

**PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP PRODUKSI  
AIR SUSU IBU NIFAS DI UPTD PUSKESMAS  
ABIANSEMAL III**



**SKRIPSI**

**Oleh:**

**GUSTI AYU PUTU SRIWULANDARI**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2025**

**PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP PRODUKSI  
AIR SUSU IBU NIFAS DI UPTD PUSKESMAS  
ABIANSEMAL III**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan  
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Oleh:**

**GUSTI AYU PUTU SRIWULANDARI  
NIM. A1224087**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2025**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gusti Ayu Putu Sriwulandari

NIM : A1224087

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila kemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 1 Juli 2025



Gusti Ayu Putu Sriwulandari

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH AKUPRESUR TERHADAP PRODUKSI  
AIR SUSU IBU NIFAS DI UPTD PUSKESMAS  
ABIANSEMAL III**

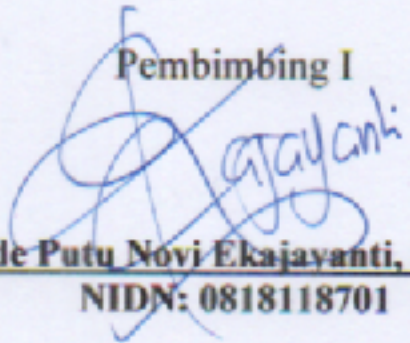
**Diajukan Oleh:**

**GUSTI AYU PUTU SRIWULANDARI  
NIM. A1224087**

**Badung, 1 Juli 2025**

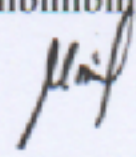
**Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing**

**Pembimbing I**



**Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0818118701**

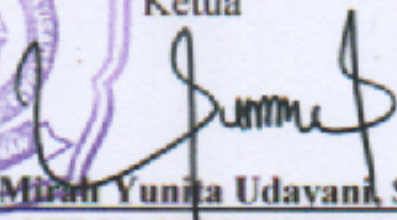
**Pembimbing II**



**Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes  
NIDN: 0821098803**



**Mengetahui,  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Ketua**



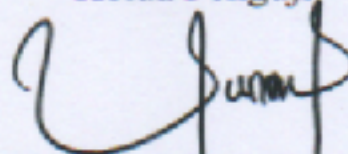
**Bdn. Ni Putu Mirani Yunita Udayani, S.ST., M.Keb  
NIDN: 0808068701**

## HALAMAN PENGESAHAN

**Skripsi Ini Telah Dipertahankan dan Disahkan di Depan Dewan  
Penguji Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu  
Kesehatan Bina Usada Bali  
Tanggal: 8 Juli 2025**

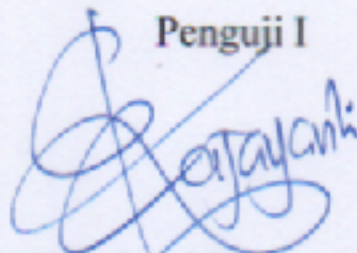
**Yang terdiri dari:**

**Ketua Penguji**



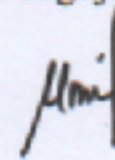
**Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb**  
**NIDN: 0808068701**

**Penguji I**



**Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, S.ST., M.Keb**  
**NIDN: 0818118701**

**Penguji II**

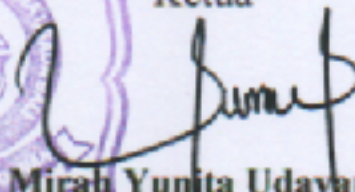


**Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes**  
**NIDN: 0821098803**

**Mengetahui,**

**Program Studi Sarjana Kebidanan**

**Ketua**



**Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb**  
**NIDN: 0808068701**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

Skripsi, Juni 2025

Gusti Ayu Putu Sriwulandari

Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi Air Susu Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Abiansemal III

xiv+ 72 Halaman + 5 Tabel + 3 Gambar + 14 Lampiran

**ABSTRAK**

Praktik pemberian ASI mulai bayi baru lahir sampai minimal selama enam bulan masih sangat rendah sebesar 69,7% dan masih di bawah target nasional sebesar 80%, salah satu penyebabnya adalah produksi ASI yang rendah setelah melahirkan Meningkatkan produksi ASI menjadi upaya untuk mendukung pemberian ASI eksklusif yang dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan terapi komplementer seperti akupresur. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh akupresur terhadap produksi ASI ibu nifas.

Metode penelitian *pre eksperimental study* dengan *Intact-Group Comparison Design*. Sampel penelitian adalah ibu nifas bersalin normal di wilayah kerja UPTD Puskesmas Abiansemal III yang memenuhi kriteria sampel sebanyak 40 orang yang dipilih dengan teknik sampel *purposive sampling*. Sampel dikelompokkan menjadi kelompok perlakuan (20 orang) dan kelompok kontrol (20 orang). Data dikumpulkan dengan lembar observasi dan dianalisis dengan uji *statistic independent samplet tes* untuk mengetahui perbedaan produksi ASI antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.

Hasil penelitian didapatkan produksi ASI ibu nifas pada kelompok perlakuan setelah diberikan intervensi akupresur sebagian besar dalam katagori normal (55,0%) dengan rerata sebesar 166, 15 ml, sedangkan pada kelompok kontrol sebagian dari responden dalam katagori kurang (50.0%) dengan rerata sebesar 113,80 ml. Terdapat perbedaan produksi ASI antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, dimana secara statistik membuktikan ada pengaruh akupresur terhadap produksi ASI ibu nifas di UPTD Puskesmas Abiansemal III ( $p\ value = 0,038$ ;  $\alpha = 0,05$ ). Saran kepada tenaga kesehatan agar meningkatkan pelaksanaan terapi akupresur dalam pemberian pelayanan kebidanan serta melaksanakan pelatihan terapi komplementer seperti akupresur kepada semua petugas puskesmas.

**Kata Kunci** : Akupresur; Ibu Nifas; Produksi Asi

**Daftar Pustaka** : 48 Sumber (2013-2024)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI  
BACHELOR OF MIDWIFERY PROGRAM**

Undergraduate thesis, June 2025

Gusti Ayu Putu Sriwulandari

**The Effect of Acupressure on Breast Milk Production in Postpartum Mothers at UPTD Abiansemal III Public Health Center**

xiv + 72 pages + 5 tables + 3 figures + 14 appendices

**ABSTRACT**

The practice of exclusive breastfeeding from birth up to at least six months remains relatively low, at 69.7%, which is still below the national target of 80%. One contributing factor is insufficient breast milk production following childbirth. Increasing breast milk production is a key effort to support exclusive breastfeeding and can be achieved through both pharmacological methods and complementary therapies such as acupressure. This study aimed to determine the effect of acupressure on breast milk production in postpartum mothers.

This research used Pre-experimental study with Intact-Group Comparison Design. The study sample consisted of 40 postpartum mothers who had normal deliveries within the working area of UPTD Abiansemal III Public Health Center. Participants were selected using purposive sampling and divided into two groups: a treatment group (20 mothers) and a control group (20 mothers). Data were collected with observation sheets and analyzed with the independent samples test to determine the difference in breast milk production between the treatment group and the control group.

The results showed that breast milk production of postpartum women in the treatment group after acupressure intervention was mostly in the normal category (55.0%) with a mean of 166, 15 ml, while in the control group most of the respondents were in the less category (50.0%) with a mean of 113.80 ml. There was a difference in breast milk production between the treatment group and the control group, which statistically proved that there was an effect of acupressure on breast milk production of postpartum women at UPTD Puskesmas Abiansemal III ( $p$  value = 0.038;  $\alpha$  = 0.05). It is recommended that healthcare providers enhance the implementation of acupressure therapy in midwifery services and conduct training on complementary therapies such as acupressure for all community health center staff.

**Keywords** : Acupressure; Breast Milk Production; Postpartum Mothers

**Bibliography** : 48 sources (2013–2024)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ‘Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi Air Susu Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Abiansemal III’ dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Kebidanan pada Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Kebidanan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb selaku Ketua Program Studi Ilmu Kebidanan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan semangat dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bdn. Pande Putu Novi Ekajayanti, S.ST.,M.Keb selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST.,M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini
5. dr. I Nyoman Widiarta selaku Kepala UPTD Puskesmas Abiansemal III atas ijin yang telah diberikan untuk mengikuti pendidikan dan ijin sebagai lokasi penelitian.
6. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Badung, 10 Juli 2025

Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR SKEMA .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Pelayanan Kebidanan.....	6
2. Masyarakat .....	6
3. Institusi Pendidikan .....	6
4. Perkembangan Ilmu Kebidanan .....	6

E. Keaslian Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teoritis.....	9
1. Konsep Ibu Nifas.....	9
a. Definisi.....	9
b. Tahapan Masa Nifas .....	9
c. Proses Adaptasi Psikologis Masa Nifas .....	10
d. Masalah pada Ibu Nifas.....	12
2. Konsep Produksi ASI Ibu Nifas .....	14
a. Definisi.....	14
b. Mekanisme Pembentukan ASI .....	15
c. Klasifikasi ASI .....	17
d. Faktor yang Memengaruhi Produksi ASI .....	19
e. Cara Menilai Produksi ASI .....	21
f. Upaya Meningkatkan Produksi ASI.....	24
3. Konsep Akupresur .....	25
a. Definisi.....	25
b. Manfaat Akupresur .....	26
B. Kajian Empiris .....	31
C. Kerangka Teori.....	34
<b>BAB III KERANGKA KONSEP</b>	
A. Kerangka Konsep .....	35
B. Hipotesis Penelitian.....	36

C. Definisi Operasional Variabel.....	36
 BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	38
B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	39
1. Populasi.....	39
2. Sampel .....	39
3. Besar Sampel.....	40
4. Teknik Sampling .....	41
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
D. Etika Penelitian .....	42
E. Alat Pengumpulan Data.....	43
F. Prosedur Pengumpulan Data.....	44
1. Prosedur Administrasi .....	44
2. Prosedur Teknis.....	45
G. Analisis Data.....	47
1. Pengolahan Data.....	47
2. Analisa Data.....	49
 BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	56
B. Analisis Deskriptif.....	57
C. Analisis Inferensial.....	59

## BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian .....	62
1. Produksi ASI Setelah Pemberian Intervensi Akupresur Pada Kelompok Perlakuan di UPTD Puskesmas Abiansemal III .....	62
2. Produksi ASI Pada Kelompok Kontrol di UPTD Puskesmas Abiansemal III .....	64
3. Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di UPTD Puskesmas Abiansemal III.....	67
B. Keterbatasan Penelitian.....	69
C. Implikasi Penelitian .....	70

## BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan .....	71
B. Saran .....	72

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>73</b>
-----------------------------	-----------

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1	Definisi Operasional Penelitian.....	37
Tabel 5.1	Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Umur di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Abiansemal III .....	56
Tabel 5.2	Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Jumlah Anak, Pendidikan dan Pekerjaan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Abiansemal III.....	57
Tabel 5.3	Perbedaan Produksi ASI Ibu Nifas Antara Kelompok Perlakuan dengan Kelompok Kontrol di UPTD Puskesmas Abiansemal III.	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Titik akupresur SI 1 .....	27
Gambar 2.2	Titik akupresur ST15,ST16,ST18,CV17,SP18 .....	28
Gambar 2.3	Teknik Akupresur ST 36 .....	28
Gambar 2.11	Kerangka Teori Penelitian .....	34
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	35
Gambar 4.1	Rancangan Penelitian <i>quasi eksperimental study</i> .....	38

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Jadwal Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat balasan dan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Keterangan Etik
- Lampiran 5. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari Dinas Penanaman Modal
- Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian dari Puskesmas
- Lampiran 8. Lembar Permintaan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10. Sertifikat Pelatih Akupresur
- Lampiran 11. SOP Pemberian Akupresur
- Lampiran 12. Instrumen Pengumpulan Data
- Lampiran 13. Hasil Analisis Data
- Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 15. Lembar Bimbingan

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2024). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2021-2023*. Jakarta: Badan Pusat Statistik Republik Indonesia.
- Crowley, W. R. (2020). Neuroendocrine regulation of lactation and milk production. *Comprehensive Physiology*, 5(1), 255–291.
- Dianatha, V. (2023). *Bunga Rampai Perawatan Masa Nifas Berbasis Budaya Lokal*. Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo.
- Djanah, N., & Muslihatun, W. N. (2022). Akupresur terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 8(01), 73–77.
- Dolang, M. W., Wattimena, F. P. A., Kiriwenno, E., Cahyawati, S., & Sillehu, S. (2021). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(3), 256–261.
- Ene, S. K., Hadi, S. P. I., & Kusumawardani, L. A. (2022). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Post Partum: Systematic Literature Review. *Malahayati Nursing Journal*, 4(8), 2070–2087.
- Field, T. (2020). Touch for socioemotional and physical well-being: A review. *Developmental Review*, 30(4), 367–383.
- Fiorent, Z., Purba, N. H., & Laga, F. H. J. (2021). Implementasi asuhan kebidanan pada ibu post partum dengan masalah menyusui. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 291–301.
- Hanubun, J. E. A., Indrayani, T., & Widowati, R. (2023). Pengaruh Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(2), 411–418.
- Herlinadiyanigsih, H., & Ruttata, P. (2021). Pijat Oksitosin terhadap Volume ASI di PMB E Kota Palangka Raya. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 2(1), 16–19.
- IDAI. (2023). *ASI Sebagai Pencegah Malnutrisi pada Bayi*. Jakarta: Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- Idiana, A. (2024). *Asuhan Akupresur Pada Masa Kehamilan*. Bandung: Rizmedia.
- Imaniar, S. (2020). *Menyusui Dengan Hati Dan Ilmu*. Jawa Barat: Edu Publisier.

- Julianti, N. (2023). Penerapan Terapi Akupresur Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2023. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3), 2102–2109.
- Kemenkes, RI. (2021). *Modul 2 Materi Inti; Pemanfaatan Akupresur*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes, RI. (2024). *Survey Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Leiwakabessy, A., & Azriani, D. (2020). Hubungan Umur, Paritas Dan Frekuensi Menyusui Dengan Produksi Air Susu Ibu: Association Of Age, Parity And Frequency Of Breast Feeding On The Production Of Mother's Milk. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 1(1), 27–33.
- Mertasari dan Sugandini. (2021). *Asuhan Masa Nifas dan Menyusui*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Nisa, H. K. (2024). Terapi Komplementer untuk Meningkatkan Produksi ASI : Scoping Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 2623–2630.
- Nurakilah dan Sulastri. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pascasalin Dan Menyusui*. Klaten: PT Nas Media Indonesia.
- Nurbaya. (2021). *Konseling Menyusui*. Banda Aceh: Syah Kuala Universiti Press.
- Nursalam. (2020). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Pendekatan Praktis. Edisi 5*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pacitasari, D. M., & Wijhati, E. R. (2023). Asuhan kebidanan pada ibu nifas normal. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 74–79.
- Pratiwi, L. N., & Nurrohmah, A. (2023). Pengaruh Pijat Oksitosin Menggunakan Essential Oil Lavender Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Desa Kemiri. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 8(1), 8–12.
- Puspasari, L., & Istiyati, S. (2024). Perawatan pada ibu nifas normal. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*, 2, 484–489.
- Puspita, M. (2022). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Malang: Rena Cipta Mandiri.

- Rahmanindar, N., & Nisa, J. (2024). Pengaruh Pijat Akupresur Laktasi (Akuprelaktasi) terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Kabupaten Tegal. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 10(3), 468–477.
- Sajidah, A., Ramie, A., & Sa'adah, G. (2021). Literature Review Pengaruh Akupresur Pada Ibu Menyusui Terhadap Peningkatan Kecukupan Asupan Asi Bayi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 101–108.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukma, F., & Revinel, R. (2020). Masalah Menyusui sebagai Determinan Terjadinya Risiko Depresi Postpartum pada Ibu Nifas Normal: The Breastfeeding Problem as Determined of Postpartum Depression Risk. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(3), 121–131.
- Sulymbona, N., As'ad, S., Khuzaimah, A., Miskad, U. A., Ahmad, M., & Bahar, B. (2024). The effect of acupressure therapy on the improvement of breast milk production in postpartum mothers. *Enfermeria Clinica*, 30, 615–618.
- Suwanto, M. A., & Estri, B. A. (2023). Pengaruh Akupresur Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Puskesmas Molingkapoto, Gorontalo Utara. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(2), 352–357.
- Swarjana, I. K. (2016). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Andi.
- World Health Organization. (2023). *World Breastfeeding Week 1-7 Agust 2023*. Swis: World Health Organization.