

SKRIPSI

PENGARUH TOTOK PAYUDARA TERHADAP PENGELUARAN AIR

SUSU IBU PADA MASA NIFAS DI PMB NIMAS AYU ASMARANI,

AMD.KEB KRIKILAN KECAMATAN GLENMORE

KABUPATEN BANYUWANGI

TAHUN 2021



Oleh :

Nama : Ratih Indah Puspita Sari

NIM : 202007T028

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI

BANYUWANGI

2022

SKRIPSI
PENGARUH TOTOK PAYUDARA TERHADAP PENGELUARAN AIR
SUSU IBU PADA MASA NIFAS DI PMB NIMAS AYU ASMARANI,
AMD.KEB KRIKILAN KECAMATAN GLENMORE
KABUPATEN BANYUWANGI
TAHUN 2021

Untuk memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb)
Pada Program Studi Sarjana Kebidanan STIKes Banyuwangi



Oleh :

Nama : Ratih Indah Puspita Sari

NIM : 202007T028

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI
BANYUWANGI
2022

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya tulis ilmiah saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan proposal skripsi saya yang berjudul :

**Pengaruh totok payudara terhadap pengeluaran Air Susu Ibu pada masa
nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan
Glenmore Kabupaten Banyuwangi
Tahun 2021**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya.

Banyuwangi,

Yang membuat pernyataan



Ratih Indah Puspita Sari

NIM. 202007T028

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Dengan Judul :

**Pengaruh Totok Payudara Terhadap Pengeluaran ASI Pada Masa Nifas Di
PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan Glenmore
Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021**



Ratih Indah Puspita Sari

NIM. 202007T028

Telah disetujui untuk diujikan
Pada tanggal, 01 Maret 2022

Oleh:

Pembimbing I



Erik Toga, M.Kes

NIK/NIDN : 06.027.1008

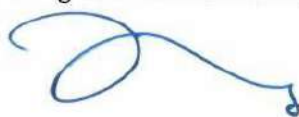
Pembimbing II



Machria Rachman, SST., M.Kes

NIK/NIDN : 0712018401

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Kebidanan



Desi Trianita, SST., M.Kes

NIK/NIDN : 0716128602

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi Dengan Judul :

**Pengaruh Totok Payudara Terhadap Pengeluaran ASI Pada Masa Nifas Di
PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan Glenmore
Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021**

Diajukan oleh :

Nama : Ratih Indah Puspita Sari

NIM : 202007T028

Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

Telah Diuji Dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal : 07 Maret 2022

TIM PENGUJI

Penguji I : Endah Kusuma Wardani, SST, Keb., M.KM.

Penguji II : Erik Toga, M.Kes

Penguji III : Machria Rachman, SST., M.Kes



Mengetahui

Ketua

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi



DR. H. Soekardjo
NUPN : 9907159603

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ratih Indah Puspita Sari

NIM : 202007T028

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul :

**“Pengaruh Totok Payudara Terhadap Pengeluaran ASI Pada Masa Nifas Di
PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan Glenmore
Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021 ”**

Bersedia untuk dimuat dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing dengan tetap mencatumkan nama saya sebagai peneliti.

Banyuwangi,

Yang membuat pernyataan



RATIH INDAH PUSPITA SARI

202007T028

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas semua berkat dan hidayat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi Penelitian yang berjudul **“Pengaruh totok payudara terhadap pengeluaran Air Susu Ibu pada masa nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021”**, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) pada program studi S1 Kebidanan STIKES Banyuwangi.

Dalam hal ini penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Bapak DR. H. Soekardjo selaku Ketua STIKES Banyuwangi.
2. Ibu Desi Trianita, SST., M.Kes selaku Ka. Prodi S1 Kebidanan STIKES Banyuwangi.
3. Bapak Erik Toga, M.Kes selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Machria Rachman, SST., M.Kes selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb selaku pemilik PMB yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis.
6. Keluarga tercinta dan terkasih Bapak Sukamat, Ibu Ponisri, Yunita, Bapak Misgiyono, Ibu Warsipah, Gustu serta Andreas yang telah memberikan motivasi, doa dan dukungan kepada penulis.

7. Teman-teman seperjuangan mahasiswa Prodi S1 Kebidanan Non Reguler STIKes Banyuwangi, dan seluruh pihak yang membantu menyelesaikan skripsi penelian ini.

Semoga Ida Sang Hyang Widhi Wasa memberikan balasan atas segala amal baik yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih banyak kekurangan dalam penulisan, penyusunan ataupun penyajian materi. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca sebagai bahan penyempurna penyusunan laporan berikutnya dan semoga proposal penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak.

Banyuwangi,

Penulis

Ratih Indah Puspita Sari
NIM.202007T028

ABSTRAK

PENGARUH TOTOK PAYUDARA TERHADAP PENGELUARAN AIR SUSU IBU PADA MASA NIFAS DI PMB NIMAS AYU ASMARANI, AMD.KEB KRIKILAN KECAMATAN GLENMORE KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2021

Oleh :

Ratih Indah Puspita Sari

Program Studi Sarjana Kebidanan STIKes Banyuwangi

Email : Ratihindah2509@gmail.com

Pengeluaran ASI yang tidak cukup membuat ibu mengalami kesulitan dalam proses menyusui terutama di awal pasca kelahiran. Karena mereka mengeluh ASI mereka sedikit di hari pertama kelahiran. Cakupan ASI Eksklusif di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 66,1% dan di Provinsi Jawa Timur mencapai 61,0% ibu mengeluh pengeluaran ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada masa nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore-Kabupaten Banyuwangi tahun 2021.

Penelitian ini adalah pre eksperimental “*One Group Pra Test dan Post Test Design*” menggunakan teknik sampling *Accidental Sampling* dengan jumlah sampel 20 ibu masa nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore-Kabupaten Banyuwangi pada bulan Desember 2021 sampai dengan Januari Tahun 2022. Data diperoleh dari lembar observasi sebelum dan sesudah diberikan totok payudara kemudian dilakukan *Coding, Scoring, Tabulating* dan hasil penelitian dianalisis menggunakan Uji *Paired T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan totok payudara pada ibu nifas hari ke-0 yang pengeluaran ASI dengan kategori kurang sebanyak 15 responden (75%) dan 5 responden (25%) dengan kategori sedang. Setelah dilakukan intervensi totok payudara terjadi peningkatan pengeluaran ASI pada ibu masa nifas hari ke-14 dengan 16 responden (80%) dalam kategori normal dan 4 responden (20%) dengan kategori sedang. Hasil analisis uji *Paired T-Test* didapatkan $p\text{ value}=0,000$ (nilai $p < 0,05$) dan nilai pearson correlation 0,082, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada ibu nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore-Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021.

Diharapkan lahan penelitian dapat memberikan pelayanan totok payudara baik saat kontrol nifas maupun *homecare*. Sedangkan untuk ibu dapat mengetahui tentang pentingnya totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada masa nifas dan rutin melakukan totok payudara selama 45 menit selama 2 kali dalam 2 minggu.

Kata Kunci : Pengeluaran ASI, Totok Payudara.

ABSTRACT

THE EFFECT OF BREAST ACUPRESSURE AT BREAST MILK AT PMB NIMAS AYU ASMARANI,AMD.KEB KRIKILAN, GLENMORE DISTRICT, BANYUWANGI IN 2021

By:

Ratih Indah Puspita Sari

Program Studi Sarjana Kebidanan STIKes Banyuwangi

Email : Ratihindah2509@gmail.com

Insufficient milk production makes mothers experience difficulties in the breastfeeding process, especially in the early post-natal period. Because they complain that their milk is low on the first day of birth. Exclusive breastfeeding coverage in Indonesia in 2020 reached 66.1% and in East Java Province it reached 61.0% mothers complained of spending breast milk. This study aims to determine the effect of full-blooded breasts on breastfeeding during the postpartum period at PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb, Glenmore District, Banyuwangi Regency in 2021.

This research is a pre experimental "One Group Pre Test and Post Test Design" using the Accidental Sampling sampling technique with a sample of 20 postpartum mothers at PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb, Glenmore District, Banyuwangi Regency from December 2021 to January 2022. Data were obtained from observation sheets before and after being given full-blooded breasts, then Coding, Scoring, Tabulating and the results were analyzed using the Paired T-Test.

The results showed that before full-blooded breasts on day 0 postpartum mothers, 15 respondents (75%) and 5 respondents (25%) expressed breast milk in the moderate category. After the full-blooded breast intervention, there was an increase in breast milk production in postpartum mothers on the 14th day with 16 respondents (80%) in the normal category and 4 respondents (20%) in the moderate category. The results of the analysis of the Paired T-Test test obtained p value = 0.000 meaning p value <0.05 and Pearson correlation value 0.082, then H_0 is rejected H_a is accepted, which means that there is an influence between full-blooded breasts on breastfeeding mothers in postpartum mothers at PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Glenmore District-Banyuwangi Regency in 2021.

It is hoped that the research area can provide full-blooded breast services both during postpartum control or home care. Meanwhile, mothers can find out about the importance of full-blooded breasts on breastfeeding during the postpartum period and respondents must be diligent in doing full-blooded breasts for 45 minutes 2 times in 2 weeks.

Keywords : Milk Production, Breast Acupressure

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMBANG DAN ARTI.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Masa Nifas	8
a. Definisi Masa Nifas.....	8
b. Tahapan Masa Nifas.....	8
c. Kunjungan Masa Nifas.....	9
d. Perubahan Fisiologis Dalam Masa Nifas	10
e. Perubahan Psikologis Dalam Masa Nifas	14
f. Kebutuhan Dasar Masa Nifas.....	15
g. Tanda – Tanda Bahaya Masa Nifas	19

h. Proses Laktasi.....	20
2.2 Konsep Dasar Payudara	25
a. Anatomi Payudara	25
b. Fisiologi Payudara.....	27
2.3 Konsep Dasar ASI	28
a. Definisi ASI	28
b. Manfaat ASI.....	28
c. Kandungan Dalam ASI	29
d. Komposisi ASI.....	30
e. Langkah Keberhasilan Pemberian ASI	33
f. Faktor yang mempengaruhi ASI Berkurang	33
g. Penyebab ASI Kurang Lancar Pada Minggu Pertama Ibu Nifas	35
2.4 Konsep Dasar Totok Payudara	37
a. Definisi Totok Payudara	37
b. Manfaat Totok Payudara	38
c. Indikasi Dan Kontraindikasi Totok Payudara	38
d. Titik Meridian Totok Payudara	39
e. Waktu Totok Payudara.....	40
f. Alat dan Bahan.....	41
g. Fisiologi Totok Payudara Dapat Memperlancar Pengeluaran ASI	44
h. Cara pengukuran keberhasilan totok payudara terhadap pengeluaran ASI.....	44
2.5 Evidence Based Tentang Totok Payudara Terhadap Pengeluaran ASI	45
2.6 Pahtway	48
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL	
3.1 Kerangka Konseptual	49
3.2 Hipotesis Penelitian	50
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN	
4.1 Jenis Penelitian	51

4.2 Desain Penelitian	51
4.3 Populasi, Sampel dan Sampling	52
4.3.1 Populasi	52
4.3.2 Sampel	52
4.3.3 Besar Sampel	53
4.3.4 Teknik Pengambilan Sampel	54
4.4 Tempat dan Waktu Penelitian	54
4.4.1 Tempat	54
4.4.2 Waktu	54
4.5 Variabel Penelitian	54
4.5.1 Variabel Bebas	54
4.5.2 Variabel Terikat	55
4.5.3 Definisi Operasional	55
4.5.4 Cara Pengukuran Variabel	56
4.6 Prosedur Pengumpulan Dan Data	56
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data	56
4.6.2 Instrumen Penelitian	56
4.6.3 Proses Pengumpulan Data	57
4.7 Teknik Pengolahan Analisis Data	58
4.7.1 Teknik Pengolahan data Analisis Data	58
4.7.2 Analisis Data	60
4.8 Kerangka Konsep	63
4.9 Etika Penelitian	64
4.9.1 <i>Inform Consent</i>	64
4.9.2 <i>Anonymity</i>	64
4.9.3 <i>Confidentiality</i>	65
4.9.4 <i>Veracity</i>	65
4.9.5 <i>Respect for person</i>	65

BAB 5 HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

5.1 Hasil Penelitian	66
5.2 Analisis Penelitian	73

BAB 6 PEMBAHASAN

6.1 Pengeluaran ASI pada Masa Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore - Banyuwangi Tahun 2021 sebelum dilakukan intervensi.....	76
6.2 Pengeluaran ASI pada Masa Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore - Banyuwangi Tahun 2021 setelah dilakukan intervensi.....	78
6.3 Pengaruh Totok Payudara terhadap Pengeluaran ASI pada Masa Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore - Banyuwangi Tahun 2021.....	80
6.4 Keterbatasan Peneliti	82

BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan	83
7.2 Saran	83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Frekuensi Kunjungan Masa nifas.....	9
Tabel 2.2 Perubahan Involusi Uterus Pada Ibu Nifas	10
Tabel 2.3 Macam-Macam Lochea.....	11
Tabel 2.4 Komposisi Kandungan ASI	33
Tabel 4.1 Desain Penelitian <i>One Group Pra Test dan Post Test Design</i>	52
Tabel 4.2 Definisi Operasional pengaruh totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada mas nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021	55
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore - Banyuwangi Tahun 2021.....	67
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore -Banyuwangi Tahun 2021.....	68
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore -Banyuwangi Tahun 2021.....	68
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas Ibu Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Rogojampi- Banyuwangi Tahun 2021.....	69
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengeluaran ASI Ibu Nifas Sebelum dilakukan Intervensi Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore -Banyuwangi Tahun 2021	69
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengeluaran ASI Ibu Nifas Setelah dilakukan Intervensi Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore -Banyuwangi Tahun 2021	70

Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Pengaruh Totok Payudara Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas Di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Kecamatan Glenmore - Banyuwangi Tahun 2021.....	70
Tabel 5.8 Hasil uji normalitas data dari pengeluaran ASI sebelum dan setelah dilakukan intervensi	71
Tabel 5.9 Hasil uji distribusi data pengeluaran ASI sebelum intervensi.....	71
Tabel 5.10 Hasil uji distribusi data pengeluaran ASI setelah intervensi.....	72
Tabel 5.11 hasil analisis dengan uji T- Test Berpasangan (Paired T-Test).....	72
Tabel 5.12 Hasil uji normalitas data dari pengeluaran ASI sebelum dan setelah dilakukan intervensi	73
Tabel 5.13 Hasil uji distribusi data pengeluaran ASI sebelum intervensi.....	74
Tabel 5.14 Hasil uji distribusi data pengeluaran ASI setelah intervensi.....	74
Tabel 5.15 hasil analisis dengan uji T- Test Berpasangan (Paired T-Test).....	75

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1	Kerangka Konsep Pengaruh totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada masa nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021	49
Bagan 4.1	Kerangka Kerja Pengaruh totok payudara terhadap pengeluaran ASI pada masa nifas di PMB Nimas Ayu Asmarani, Amd.Keb Krikilan Kecamatan Glenmore Kabupaten Banyuwangi Tahun 2021	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Fisiologi Laktasi	14
Gambar 2.2 Anatomi Payudara	27
Gambar 2.3 Titik Intercosta Pertama Payudara	39
Gambar 2.4 Titik Perbatasan Payudara Bagian Bawah	39
Gambar 2.5 Titik Pada 4 Jari Diatas Puting	39
Gambar 2.6 Titik Intercosta Pertama payudara.....	40
Gambar 2.7 Titik Pada 4 Jari Dibawah Axila	40
Gambar 2.8 Pengumpulan Payudara Ke Arah Tengah	40
Gambar 2.9 <i>Breast Cleansing</i>	41
Gambar 2.10 <i>Breast Massage</i>	42
Gambar 2.11 Penotakan Payudara	43
Gambar 2.12 <i>Breast Masking</i>	44

DAFTAR LAMBANG DAN ARTI

%	= Persen
-	= Sampai
<	= Kurang dari
>	= Lebih dari
=	= Sama dengan

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Matrik Penelitian	88
Lampiran 2 Pengajuan Judul Skripsi.....	89
Lampiran 3 Permohonan Data Awal.....	90
Lampiran 4 Surat ijin penelitian.....	91
Lampiran 5 Surat Etik Penelitian	92
Lampiran 6 Informed Consent	93
Lampiran 7 SOP Totok Payudara	94
Lampiran 8 Kuisioner dan Checklist Penelitian.....	97
Lampiran 9 Checklist Penilaian ASI.....	99
Lampiran 10 Lembar Observasi Pengeluaran ASI.....	100
Lampiran 11 SOP Pemerahan ASI.....	102
Lampiran 12 Lembar Konsultasi.....	103
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....	112
Lampiran 14 Hasil Uji Analisis SPSS.....	123