

**PENGARUH PIJAT PAYUDARA DAN AROMATERAPI MELATI
TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI
DI PUSKESMAS TEMPUREJO**

SKRIPSI



**Oleh:
Sumiatin
25104153**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul *Pengaruh Pijat Payudara dan aromaterapi melati terhadap produksi ASI pada ibu menyusui Di Puskesmas Tempurejo* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Sumiatin
 NIM : 25104153
 Hari, Tanggal : Senin, 03 Agustus 2026
 Program Studi : Program Studi Kebidanan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji
 Ketua Penguji,



(Yuni Handayani, S.ST., M.Kes)
 NIDN.0704068402

Penguji I,

Penguji III,



(Yuningsih, S.ST., M.Keb)
 NIDN. 0705069003



(Dinar Perbawati, S.ST., M.Kes)
 NIDN.0709059105

Mengesahkan,
 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
 Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
 NIDN.0719128902

PENGARUH PIJAT PAYUDARA DAN AROMATERAPI MELATI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS TEMPUREJO

*The Effect of Breast Massage and Jasmine Aromatherapy on Breast Milk
Production Among Breastfeeding Mothers at Tempurejo Community Health Center*

Sumiatin^{1**} Dinar Perbawati^{2**}

¹Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember

²Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr
Soebandi Jember

Korespondensi Penulis: Sumiatin259@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar belakang: Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi pada enam bulan pertama kehidupan. ASI tidak hanya menyediakan komponen gizi yang lengkap, tetapi juga berperan penting dalam meningkatkan imunitas, mencegah infeksi, dan mendukung tumbuh kembang optimal. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif sangat dipengaruhi oleh kecukupan produksi ASI, terutama pada masa menyusui awal. Salah satu yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan melakukan pijat payudara yang dapat melepaskan hormon oksitosin dan prolaktin serta pemberian aromaterapi melati sehingga ibu merasa rileks, menurunkan hormon stres, dan memicu hormon oksitosin yang melancarkan refleks aliran ASI. **Tujuan:** mengetahui pengaruh pijat payudara dan aromaterapi melati terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Tempurejo. **Metode:** penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-test post-test*. Populasi penelitian ini adalah ibu menyusui dihari ke 1-14 sebanyak 20 orang. Teknik sampling yang digunakan total sampling dimana jumlah sampel sebanyak 20 responden. Variabel pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu pijat payudara dan aromaterapi melati dan produksi ASI. Tempat penelitian ini di Puskesmas Tempurejo yang dilakukan intervensi pada Bulan Desember 2025 sampai dengan Bulan Januari 2026. Intervensi dilakukan 15 menit satu kali sehari selama 14 hari untuk setiap responden. **Hasil:** setelah dilakukan perhitungan didapat sebanyak 17 responden dengan produksi ASI baik dan 3 responden dengan produksi ASI cukup dimana semua responden mengalami kenaikan produksi ASI. Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan hasil signifikan *p value* 0,001 ($0,001 < 0,05$) yang dapat diartikan ada perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pijat payudara dan aromaterapi melati. **Kesimpulan:** terdapat perbedaan pijat payudara dan Aromaterapi Melati terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Tempurejo. **Saran:** dengan adanya penelitian ini diharapkan semua ibu menyusui mau melakukan pijat payudara satu kali sehari selama 15 menit dan aromaterapi melati sehingga produksi ASI Meningkat dan berhasil ASI Eksklusinya.

Kata Kunci: pijat payudara dan aromaterapi melati, produksi ASI