

**PENERAPAN TEKNIK *BACK ROLLING MASSAGE* PADA IBU NIFAS
DENGAN MASALAH MENYUSUI TIDAK EFEKTIF
DI RSUD NYI AGENG SERANG**

Eka Nur Setyaning Rahma¹, Titik Endarwati², Yustiana Olfah³
^{1,2,3} Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : ekarahmasty21@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Menyusui merupakan proses penting bagi ibu dan bayi, terutama pada masa nifas. Menyusui tidak efektif pada ibu nifas masih menjadi masalah umum yang dapat menghambat produksi ASI. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti nyeri, stres, dan rendahnya hormon oksitosin. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI adalah teknik *back rolling massage*, yang bertujuan untuk merangsang pelepasan hormon oksitosin. Hormon ini berperan dalam merangsang refleks aliran ASI (*let down reflex*) serta memberikan efek relaksasi bagi ibu.

Tujuan: Studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan teknik *back rolling massage* pada ibu nifas yang mengalami masalah menyusui tidak efektif, serta mengevaluasi dampak terhadap peningkatan produksi dan pengeluaran ASI.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang ibu nifas yang mengalami masalah menyusui tidak efektif. Intervensi yang diberikan berupa teknik *back rolling massage* selama 3 hari berturut-turut dengan frekuensi dua kali sehari (pagi dan sore), selama 10–15 menit. Proses asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

Hasil: Setelah dilakukan intervensi, kedua subjek menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam produksi ASI. Hal ini ditandai dengan adanya peningkatan jumlah tetesan ASI, meningkatnya kenyamanan ibu saat menyusui, serta meningkatnya frekuensi menyusui bayi. Selain itu, bayi tampak lebih tenang setelah menyusui dan frekuensi buang air kecil bayi juga meningkat.

Kesimpulan: Teknik *back rolling massage* terbukti efektif sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam meningkatkan produksi dan kelancaran ASI pada ibu nifas yang mengalami masalah menyusui tidak efektif. Penerapan teknik ini dapat menjadi bagian dari intervensi keperawatan maternitas untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Kata Kunci: *back rolling massage*, menyusui tidak efektif, produksi ASI

¹Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

**APPLICATION OF BACK ROLLING MASSAGE TECHNIQUE FOR
POSTPARTUM WOMEN WITH INEFFECTIVE BREASTFEEDING
PROBLEM AT NYI AGENG SERANG HOSPITAL**

Eka Nur Setyaning Rahma¹, Titik Endarwati², Yustiana Olfah³

^{1,2,3} Department of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293

Email : ekarahmasty21@gmail.com

ABSTRACT

Background: Breastfeeding is a crucial process for both mother and baby, especially during the postpartum period. Ineffective breastfeeding often occurs and can hinder breast milk production. This condition is influenced by factors such as pain, stress, and low levels of the hormone oxytocin. One effective non-pharmacological intervention to improve breast milk production is the back rolling massage, a gentle spinal massage that stimulates oxytocin release, enhancing the let-down reflex and providing maternal relaxation.

Objective: To apply the back rolling massage technique in postpartum mothers with ineffective breastfeeding and to evaluate its impact on breast milk production and output.

Methods: This study used a descriptive case study design with a nursing care approach. The subjects were two postpartum mothers experiencing ineffective breastfeeding. The intervention was conducted twice daily for three consecutive days, with each session lasting 10–15 minutes. The nursing care process included assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation.

Results: After the intervention, both mothers showed significant improvements in breast milk production, increased comfort during breastfeeding, and calmer babies with more frequent urination.

Conclusion: The back rolling massage technique is proven effective as a non-pharmacological intervention to enhance breast milk production and flow in postpartum mothers with ineffective breastfeeding. This technique can be integrated into maternity nursing care to support successful exclusive breastfeeding.

Keywords: back rolling massage, breast milk production, ineffective breastfeeding

¹Student of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Lecturer of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta