

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *ROLLING MASSAGE* DENGAN MINYAK
KELAPA PADA IBU *POSTPARTUM* DALAM
MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI
KLINIK PRATAMA NIAR
PATUMBAK**



SHERLY MARGARETHA WARUWU
P07520122036

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025

**PENERAPAN *ROLLING MASSAGE* DENGAN MINYAK
KELAPA PADA IBU *POSTPARTUM* DALAM
MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI
KLINIK PRATAMA NIAR
PATUMBAK**

Karya Tulis Ilmiah /Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**SHERLY MARGARETHA WARUWU
P07520122036**

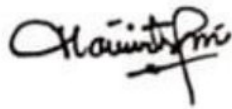
**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN MEDAN
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *ROLLING MASSAGE* DENGAN MINYAK
KELAPA PADA IBU *POSTPARTUM* DALAM
MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI
KLINIK PRATAMA NIAR
PATUMBAK

Diusulkan Oleh
SHERLY MARGARETHA WARUWU
P07520122036

Telah disetujui di Prodi D-III Keperawatan Medan
Pada tanggal 19 Juni 2025

Pembimbing Utama,



Nani Zulfikar S.Kep, Ns, M.Kes
NIP 197204131997032002

Pembimbing Pendamping,



Tiurlan M. Doloksaribu S.Kep, Ns, M.Kep
NIP 197701062002122003

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan,



Masnila S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP 197011301993032013

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *ROLLING MASSAGE* DENGAN MINYAK
KELAPA PADA IBU *POSTPARTUM* DALAM
MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI
KLINIK PRATAMA NIAR
PATUMBAK**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

SHERLY MARGARETHA WARUWU
P07520122036

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Medan, 19 Juni 2025

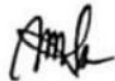
Tanda Tangan

- | | | | | | |
|------------------|---|--|---|---|---|
| 1. Ketua Penguji | : | Nani Zulfikar, S.Kep., Ns., M.Kes. | (|  |) |
| 2. Penguji I | : | Wiwik Dwi Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep. | (|  |) |
| 3. Penguji II | : | Nurlama Siregar, S.Kep., Ns., M.Kes. | (|  |) |

Medan, 19 Juni 2025

Mengetahui:

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan,



Masnila S. Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP 197011301993032013

BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama : Sherly Margaretha Waruwu
Tempat/Tgl lahir : Medan, 24 Agustus 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Lingkungan 13, Medan Marelan
Nomor HP : 081260232138

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Dr. Wahidin Sudirohusodo
2. SLTP : SMP PGRI 3 Medan
3. SLTA : SMAN 16 Medan

**PENERAPAN *ROLLING MASSAGE* DENGAN MINYAK KELAPA PADA
IBU *POSTPARTUM* DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI
KLINIK PRATAMA NIAR PATUMBAK**

Sherly Margaretha Waruwu¹, Nani Zulfikar S.Kep, Ns, M.Kes²,
Tiurlan M. Doloksaribu S.Kep, Ns, M.Kep³
Poltekkes Kemenkes Medan
Email Peneliti: sherlymrg24@gmail.com

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan utama dan ideal bagi bayi. ASI ini akan diberikan secara eksklusif selama 6 bulan sejak bayi lahir. ASI yang terpenuhi akan memberikan pertumbuhan yang baik dan memberikan perlindungan bagi bayi. Namun pada kenyataannya, pemberian ASI secara eksklusif ini masih rendah dan salah satu penyebabnya adalah ketidaklancaran ASI yang menyebabkan suplai ASI menjadi kurang bagi bayi. Salah satu alternatif yang dapat dilakukan adalah penerapan *rolling massage*. Ini adalah tindakan pemijatan di sepanjang tulang belakang yang dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu *postpartum*. Penerapan ini akan membantu peningkatan aliran darah, pembuangan sisa metabolik yang semakin lancar sehingga memacu hormon endorfin dalam memberikan kenyamanan ibu *postpartum* dan juga merangsang pengeluaran kolostrum atau ASI. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua subjek yang akan dianalisis mendalam baik dari segi yang berhubungan dengan keadaan kasus produksi ASI kurang, faktor-faktor yang mempengaruhi, tindakan dan reaksi dari kasus terhadap perlakuan *rolling massage* dengan minyak kelapa. Evaluasi hasil pada kasus 1 (Ny.I) volume ASI 10 cc menjadi 50 cc. Pada kasus 2 (Ny.P) volume ASI 5 cc menjadi 60 cc. Dengan demikian, penerapan *rolling massage* dengan minyak kelapa terbukti mampu meningkatkan produksi ASI pada ibu *postpartum*. Diharapkan penerapan *rolling massage* ini dapat dilanjutkan dan dijadikan sebagai salah satu alternatif meningkatkan produksi ASI.

Kata kunci : *Rolling massage, Postpartum, Air Susu Ibu (ASI)*

APPLICATION OF ROLLING MASSAGE WITH COCONUT OIL IN POSTPARTUM MOTHERS TO INCREASE BREAST MILK PRODUCTION AT NIAR PRIMARY CLINIC, PATUMBAK

Sherly Margaretha Waruwu¹, Nani Zulfikar S.Kep, Ns, M.Kes²,
Tiurlan M. Doloksaribu S.Kep, Ns, M.Kep³
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Researcher's Email: sherlymrg24@gmail.com

ABSTRACT

Breast milk is the primary and ideal food for infants. It should be given exclusively for the first six months of a baby's life. Adequate breast milk supply ensures proper growth and protects the baby. However, exclusive breastfeeding rates remain low, partly because of issues with milk flow that result in an insufficient supply. One alternative intervention is rolling massage, a massage technique performed along the spine to increase breast milk production in postpartum mothers. This technique helps improve blood flow and the removal of metabolic waste, which in turn stimulates endorphin hormones to provide comfort to the mother and encourages the release of colostrum or breast milk. This study used a descriptive method with a case study approach on two subjects. The cases were analyzed in-depth regarding the lack of breast milk production, influencing factors, and the subjects' reactions to the rolling massage with coconut oil treatment. The results showed a significant increase in breast milk volume: from 10 cc to 50 cc for Case 1 (Mrs. I), and from 5 cc to 60 cc for Case 2 (Mrs. P). Conclusion: The application of rolling massage with coconut oil is proven to be effective in increasing breast milk production in postpartum mothers. It is recommended that this rolling massage technique be continued and adopted as an alternative method to boost breast milk production.

Keywords: Rolling Massage, Postpartum, Breast Milk



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Sherly Margaretha Waruwu
NIM : P07520122036
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan
Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

**Penerapan *Rolling Massage* Dengan Minyak Kelapa Pada Ibu *Postpartum*
Dalam Meningkatkan Produksi Asi Di Klinik Pratama Niar Patumbak**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 19 Juni 2025
Penulis.



Sherly Margaretha Waruwu
NIM. P07520122036

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul **Penerapan *Rolling Massage* Dengan Minyak Kelapa Pada Ibu *Postpartum* Dalam Meningkatkan Produksi Asi Di Klinik Pratama Niar Patumbak** dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Nani Zulfikar, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku pembimbing utama dan Ibu Tiurlan Mariasima Doloksaribu, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya Proposal Karya Tulis Ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb., selaku PLT Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Masnila Siregar, S.Kep., Ns., M.Pd., selaku Ketua Prodi D-III Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Wiwik Dwi Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep., sebagai Penguji I dan Ibu Nurlama Siregar, S.Kep., Ns., M.Kes., sebagai Penguji II atas kesediaannya untuk menguji Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Bd., Juniarsih S.Keb., yang telah memberikan izin lahan penelitian
6. Teristimewa kepada kedua orangtua tersayang yaitu mendiang Bapak (Edisama Waruwu) dan Mama (Karyawati Tafonao) serta kedua adik terkasih yaitu (Jenny Hartati Waruwu) dan (Yohana Cristiani Waruwu) yang senantiasa mendukung, memberikan nasihat, doa dan semangat dalam menyelesaikan pendidikan ini.
7. Kepada seluruh teman-teman dari Prodi D-III angkatan 2022, yang telah sama-sama berjuang dan saling mendukung, serta memberi semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 19 Juni 2025

Sherly Margaretha Waruwu

NIM : P07520122036

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
BIODATA PENULIS.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 6
A. Konsep Dasar <i>Rolling Massage</i>	6
1. Pengertian <i>Rolling Massage</i>	6
2. Tujuan <i>Rolling Massage</i>	6
3. Mekanisme Kerja <i>Rolling Massage</i>	6
B. Konsep Dasar Minyak Kelapa.....	8
1. Pengertian Minyak Kelapa.....	8
2. Manfaat Minyak Kelapa.....	8
3. Kandungan Minyak Kelapa.....	9
C. Konsep Dasar <i>Postpartum</i>	9
1. Pengertian <i>Postpartum</i>	9
2. Tahapan Masa <i>Postpartum</i>	10
3. Perubahan Fisiologis Ibu <i>Postpartum</i>	10
4. Perubahan Psikologis Ibu <i>Postpartum</i>	14
5. Komplikasi Masa <i>Postpartum</i>	16
D. Konsep Dasar Air Susu Ibu (ASI)	18
1. Pengertian ASI	18
2. Tahapan ASI.....	18
3. Manfaat ASI	20
 BAB III METODE STUDI KASUS	 23
A. Rancangan Studi Kasus.....	23
B. Subyek Studi Kasus.....	23
C. Fokus Studi.....	23
D. Definisi Operasional.....	24
E. Instrumen Studi Kasus.....	25
F. Metode Pengumpulan Data.....	25
G. Lokasi dan Waktu.....	25

H.	Penyajian Data.....	26
I.	Etika Studi Kasus.....	26
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	27
A.	Hasil Studi Kasus.....	27
1.	Gambaran Tempat Studi Kasus.....	27
2.	Karakteristik.....	27
3.	Identifikasi Data Kasus 1 dan Kasus 2 sebelum diberikan intervensi.....	28
4.	Intervensi <i>rolling massage</i> dengan minyak kelapa.....	28
5.	Evaluasi Hasil.....	31
B.	Pembahasan.....	32
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	37
A.	Kesimpulan.....	37
B.	Saran.....	37
	DAFTAR PUSTAKA.....	38
	LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Tinggi fundus uteri dan berat uterus menurut masa involusi	11
Tabel 2	Karakteristik subyek studi kasus.....	27
Tabel 3	Identifikasi data kasus 1 dan kasus 2 sebelum diberikan intervensi.....	28
Tabel 4	Intervensi <i>rolling massage</i> dengan minyak kelapa.....	28
Tabel 5	Evaluasi Hasil.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Survei Awal
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Survei Awal
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian
Lampiran 4	Lembar Pernyataan Selesai Penelitian
Lampiran 5	Standar Operasional Prosedur (SOP) <i>Rolling Massage</i>
Lampiran 6	Lembar Observasi Produksi ASI
Lampiran 7	Lembar Dokumentasi
Lampiran 8	Lembar <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 9	Lembar Hasil Cek Plagiasi Turnitin
Lampiran 10	Lembar Bimbingan