JOURNAL OF BIOMEDICAL SCIENCES AND HEALTH JBSH 2023
Volume 2, No. 1, Agustus 2023, (1 - 6)

THE INFLUENCE OF BREAST CARE AND MARMET MASSAGE FOR INCREASING BREAST MILK PRODUCTION IN RA KARTINI HOSPITAL, JEPARA

PENGARUH BREAST CARE DAN PIJAT MARMET DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI RSUD RA KARTINI JEPARA

Anita Indra Afriani[1], Rosita Endi Astuti[2] , Widya Isnawati[3]
[1] Midwifery Program, Universitas Karya Husada Semarang,50279, Indonesia
[2] Midwifery Academy, Universitas Karya Husada 50279, Indonesia
[3] Midwifery Academy, Universitas Karya Husada 50279, Indonesia

ARTICLE INFO

Article History:
Received: 16 Juni 2023
Revise: 25 Juli 2023
Accepted: Agustus 2023

*Corresponding authors:
Anita Indra Afriani
Midwifery Program,
Universitas Karya Husada
Semarang,50279, Indonesia
Email:
anita@stikesyahoessmg.ac.id

ABSTRAK

ASI pada masa nifas merupakan hal yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi pada bulan pertama kehidupannya. *Breast care* merupakan pemeliharaan dan perawatan payudara pada periode pasca nifas dengan cara pemijatan untuk memperlancar ASI dan menghindari kesulitan pada saat menyusui. Pijat marmet mampu meningkatkan produksi ASI. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektifitas *breast care* dan Pijat Marmet terhadap produksi ASI. Penelitian ini menggunakan *quasi experiment* rancangan *two group pre test and post test nonequivalent without control design* dengan masing – masing 25 responden untuk kelompok *intervensi* dan kelompok *kontrol*. Instrument yang digunakan adalah Standar Prosedur Operasional (SPO) *breast care* dan *Pijat Marmet* dan alat ukur pompa elektrik (breast pump). Tehnik sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*. Analisa data menggunakan *univariate* dan *bivariate*. Hasil uji *bivariate* berpasangan *breastcare* mendapat *P Value* 0,000 dan pijat marmet mendapat nilai *P Value* 0,000 yang berarti *breastcare* dan pijat *marmet* berpengaruh terhadap produksi ASI. Pada uji *bivariate* tidak berpasangan *breast care* dan *Pijat Marm*et mendapatkan nilai *p Value* 0.921 yang berarti sama- sama efektif untuk meningkatkan produksi ASI Pada Ibu Nifas. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi RS agar menggunakan metode *breast care* dan *Pijat Marmet* sebagai salah satu intervensi dalam meningkatkan produksiASI.

Kata kunci : *Breast Care*, Pijat Marmet, produksi ASI

ABSTRACT

Breast milk during the puerperium is very important for the growth and development of infants in the first month of life. Breast care is the maintenance and care of the breasts in the post-partum period by means of massage to facilitate breastfeeding and avoid difficulties during breastfeeding. Marmet massage can increase milk production. The research objective was to determine the effectiveness of breast care and Marmet Massage on breast milk production. This study used a quasi-experimental design with two groups pre test and post test nonequivalent without control group with 25 respondents each for the intervention group and the control group. The instruments used are Standard Operating Procedures (SPO) for breast care and Marmet Massage and an electric pump measuring device (breast pump). The sample technique used is accidental sampling. Data analysis using univariate and bivariate. The results of the paired bivariate test for breastcare got a P Value of 0.000 and guinea pig massage got a P Value of 0.000, which means that breastcare and marmet massage have an effect on milk production. In the unpaired bivariate test, breast care and Marmet Massage obtained a p value of 0.921, which means that they are equally effective in increasing milk production in postpartum mothers. The results of this study can be used as input for hospitals to use the breast care method and Marmet Massage as one of the interventions to increase milk production..

Keyword: Breast Care, Marmet massage, breast milk production

Copyright © 2023 Authors
This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

PENDAHULUAN

Angka Kematian Bayi (AKB) merupakan salah satu indikator keberhasilan pelayanan kesehatan di suatu negara. Berdasarkan prevalensi data *Word Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa bayi yang mendapatkan ASI eksklusif 41%, WHO tahun 2030 yaitu 70% (Bayu, 2014). Pada tahun 2020, secara nasional persentase bayi baru lahir yang mendapat IMD (Inisiasi Menyusuia Dini) sebesar 77,6%. Provinsi dengan persentase tertinggi bayi baru lahir mendapat IMD(Inisiasi Menyusui Dini) adalah DKI Jakarta (96,1%), provinsi dengan persentase terendah di tahun 2020 adalah Maluku (52,1%). Target nasional IMD (Inisiasi Menyususi Dini) tahun 2020 sebesar 54%. Di Provinsi Jawa Tengah Tahun 2020 sebesar 61,4% yang melakukan IMD (Inisiasi Menyusui Dini) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021)

Pemberian air susu ibu pada masa nifas merupakan hal yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi pada bulan pertama kehidupannya. Program pemerintah melalui Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.450/MENKES/SK/IV/2004 merubah rekomendasi lamanya pemberian air susu ibu eksklusif dari 4 bulan menjadi 6 bulan (Indonesia, 2004).

Berdasarkan data profil kesehatan tahun 2021 angka keberhasilan ASI di Indonesia masih rendah, cakupan di Indonesia pada tahun 2020 61,6%. Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2020 sebesar 81,4% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Jumlah bayi keseluruhan di Kabupaten Jepara tahun 2020 sebanyak 21.564 bayi, tetapi hanya 7.504 bayi saja yang diberikan Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif. Dapat disimpulkan bahwa cakupan pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif di Kabupaten Jepara tahun 2020 sebanyak 61,4 % (Dinas Kesehatan, 2021). Jumlah ibu *partus* di RSUD RA Kartini Kabupaten Jepara pada tahun 2020 sebanyak 4.312, jumlah ibu yang bermasalah dalam menyusui sebanyak 2.345 serta 2.504 bayi saja yang diberikan ASI eksklusif.

Proses pemberian ASI ekslusif dipengaruhi oleh banyak faktor, yaitu ASI yang tidak segera keluar setelah melahirkan, produksi ASI yang kurang, kesulitan bayi untuk menyusu, kondisi kesehatan putting susu ibu yang tidak menunjang, ibu yang bekerja, dan pengaruh susu formula atau pengganti ASI serta menyusui dini pada jam pertama kelahiran tidak dilakukan. Hal ini menyebabkan proses menyusu tertunda, sehingga alternatif yang dapat dilakukan adalah memerah atau memompa ASI selama 10-20 menit hingga bayi dapat menyusu. Tindakan tersebut dapat membantu memaksimalkan reseptor prolaktin dan meminimalkan efek samping dari tertundanya proses menyusui oleh bayi (Bayu, 2014)

Studi kasus yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 3 Juli 2021, dengan cara telaah dokumen rekam medis sistem informasi manajemen pada bulan Juni 2021 jumlah ibu *partus* di RSUD RA Kartini Kabupaten Jepara periode bulan Januari - September 2021 sebanyak 3.249, jumlah ibu yang bermasalah dalam menyusui sebanyak 1.895, rata- rata masalah yang terjadi di Kabupaten Jepara diantaranya ASI yang tidak lancar sehingga ibu memilih memberikan susu formula dan saat studi pendahuluan, dari 10 ibu postpartum terdapat 4 ibu yang ASI-nya tidak lancar, 6 ibu menyatakan terasa nyeri pada bagian payudara. Upaya yang sudah dilakukan di Kabupaten Jepara untuk mengatasi hal tersebut diantaranya dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang perawatan payudara dan nutrisi ibu menyusui akan tetapi masih banyaknya masyarakat yang belum memahami dan belum melakukan upaya yang sudah disosialisasikan. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektifitas *breast care* dan Pijat Marmet terhadap produksi ASI pada ibu nifas di RSUD RA Kartini Kabupaten Jepara.

Perawatan payudara (*Breast Care*) adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara teratur untuk memelihara kesehatan payudara dengan tujuan untuk mempersiapkan laktasi. Perawatan payudara dapat dilakukan mulai hamil dan sesudah melahirkan. Masalah pada Puting susu bukanlah menjadi halangan untuk ibu menyusui dengan baik jika mengetahui perawatan payudara sejak awal, ibu mempunyai waktu untuk mengatasi masalah pada puting susu sebelum menyusui, dan ibu juga perlu untuk memperhatikan kebersihan *personal hygiene*.(Riyanti et al., 2020). Pijat Marmet merupakan pemijatan dengan

menggunakan jari-jari tangan dan sedikit tepukan pada payudara yang akan merangsang hormon prolactin. Teknik memerah ASI dengan cara marmet bertujuan untuk mengosongkan ASI dari *sinus laktiferus* yang terletak di bawah areola, sehingga diharapkan dengan mengosongkan ASI pada *sinus laktiferus* akan merangsang pengeluaran prolaktin. Pengeluaran hormon prolaktin diharapkan akan merangsang mammary alveoli untuk memproduksi ASI. Semakin banyak ASI dikeluarkan atau dikosongkan dari payudara akan semakin baik produksi ASI di payudara (Rahmawati et al., 2021) .Air susu Ibu (ASI) merupakan sumber asupan nutrisi bagi bayi baru lahir dan pemberiannya bersifat ekslusif dari 0-6 bulan tanpa adanya makanan dan cairan tambahan. Pemberian ASI Eksklusif bermanfaat baik terhadap ibu dan bayi. Beberapa manfaat ASI untuk bayi diantaranya mencegah terserangnya penyakit, membantu perkembangan otak dan fisik bayi. Manfaat untuk ibu sendiri diantaranya mengatasi rasa trauma, mencegah kanker payudara, dapat terjalin kasih sayang antara ibu dan bayi, menunda kehamilan dan memulihkan kesehatan (Hinonaung et al., 2020)

METODE

Penelitian menggunakan desain *quasy-experiment* (*two group pre test and post test non equivalent without control group.* Perlakuan yang diberikan adalah Perawatan payudara (breast Care) pada kelompok intervensi 1 dan Pijat Marmet pada kelompok intervensi 2 dengan memberikan perlakuan selama 3 hari berturut-turut dengan pijat sebanyak 2 kali sehari. Populasi seluruh ibu Nifas di RSUD RS Kartini Japara sebanyak 57 orang. Teknik sampling pada penelitian ini adalah *accidental sampling* dan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 25 ibu nifas. Dengan kriteria Inklusi Ibu Nifas primigravida hari 1-3, melahirkan dengan spontan normal atau *sectio caesarea*. Waktu penelitian dimulai bulan Desember 2022 sampai dengan Bulan Mei 2021.

Instrument penelitian yang digunakan adalah Standar Prosedur Operasional (SPO) *breast care* dan Standar Prosedur Operasional SPO pijat marmet (Wijayanti & Setiyaningsih, 2016)(Waningsih, 2017). Pada variabel terikat yaitu produksiASI menggunakan alat ukur pompa elektrik (*breast pump*). Pengumpulan data *univariat* menggunakan *tendensi sentral* dan *bivariat* menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*, sebelum melakukan uji bivariate dilakukan uji normalitas menggunakan *shapiro wilk*.

HASIL

Tabel 1. Produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan treatment *breast care* di RSUD RA Kartini Jepara

Produksi ASI	n	Mean	Median	SD	Min - Max
Sebelum dilakukan *breast care*	25	10,00	10,00	3,862	5 - 15
Sesudah dilakukan *breast care*	25	47,20	45,00	10,112	30 - 65

Hasil penelitian menunjukkan Rata-rata produksi ASI sebelum dilakukan *breast care* adalah 10,00 ml, median 10,00 ml dengan standar deviasi 3,862. Produksi ASI paling sedikit 5 ml dan paling banyak 15 ml. Rata – rata produksi ASI sesudah dilakukan *breast care* adalah 47,20 ml, median 45,00 ml dengan standar deviasi 10,121. Produksi ASI paling sedikit 30 ml dan paling banyak 65 ml.

Tabel 2. Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan treatment Pijat Marmet RSUD Kartini Jepara

Produksi ASI	n	Mean	Median	SD	Min - Max
Sebelum dilakukan Pijat Marmet	25	11,44	10,00	5,635	5 - 26
Sesudah dilakukan Pijat Marmet	25	47,64	50,00	11,818	30 - 80

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata produksi ASI sebelum dilakukan Pijat Marmet adalah 11,44 ml, median 10,00 ml dengan standar deviasi 5,635. Produksi ASI paling sedikit 5 ml dan paling banyak 26 ml. Rata – rata produksi ASI sesudah dilakukan Pijat Marmet adalah 47,64 ml, median 50,00 ml dengan standar deviasi 11,818. Produksi ASI paling sedikit 30 ml dan paling banyak 80 ml.

Tabel 3 Perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan treatment *breast care* pada ibu nifas di RSUD RA Kartini Jepara

Variabel	n	SD	SE	P *value*
Produksi ASI				
Sebelum dilakukan *breast care*	25	3,862	0,772	0,000
Sesudah dilakukan *breast care*		10,112	2,002	

Hasil penelitian di dapatkan bahwa standar deviasi produksi ASI ibu sebelum dilakukan *breast care* adalah 3,862 dan standar eror 0,772 . Sesudah dilakukan *breast care* standar deviasinya adalah 10,112 dan standar eror 2,002. Hasil uji statistik didapatkan nilai p = 0,000 (p < 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan *breast care*.

Tabel 4 Perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan teratment Pijat Marmet pada ibu nifas di RSUD RA Kartini Jepara

Variabel	n	SD	SE	P *value*
Produksi ASI				
Sebelum dilakukan Pijat Marmet	25	5,635	1,127	0,000
Sesudah dilakukan Pijat Marmet		11,818	2,364	

Hasil penelitian di dapatkan bahwa standar deviasi produksi ASI ibu sebelum dilakukan*Pijat Marmet* adalah 5,635 dengan standar erornya 1,127.Sesudah dilakukan *Pijat Marmet* standar deviasinya adalah 11,818 dengan standart erornya 2,364. Hasil uji statistik didapatkan nilai p *value* = 0,000 (p < 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan signifikan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan Pijat Marmet.

Tabel 5 Efektifitas *breast care* dan Pijat Marmet pada ibu nifas di RSUD RA Kartini Jepara

Variabel	P *value*
Produksi ASI *Breastcare* Pijat Marmet	0,921

Hasil penelitian berdasarkan uji statistik didapatkan nilai p *value* = 0,921 (p > 0,05),yang berarti tidak ada perbedaan efektifitas, maka dapat disimpulkan bahwa perawatan payudara (*breast care)* dan Pijat Marmet sama – sama efektif untuk meningkatkan produksi ASI.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian sebelum dilakukan *breast care* dan sesudah dilakukan *breast care* berdasarkan nilai *p value*= 0,000 (p < 0,05) dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan *breast care* yang berarti bahwa metode *Breast Care* sangat berpengaruh terhadap kelancaran ASI hal ini di karena didalam puting susu terdapat banyak ujung saraf sensoris. Bila saraf tersebut dirangsang, timbul implus menuju hipotalamus selanjutnya ke kelenjar hipofise anterior (bagian depan) sehingga kelenjar ini menghasilkan hormon prolaktin. Rangsangan puting susu tidak hanya diteruskan sampai ke kelenjar hipofise anterior, tetapi juga ke kelenjar hipofise posterior (bagian belakang), yang menghasilkan hormon oksitosin(Damanik, 2020).

Breast care merupakan suatu cara dengan memberikan rangsangan pijatan payudara. Dengan pijatan ini otot payudara akan mereklaksasi ketegangan dan menghilangkan stress dengan begitu hormon oksitosin keluar dan akan membantu pengeluaran air susu ibu. Kolostrum yang menetes atau keluar merupakan tanda aktifnya reflex oksitosin (Utami Roesli, n.d.)

Hasil penelitian sebelum dilakukan pijat Marmet dan sesudah dilakukan Pijat Marmet berdasarkan nilai p *value* = 0,000 (p < 0,05) dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan Pijat *Marmet.* Berdasarkan teori yang ada teknik marmet dapat membantukunci reflek pengeluaran ASI (*letdown reflex*) yang efektif dalam hari-hari pertama menyusui, karena tebalnya konsistensi kolostrum dan ketika susu matang diproduksi(Rahmawati et al., 2021).

Teknik marmet mengembangkan metode pijat dan stimulasi untuk membantu kunci reflek pengeluaran ASI. Tingkat keberhasilan dari teknik marmet ini adalah pengeluaran air susu ibu (ASI) yang semakin banyak, yang merupakan respon kelenjar dan saraf di payudara untuk memproduksi ASI dengan baik. Teknik marmet merupakan teknik memerah ASI yang dianjurkan dengan mempergunakan tangan dan jari karena praktis, efektif dan efisien dibandingkan dengan menggunakan pompa. Cara memerah ASI menggunakan cara Cloe Marmet yang merupakan perpaduan antara teknik memerah dan memijat. Memerah dengan menggunakan tangan dan jari mempunyai keuntungan selain tekanan negatif dapat diatur, lebih praktis dan ekonomis karena cukup mencuci bersih tangan dan jari sebelum memeras ASI (Rahmawati et al., 2021)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Titik Wijayanti dkk tentang Efektifitas Breast Care Post Partum terhadap produksi ASI. Hasil kajian penelitian ini menemukan bahwa breast care Postpartum efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui(Wijayanti & Setiyaningsih, 2016). Riset Baiq Maryam, dkk tentang Pijat Marmet sebagai Solusi Produksi ASI ibu Menyusui menunjukkan hasil secara statistik ada pengaruh pemberian pijat marmet terhadap peningkatan produksi ASI(Maryam et al., 2020).

Hasil uji *bivariate* berdasarkan hasil P value dapat disimpulkan bahwa tidk ada perbedaan efektifitas yang berarti perawatan payudara (*breast care)* dan Pijat Marmet sama – sama efektif untuk meningkatkan produksi ASI. Hal ini disebabkan karena *breast care* dan pijat marmet mempunyai menakisme kerja yang sama dalam proses pengeluaran ASI. Pada saat ibu nifas mengalami pembengkakan payudara di hari - hari pertama melahirkan, pijatan ini mampu menekan dan menghilangkan rasa sakit dan ketegangan. Selain itu juga merangsang hipotalamus untuk mensekresi hormon prolaktin dan oksitosin sehingga mampu memperlancar pengeluaran ASI(Lim et al., 2015)

Pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon. Pengaturan hormon terhadap pengeluaran ASI dapat dibedakan menjadi 3 bagian yaitu pembentukan kelenjar payudara yang dipengaruhi oleh hormon estrogen, progesteron dan prolaktin; pembentukan air susu dipengaruhi oleh refleks prolaktin (hormon prolaktin) dan refleks let down (isapan bayi serta dipengaruhi hormon oksitosin); dan pemeliharaan pengeluaran air susu dipengaruhi oleh prolaktin dan oksitosin (Pamuji & Rumah, 2020)

KESIMPULAN

Pada penelitian ini di dapatkan bahwa pada uji *Univariate* menggunakan *tendensi sentral* didapatkan kesimpulan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah di lakukan treatment baik *breast care* maupun pijat marmet. Pada uji *bivariate* menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney,* dan sebelum melakukan uji *bivariate* dilakukan uji normalitas menggunakan *shapiro wilk* didapatkan kesimpulan bahwa perawatan Payudara (Breast Care) dan Pijat Marmet sama – sama efektif untuk meingkatkan produksi ASI pada Ibu Postpartum Menyusui .

DAFTAR PUSTAKA

Bayu, M. (2014). *Pintar ASI dan Menyusui*. PandaMedia.

Damanik, V. A. (2020). Hubungan perawatan payudara dengan kelancaran asi pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Priority*, *3*(2), 13–22.

Dinas Kesehatan. (2021). *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2020*. http://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/profilkesehatan2020/mobile/index.html

Hinonaung, J. S. H., Ns, M. K., Mahihody, A. J., Wuaten, G. A., & SKM, M. P. H. (2020). *KIAT SEHAT PERAWATAN NIFAS*. PT. Wiyata Karya Bersinar.

Indonesia, M. K. R. (2004). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 450/MENKES/SK/IV/2004*. https://aimi-asi.org/storage/app/media/pustaka/Dasar-Dasar Hukum/Kepmenkes No. 450 Th. 2004 Tentang Pemberian ASI.pdf

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020* (M. Boga Hardhana, S.Si, Ms. P. Farida Sibuea, SKM, & M. Winne Widiantini, SKM (eds.)). https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf

Lim, A.-R., Song, J.-A., Hur, M.-H., Lee, M.-K., & Lee, M. S. (2015). Cabbage compression early breast care on breast engorgement in primiparous women after cesarean birth: A controlled clinical trial. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, *8*(11), 21335.

Maryam, B., Sastrawan, S., & Menap, M. (2020). Pijat Marmet Sebagai Solusi Produksi Asi Ibu Menyusui Di Kecamatan Sikur Kabupaten Lombok Timur. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, *4*(3).

Pamuji, S. E. B., & Rumah, P. P. (2020). *Hypnolactation Meningkatkan Keberhasilan Laktasi Dan Pemberian Asi Eksklusif*. Penerbit Pustaka Rumah C1nta.

Rahmawati, N. A., Kep, M., Prayogi, N. B., & Kep, M. (2021). *Asuhan Keperawatan Manajemen Laktasi dengan Pendekatan Berbasis Bukti: Buku Ajar*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).

Riyanti, E., Astutiningrum, Mk. S. K. M., Herniyatun, Mk., & Sp, Mk. (2020). *Dukungan Ibu Menyusui*. Penerbit LeutikaPrio.

Utami Roesli, S. (n.d.). *Panduan Praktis Menyusui (Rev)*. Niaga Swadaya.

Waningsih, S. (2017). *PRAKTIK PIJAT MARMET OLEH SUAMI TERHADAP PRODUKSI ASI IBU POST SECTIO CAESARIA DI RUANG NIFAS RSI SULTAN AGUNG SEMARANG*. Muhammadiyah University of Semarang.

Wijayanti, T., & Setiyaningsih, A. (2016). Efektifitas Breast Care Post Partum Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Kebidanan*.