

ABSTRACT

LITERATURE REVIEW STUDY OF LACTATIONAL MASSAGE ON THE FLOW OF BREAST MILK

By:

Chindytia Helma Arishinta

Lactation massage is a massage technique that can be worked out for smooth breastfeeding, by doing massages regularly as well as applying the correct breastfeeding technique. Lactation massage is useful for reducing pain, tension, stress, and anxiety, elevating mood or mood, increasing milk production, and encouraging loving maternal care, preparing the mother physically, emotionally, and mentally to face the postpartum period. This study aims to determine the relationship between lactation massage and the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers. The method used in the preparation of this research is to use a literature review study approach by analyzing 16 articles that have been selected according to research criteria. The results from 16 literature review journals found that giving lactation massage is very effective for expediting breast milk. In this study it can be concluded that giving lactation massage can overcome the uneven production of breast milk, improve blood circulation, prevent breast milk from clogging, and make mothers more relaxed.

Keywords: Lactation Massage, Smooth Milk, Milk Production

ABSTRAK

STUDI LITERATURE REVIEW PIJAT LAKTASI TERHADAP KELANCARAN ASI

Oleh:

Chindytia Helma Arishinta

Pijat laktasi adalah teknik memijat yang dapat diupayakan untuk kelancaran ASI, dengan melakukan pijatan secara rutin juga menerapkan teknik menyusui yang benar. Pijat laktasi bermanfaat untuk mengurangi nyeri, ketegangan, stres, dan kecemasan, mengangkat suasana hati atau mood, meningkatkan produksi ASI, dan mendorong perawatan ibu yang penuh kasih, mempersiapkan fisik, emosional, dan mental ibu untuk menghadapi masa nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pijat laktasi dengan kelancaran ASI pada ibu postpartum. Metode yang digunakan dalam penyusunan penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan studi *literature review* dengan menganalisis 16 artikel yang telah dipilih sesuai kriteria penelitian. Hasilnya dari 16 jurnal literature review ditemukan bahwa dengan pemberian pijat laktasi sangat efektif untuk melancarkan ASI. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dengan memberikan pijat laktasi dapat mengatasi ketidاكلancaran produksi ASI, melancarkan sirkulasi darah, mencegah tersumbatnya ASI, dan membuat ibu lebih rileks.

Kata Kunci: Pijat Laktasi, Kelancaran ASI, Produksi ASI