# ABSTRAK

Kelancaran ASI merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu nifas. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kelancaran ASI adalah pijat payudara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Boliyohuto Tahun 2026.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimen (pre-experimental design) melalui pendekatan one group pretest-posttest design. Sampel penelitian berjumlah 30 ibu nifas yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi kelancaran ASI sebelum dan sesudah intervensi pijat payudara. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat payudara sebagian besar responden mengalami kelancaran ASI tidak lancar sebanyak 24 responden (80%), cukup lancar 6 responden (20%), dan tidak ada responden dengan kategori lancar. Setelah dilakukan pijat payudara terjadi peningkatan kelancaran ASI, yaitu kategori lancar sebanyak 18 responden (60%), cukup lancar 9 responden (30%), dan tidak lancar menurun menjadi 3 responden (10%). Hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai p-value = 0,000 (<0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui.

Kesimpulan penelitian ini adalah pijat payudara berpengaruh terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu nifas. Pijat payudara dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis untuk membantu memperlancar ASI pada ibu nifas.

Kata Kunci: pijat payudara, kelancaran ASI, ibu nifas.

# ABSTRACT

Adequate breast milk flow is a crucial factor in the success of exclusive breastfeeding among postpartum mothers. One non-pharmacological measure that can be taken to improve breast milk flow is breast massage. This study aims to determine the effect of breast massage on breast milk flow among postpartum mothers in the working area of the Boliyohuto Community Health Center (Puskesmas) in 2026.

This study employed a quantitative method with a pre-experimental design, specifically a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 30 postpartum mothers selected using the accidental sampling technique. Data were collected using an observation sheet to assess breast milk flow before and after the breast massage intervention. Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods, utilizing the Wilcoxon test.

The results showed that prior to the breast massage, the majority of respondents (24 or 80%) experienced poor breast milk flow, while 6 respondents (20%) had moderate flow, and no respondents fell into the good flow category. Following the breast massage, an improvement in breast milk flow was observed: 18 respondents (60%) were in the good flow category, 9 (30%) had moderate flow, and the number of respondents with poor flow decreased to 3 (10%). Statistical analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test yielded a p-value of 0.000 (<0.05), leading to the conclusion that breast massage has an effect on breast milk flow in breastfeeding mothers.

The study concludes that breast massage influences the improvement of breast milk flow among postpartum mothers. Breast massage can serve as a non-pharmacological intervention to help facilitate breast milk flow for postpartum mothers.



Keywords: breast massage, breast milk flow, postpartum mothers.