

**PENGARUH PIJAT AKUPRESURE TERHADAP KELANCARAN ASI
EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEUNARON
KECAMATAN PEUNARON KABUPATEN ACEH TIMUR**

Leki Meika¹, Dewi Susanti², Massitah³, Novika Hermadanty⁴, Purnamasari⁵,
Jurusan Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima
Indonesia, Medan, Indonesia.

ABSTRAK

Proses menyusui tidak selalu berlangsung dengan mudah beberapa ibu mengalami kendala seperti bendungan ASI atau produksi ASI yang rendah, yang dapat menjadi alasan utama tidak terlaksananya pemberian ASI secara eksklusif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat akupresur terhadap kelancaran pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Peunaron, Kecamatan Peunaron, Kabupaten Aceh Timur. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain survei analitik menggunakan pendekatan case-control. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan total sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pelaksanaan pijat akupresur dengan peningkatan pemberian ASI eksklusif di wilayah tersebut pada tahun 2025. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Peunaron pada tanggal 20–21 Juni 2025, pukul 09.00–16.00 WIB, dengan hasil adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu menyusui sebesar 95,85% dalam kategori baik terhadap manfaat terapi akupresur, atau terjadi peningkatan sebesar 31,23% dibandingkan sebelum kegiatan. Evaluasi lanjutan dilakukan pada tanggal 24–25 Juni 2025 dengan penerapan langsung teknik pijat akupresur. Hasilnya menunjukkan peningkatan produksi ASI sekitar 60–70%, yang ditandai dengan keluarnya ASI tanpa diperas, frekuensi buang air kecil bayi lebih dari delapan kali per hari, serta volume ASI perah lebih dari 500 ml. Temuan ini mengindikasikan bahwa pijat akupresur efektif dalam membantu kelancaran produksi ASI dan dapat direkomendasikan sebagai terapi nonfarmakologis bagi ibu menyusui.

Kata Kunci: Pijat Akupresur, Produksi ASI, ASI Eksklusif, Ibu Menyusui

***THE EFFECT OF ACUPRESSURE MASSAGE ON THE SMOOTHNESS OF
EXCLUSIVE BREASTFEEDING IN THE WORK AREA OF PEUNARON
COMMUNITY HEALTH CENTER, PEUNARON DISTRICT, EAST ACEH
REGENCY***

*Leki Meika¹, Dewi Susanti², Massitah³, Novika Hermadanty⁴, Purnamasari⁵,
Jurusan Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima
Indonesia, Medan, Indonesia.*

ABSTRACT

Breastfeeding is not always an easy process some mothers experience difficulties such as breast engorgement or low milk production, which often become contributing factors to the failure of exclusive breastfeeding. This study aims to determine the effect of acupressure massage on the smoothness of exclusive breastfeeding among mothers in the working area of Peunaron Health Center, Peunaron Subdistrict, East Aceh Regency. The research employed a quantitative analytic survey design with a case-control approach, and samples were obtained using the total sampling technique. The results revealed a significant relationship between acupressure massage and the improvement of exclusive breastfeeding among respondents in 2025. A community service activity was conducted on June 20–21, 2025 (09.00–16.00 WIB), which showed a 95.85% improvement in mothers' knowledge and understanding regarding the use of acupressure therapy, representing an overall increase of 31.23% compared to before the intervention. Follow-up evaluations on June 24–25, 2025 demonstrated that the application of acupressure therapy increased breast milk production by approximately 60–70%. Indicators of improvement included spontaneous milk flow without manual expression, infants urinating more than eight times per day, and expressed breast milk volume exceeding 500 ml. These findings suggest that acupressure massage can effectively enhance milk production and may serve as a beneficial nonpharmacological therapy for breastfeeding mothers.

Keywords: Acupressure Massage, Breast Milk Production, Exclusive Breastfeeding, Breastfeeding Mothers