Susu Ibu), *rolling massage* punggung.

## ***ABSTRACT***

Muslikha, Rikha. 2017. **The Effect Of Rolling Back Massage On The Increase Of Milk Production In Postpartum Mothers In Melati Room RSI Nashrul Ummah Lamongan.** Skripsi Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Lamongan, Conselor (1) Ns, Diah Eko Martini, S.Kep.,M.Kep. (2) Ns, Heny Ekawati, S.Kep.,M.Kes.

The postpartum period is the beginning of lactation. New born babies should be able to suckle to his mother, but what happens in the field early in the postpartum period baby is difficult to suckle to his mother. Primary survey data on the first week of the postpartum period found 75% show that his milk is not yet fluent.

The purpose of this study was to determine the effect of rolling back massage to increase milk production in postpartum mothers in Melati Room RSI Nashrul Ummah Lamongan.

Design of this study uses quasi experimental method with time series approach. With consecutive sampling technique. The samples are 30 respondents with control group. An instrument used is observation sheet of baby's urine frequency first until third days. Data analysis using repeated anova test.

Based on the results of this study on the babys urine frequency on control group had a mean of 5.8. While the mean of intervention group was 7.3. The results of statistical tests using Repeated Anova test,  $\rho = 0.001$  ( $\rho < 0.05$ ) which means there is the effect of rolling back massage to increase milk production in postpartum mothers in Melati Room RSI Nashrul Ummah Lamongan.

Based on the results of these studies it is known that the back rolling massage can be used as an alternative to increase milk production in postpartum mother in BPS, Puskesmas or Hospital.

Keywords: breast milk (breast milk), rolling back massage.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ *Pengaruh Rolling Massage Punggung Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan.*” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini disusun penulis sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd. Kep. M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
2. Bapak Suhartono, selaku Direktur RSI Nashrul Ummah Lamongan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan.
3. Arifal Aris, S.Kep., Ns. MKes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
4. Diah Eko Martini, S.Kep. Ns, M.Kep, selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

5. Heny Ekawati, S.Kep.,Ns.,M.Kes, selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
6. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materiil demi terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Desember 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>COVER DALAM</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	v
<b><i>CURRICULUM VITAE</i></b> .....	vi
<b>HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b><i>ABSTRACT</i></b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xviii
<b>DAFTAR SIMBOL</b> .....	xx
<b>BAB 1 : PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Produksi ASI .....	7
2.1.1 Pengertian ASI .....	7
2.1.2 Manfaat ASI .....	8
2.1.3 Tahapan ASI .....	11

2.1.4	Komposisi Gizi dalam ASI.....	13
2.1.5	Tanda-tanda Bayi Cukup ASI .....	17
2.1.6	Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI.....	19
2.1.7	Upaya Memperbanyak ASI .....	21
2.2	Konsep Laktasi .....	23
2.2.1	Pengertian Laktasi .....	23
2.2.2	Proses Laktasi dan Menyusui .....	25
2.2.3	Fisiologi Laktasi .....	26
2.2.4	Refleks Laktasi .....	28
2.3	Konsep Nifas .....	30
2.3.1	Pengertian Masa Nifas.....	30
2.3.2	Tahapan Masa Nifas .....	31
2.3.3	Tujuan Asuhan Masa Nifas .....	32
2.4	Konsep <i>Rolling Massage</i> .....	32
2.4.1	Pengertian .....	32
2.4.2	Manfaat .....	34
2.4.3	Kontra Indikasi .....	34
2.4.4	Prosedur. ....	34
2.5	Kerangka Konsep .....	36
2.6	Hipotesis Penelitian .....	38

### **BAB 3 : METODE PENELITIAN**

3.1	Desain Penelitian .....	39
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	41
3.3	Kerangka Kerja .....	42
3.4	Identifikasi Variabel .....	43
3.5	Definisi Operasional .....	44
3.6	Sampling Desain.....	45
3.7	Pengumpulan dan Analisa Data .....	47
3.7.1	Pengumpulan Data .....	47
3.7.2	Instrumen Penelitian .....	47

3.7.3 Pengelohan Data .....	48
3.7.4 Analisa Data .....	49
3.8 Etika Penelitian .....	51
3.8.1 <i>Informed Consent</i> .....	51
3.8.2 <i>Anonimity</i> atau Tanpa Nama.....	51
3.8.3 <i>Confidentiality</i> atau Kerahasiaan.....	52
 <b>BAB 4 : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	53
4.1.1 Data Umum .....	53
4.1.2 Data Khusus.....	58
4.2 Pembahasan .....	60
4.2.1 Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas yang Tidak Mendapatkan <i>Rolling Massage</i> Punggung di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan .....	60
4.2.2 Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas yang Mendapatkan <i>Rolling Massage</i> Punggung di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan .....	62
4.2.3 Pengaruh <i>Rolling Massage</i> Punggung terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan .....	63
 <b>BAB 5 : PENUTUP</b>	
5.1 Simpulan .....	66
5.2 Saran .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	68
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Prosedur Tindakan <i>Rolling Massage</i> Punggung Berdasarkan Aplikasi Riset ..... 35
Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh <i>Rolling Massage</i> Punggung Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan. .... 44
Tabel 4.1	Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi BAK Bayi pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol Pada Ibu Nifas Di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan Tahun 2017 ..... 60



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1	Proses Pembentukan ASI ..... 27
Gambar 2.2	<i>Rolling Massage</i> Punggung..... 35
Gambar 2.3	Kerangka Konsep Pengaruh <i>Rolling Massage</i> Punggung Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan..... 37
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Pengaruh <i>Rolling Massage</i> Punggung Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan..... 42
Gambar 4.1	Diagram Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Umur di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan Tahun 2017 ..... 54
Gambar 4.2	Diagram Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan Tahun 2017..... 55
Gambar 4.3	Diagram Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Pekerjaan di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan Tahun 2017..... 55
Gambar 4.4	Diagram Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Jumlah Anak di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan Tahun 2017 ..... 56
Gambar 4.5	Diagram Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Paritas di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan Tahun 2017 ..... 57
Gambar 4.6	Diagram Distribusi Frekuensi BAK Bayi Pada Kelompok Kontrol Hari Pertama-ketiga di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah kabupaten Lamongan Tahun 2017 ..... 58
Gambar 4.7	Diagram Distribusi Frekuensi BAK Bayi Pada Kelompok Perlakuan Hari Pertama-ketiga di Ruang Melati RSI Nashrul Ummah kabupaten Lamongan Tahun 2017 ..... 59

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Survey Awal dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 3 Surat Balasan Survey Awal dari RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian dari STIKES Muhammadiyah Lamongan
- Lampiran 5 Surat Balasan Penelitian dari RSI Nashrul Ummah Kabupaten Lamongan
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar SOP
- Lampiran 9 Lembar Observasi
- Lampiran 10 Lembar Tabulasi
- Lampiran 11 Hasil Tabulasi
- Lampiran 12 Hasil SPSS 16.0
- Lampiran 13 Lembar Konsultasi

## DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
BB	: Berat Badan
BBLR	: Berat Bayi Lahir Rendah
Ca	: Kalsium
cc	: Cubic Centimeter
Cu	: Tembaga
Depkes	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
Fe	: Fero / Besi
FSH	: <i>Follicle Stimulating Hormone</i>
g	: Gram
gr	: Gram
HPL	: <i>Human Placental Lactogen</i>
KB	: Keluarga Berencana
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
mg	: Mili Gram
ml	: Mili Liter
MM	: Magister Manajemen
Mn	: Mangan
NIK	: Nomor Induk Kepegawaian

NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
No	: Nomer
Ns	: Ners
P	: Fosfor
Prodi	: Program Studi
Risikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RSI	: Rumah Sakit Islam
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
SST	: Sarjana Sains Terapan
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
TB	: Tinggi Badan

## DAFTAR SIMBOL

n	: Perkiraan jumlah sampel
R	: Responden penelitian
Ra	: Responden kelompok kontrol
Rb	: Responden Kelompok perlakuan
X	: Populasi sesudah mengalami perlakuan / intervensi
O	: Post test setelah perlakuan / observasi
H1	: Observasi hari pertama
H2	: Observasi hari kedua
H3	: Observasi hari ketiga
$H_0, H_1$	: Hipotesis
$Z_p$	: Perkiraan proporsi
d	: Tingkat kesalahan
>	: Lebih dari
<	: Kurang dari
=	: Sama dengan
%	: Persen
&	: Dan
+	: Positif
-	: Sampai