

# **PENGALAMAN TERAPI KOMPLEMENTER DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI PRAKTEK MANDIRI BIDAN APPI AMMELIA**

Kholifatur Rosidah<sup>1</sup>, Tri sunarsih<sup>2</sup>, Nendhi Wahyunia Utami<sup>3</sup>  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta  
E-mail: [rkholifatur60@gmail.com](mailto:rkholifatur60@gmail.com)

## **INTISARI**

**Latar Belakang:** Asi merupakan makanan terbaik dalam meningkatkan nutrisi bayi. Produksi ASI setiap ibu berbeda-beda disebabkan oleh pengalaman serta pengetahuan ibu. Ada beberapa macam cara untuk meningkatkan produksi asi seperti terapi komplementer, upaya dalam meningkatkan produksi ASI dengan terapi komplementer yakni terapi akupresur, pijat oksitosin, pijat marmet, breastcare (pijat payudara), kompres hangat, hypnobreastfeeding, daun katuk, daun papaya, daun kelor, daun ubi jalar, kacang hijau.

**Tujuan:** Untuk mengetahui pengalaman ibu dalam meningkatkan produksi ASI di Praktek Mandiri Bidan Appi Ammelia.

**Metode:** Penelitian kualitatif menggunakan metode fenomenologis di praktik menggunakan uji validasi isi dengan metode expert judgement, Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Analisis interaktif (Miles n' Huberman).

**Hasil:** Hasil pada penelitian ini terdapat 6 ibu menyusui memiliki pemahaman yang bagus dalam meningkatkan produksi asi dan tidak terdapat masalah dalam meningkatkan produksi asi. Informan sudah mengetahui bagaimana cara untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan pijat oksitosin, konsumsi daun katuk, daun kelor, daun papaya, daun ubi jalar, dan sari kacang hijau. Serta terdapat faktor yang mempengaruhi ibu dalam meningkatkan produksi ASI yaitu faktor dipengaruhi faktor internal dan juga eksternal.

**Kesimpulan:** Terdapat persamaan dalam meningkatkan produksi asi di Praktek Mandiri Bidan Appi Ammelia

**Kata Kunci :** Pengalaman ibu, Terapi Komplementer, Produksi Asi

---

<sup>1</sup>Mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

## COMPLEMENTARY THERAPY EXPERIENCE IN INCREASING BREAST MILK PRODUCTION IN APPI AMMELIA'S INDEPENDENT PRACTICE OF MIDWIFE

Kholifatur Rosidah<sup>1</sup>, Tri sunarsih<sup>2</sup>, Nendhi Wahyunia Utami<sup>3</sup>  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta  
E-mail: [rkholifatur60@gmail.com](mailto:rkholifatur60@gmail.com)

### ABSTRACT

**Background :** Breast milk is the best food to improve baby nutrition. Each mother's milk production is different due to the mother's experience and knowledge. There are several ways to increase breast milk production such as complementary therapy, efforts to increase milk production with complementary therapies namely acupressure therapy, oxytocin massage, guinea pig massage, breastcare (breast massage), warm compresses, hypnobreastfeeding, katuk leaves, papaya leaves, kelor leaves, sweet potato leaves, green beans.

**Research objectives :** To find out the mother's experience in increasing milk production at the Independent Practice of Midwife Appi Ammelia.

**Research Method :** Qualitative research uses phenomenological methods in practice using content validation tests with expert judgment methods. Data collection techniques in this study used interview techniques. Interactive analysis (Miles n' Huberman).

**Reasults Research :** The results in this study showed that 6 breastfeeding mothers had a good understanding of increasing milk production and there were no problems increasing milk production. The informants already know how to increase milk production, namely by oxytocin massage, consumption of katuk leaves, moringa leaves, papaya leaves, sweet potato leaves, and green bean extract. As well as there are factors that influence mothers in increasing milk production, namely factors influenced by internal and external factors.

**Conclusion :** There are similarities in increasing breast milk production at Midwife Appi Ammelia's Independent Practice.

**Keywords :** Mother's experience, Complementary Therapy, Milk Production

---

<sup>1</sup>Student of Midwifery S1 Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecture of Achmad Yani University Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecture of Achmad Yani University Yogyakarta