



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI STIMULASI PIJAT ENDORFIN,
OKSITOSIN, SUGESTIF (SPEOS) DAN TERAPI MUROTAL
TERHADAP KELANCARAN AIR SUSU IBU MENYUSUI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI
KOTA TASIKMALAYA**

**NAUFHIRRA SYAKILLA INDRIYANI
NIM P2.06.20.5.22.062**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
KEPERAWATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
2026**



SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI STIMULASI PIJAT ENDORFIN,
OKSITOSIN, SUGESTIF (SPEOS) DAN TERAPI MURROTTAL
TERHADAP KELANCARAN AIR SUSU IBU MENYUSUI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI
KOTA TASIKMALAYA**

**NAUFHIRRA SYAKILLA INDRIYANI
NIM P2.06.20.5.22.062**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
KEPERAWATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
2026**

KATA PENGANTAR

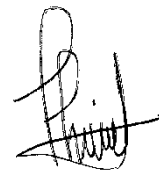
Puji serta syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pengaruh Kombinasi Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya”. Dalam penyusunan Skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya
4. Dr.Tetet Kartilah, S.Kp.,M.Kes selaku Pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan Skripsi ini.
5. Novi Enis Rosuliana, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An selaku Pembimbing 2 dan pembimbing akademik yang telah membimbing penulis dengan saran, masukan serta motivasi yang membangun selama penyusunan Skripsi ini.
6. Heri Djamiatul Maulana S.Sos.,M.Kes selaku penguji yang telah memberikan masukan, kritik dan saran yang membangun selama proses penyusunan serta penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh staf Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalankan perkuliahan.

8. Untuk kedua orang tua Mamah dan Bapak terimakasih atas doa yang selalu dipanjatkan, dukungan moral maupun material, serta kasih sayang yang tulus.
9. Kepada kakak saya terimakasih banyak atas motivasi dan dukungan yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
10. Terima kasih yang mendalam penulis sampaikan kepada Nenek tercinta yang selalu memberikan doa, nasihat, dan kasih sayang tanpa batas.
11. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, terimakasih banyak telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis dan berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini. Kehadiran dan dukungan yang diberikan menjadi penyemangat bagi penulis.
12. Kepada Ciwik Garmek, terimakasih telah menjadi sahabat baik penulis selama masa perkuliahan ini, terimakasih telah menjadi pendengar dan penyemangat yang baik untuk penulis.
13. Untuk teman-teman kontrakan, terimakasih telah menemani penulis dalam masa sulit maupun senang, terimakasih selalu menghibur dan menemani penulis selama menyelesaikan skripsi ini.
14. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan kelas B terimakasih atas dukungan dan kerjasama selama menempuh Pendidikan serta menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
15. Karya ini dipersembahkan untuk diri saya sendiri yang telah berjuang menyelesaikan karya ini dengan penuh kesabaran dan ketekunan. Terima kasih karena tetap kuat di tengah rasa lelah, ragu, dan berbagai hambatan yang dihadapi. Setiap langkah kecil, doa, dan usaha yang dilakukan akhirnya mengantarkan penulis sampai pada tahap ini. Semoga pencapaian ini menjadi langkah awal untuk terus berkembang dan memberikan manfaat bagi diri sendiri maupun orang lain.

Penulis berharap skripsi ini dapat menjadi referensi dan bermanfaat bagi seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan maupun yang membaca. Penulis sangat menyadari bahwa dalam penulisan masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan di penelitian selanjutnya.

Tasikmalaya, 10 Juni 2026

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Naufhirra Syakilla I', written in a cursive style.

Naufhirra Syakilla I

**PENGARUH KOMBINASI STIMULASI PIJAT ENDORFIN,
OKSITOSIN, SUGESTIF (SPEOS) DAN TERAPI MUROTTAL
TERHADAP KELANCARAN AIR SUSU IBU MENYUSUI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMANSARI
KOTA TASIKMALAYA**

Naufhirra Syakilla Indriyani, Tetet Kartilah, Novi Enis Rosuliana
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
Jl. Cilolohan No. 35 Kahuripan, Tawang, Tasikmalaya
Email: naufhirrasyakilla@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) adalah sumber nutrisi bagi bayi terutama yang berusia <6 bulan. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 69,26%, namun angka tersebut masih belum memenuhi target nasional sebesar 80%. Sementara itu, cakupan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya pada tahun 2025 hanya 58,72%. Ketidاكلancaran ASI menjadi masalah yang sering terjadi pada ibu menyusui karena terjadi perubahan fisiologis serta psikologis pada ibu. Kelelahan, nyeri, adaptasi fisik, stres dan cemas dapat menghambat kerja hormon oksitosin sehingga mengakibatkan ketidاكلancaran ASI. **Objektif:** Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal terhadap kelancaran ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. **Metode:** Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan *pre test post test with control group design*. Jumlah sampel sebanyak 24 ibu menyusui pada setiap kelompok dengan teknik *simple random sampling*. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuesioner kelancaran ASI dan pedoman pelaksanaan (SOP) Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan terapi murottal. **Hasil:** Terdapat perbedaan yang signifikan kelancaran ASI antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah diberikan intervensi, dengan hasil analisis menunjukkan nilai *p-value* 0,000 (<0,05). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh kombinasi stimulasi pijat endorfin, oksitosin, sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal terhadap kelancaran ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. **Saran:** Diharapkan penelitian selanjutnya peneliti dapat mengukur faktor-faktor lain yang memengaruhi kelancaran ASI, seperti status gizi ibu, kondisi psikologis, dan pola istirahat ibu menyusui.

Kata kunci: ASI eksklusif, menyusui, murottal, SPEOS

**THE EFFECT OF A COMBINATION OF ENDORPHINE MASSAGE
STIMULATION, OXYTOCIN, SUGGESTIVES (SPEOS), AND MUROTTAL
THERAPY ON THE FLUIDS OF BREASTFEEDING MOTHERS' MILK
FLOW IN THE WORKING AREA OF THE TAMANSARI
PUBLIC HEALTH CENTER IN TASIKMALAYA CITY**

Naufhirra Syakilla Indriyani, Tetet Kartilah, Novi Enis Rosuliana
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
Jl. Cilolohan No. 35 Kahuripan, Tawang, Tasikmalaya
Email: naufhirsyakilla@gmail.com

ABSTRACT

Background: Breast milk (ASI) is a source of nutrition for infants, especially those aged <6 months. The coverage of exclusive breastfeeding in Indonesia in 2024 reached 69.26%, but this figure still does not meet the national target of 80%. Meanwhile, the coverage of exclusive breastfeeding at the Tamansari Community Health Center in Tasikmalaya City in 2025 was only 58.72%. The inability to breastfeed becomes a problem for breastfeeding mothers because of physiological and psychological changes in the mother. Fatigue, pain, physical adaptation, stress and anxiety can inhibit the work of the oxytocin hormone, resulting in inability to breastfeed. **Objective:** The purpose of this study was to determine the effect of the combination of Endorphin, Oxytocin, Suggestive Massage Stimulation (SPEOS) and Murottal Therapy on the smoothness of breastfeeding mothers' breast milk in the work area of the Tamansari Community Health Center in Tasikmalaya City. **Method:** This type of research is quantitative with a pre-test post-test with control group design. The number of samples was 24 breastfeeding mothers in each group using a simple random sampling technique. The study was conducted in the Tamansari Community Health Center Working Area. The instruments in this study were a questionnaire on the smoothness of breast milk and implementation guidelines (SOP) for Endorphin, Oxytocin, Suggestive Massage Stimulation (SPEOS) and murottal therapy. **Results:** There was a significant difference in the smoothness of breast milk between the intervention group and the control group after the intervention, with the analysis results showing a p-value of 0.000 (<0.05). **Conclusion:** There is an effect of the combination of endorphin, oxytocin, suggestive massage stimulation (SPEOS) and Murottal Therapy on the smoothness of breast milk in breastfeeding mothers in the Tamansari Community Health Center working area of Tasikmalaya City. **Suggestion:** It is hoped that further research will be able to measure other factors that influence the smoothness of breast milk, such as maternal nutritional status, psychological conditions, and resting patterns of breastfeeding mothers.

Keywords: exclusive breastfeeding, breastfeeding, murottal, SPEOS

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	7
E. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Konsep Laktasi	11
1. Pengertian Laktasi	11
2. Fisiologis Laktasi	12
B. Kelancaran ASI	17
1. Pengertian ASI	17
2. Tanda Kelancaran ASI	18
3. Pengukuran Kelancaran ASI	19
4. Faktor yang mempengaruhi kelancaran ASI	20
C. Terapi SPEOS dan Murottal dalam Kelancaran ASI	22
1. Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin dan Sugestif)	22
2. Terapi Murottal Al-Quran	27
D. Kerangka Teori	32
E. Kerangka Konseptual	33
F. Hipotesis	33

BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Jenis dan Desain Penelitian	34
B. Populasi, Sampel dan Sampling	35
1. Populasi	35
2. Sampel	35
3. Sampling	38
C. Variabel Penelitian	38
1. Variabel Independen (Variabel Bebas)	38
2. Variabel Dependen (Variabel Terikat)	39
D. Defisini Operasional	39
E. Tempat Penelitian	40
F. Waktu Penelitian	40
G. Instrumen Penelitian	40
1. SPEOS dan murottal	41
2. Kelancaran ASI	41
H. Prosedur Pengumpulan Data	42
1. Sumber Data	42
2. Teknik Pengumpulan Data	42
I. Analisa Data	46
1. Pengolahan Data	46
2. Analisis Data	47
J. Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan	54
1. Interpretasi Hasil	54
2. Keterbatasan Penelitian	65
3. Implikasi Untuk Keperawatan	66
BAB V PENUTUP	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Kerangka Teori	32
Tabel 2.2 Kerangka Konseptual	33
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	34
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	39
Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan usia ibu.....	50
Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan	51
Tabel 4.3 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan.....	51
Tabel 4.4 Distribusi Skor Kelancaran ASI Ibu Menyusui Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	52
Tabel 4.5 Hasil Analisis Skor Kelancaran ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi.....	53
Tabel 4.6 Hasil Analisis Skor Kelancaran ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Kelompok Kontrol.....	53
Tabel 4.7 Hasil Analisis Perbedaan Kelancaran ASI Sesudah Intervensi Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Payudara	13
Gambar 2.2 Fisiologi Laktasi	14
Gambar 2.3 Stres dan Hormon.....	16

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pengantar Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan.....	77
Lampiran 2 Surat Pengantar Studi Pendahuluan Puskesmas Tamansari.....	78
Lampiran 3 Surat Permohonan Kaji Etik	79
Lampiran 4 Informed Consent	80
Lampiran 5 Persetujuan Responden.....	81
Lampiran 6 Kuesioner Kelancaran ASI	82
Lampiran 7 Standar Operasional Prosedur Kombinasi SPEOS dan Murottal .	83
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	85
Lampiran 9 Tabulasi Karakteristik Responden Kelompok Intervensi	86
Lampiran 10 Tabulasi Karakteristik Responden Kelompok Kontrol.....	87
Lampiran 11 Tabulasi Kelancaran ASI Sebelum Intervensi	88
Lampiran 12 Tabulasi Kelancaran ASI Sesudah Intervensi	89
Lampiran 13 Hasil Uji SPSS.....	90
Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi.....	92
Lampiran 15 Hasil Cek Turnitin	93
Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup.....	94