

Pengaruh teknik *woolwich massage* terhadap kelancaran asi pada ibu post partum hari ke 3-7

Shinta Erly Nofita, Anik Sri Purwati, Raden Maria Veronika Widiatrilupi

Program Studi Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen

How to cite (APA)

Nofita, S. E., Purwati, A. S., & Widiatrilupi, R. M. V. (2025). Pengaruh teknik woolwich massage terhadap kelancaran asi pada ibu post partum hari ke 3-7. *Journal of Public Health Innovation*, 5(2), 385–393. <https://doi.org/10.34305/jphi.v5i2.1673>

History

Received: 28 April 2025

Accepted: 26 Mei 2025

Published: 5 Juni 2025

Corresponding Author

Anik Sri Purwati, Program Studi Sarjana Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen; aniksri@itsk-soepraoen.ac.id



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa post partum merupakan periode penting bagi pemulihan ibu setelah melahirkan dan proses laktasi. Namun, banyak ibu pasca persalinan mengalami ketidaklancaran dalam produksi ASI. Woolwich massage merupakan salah satu metode non-farmakologis yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI melalui stimulasi hormonal.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental one group pretest-posttest dengan jumlah sampel 20 ibu post partum hari ke-3 hingga ke-7 yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi Woolwich massage diberikan selama 15–20 menit dan pengukuran kelancaran ASI dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji paired t-test dan Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil: Terdapat peningkatan rata-rata skor kelancaran produksi ASI dari 3,90 sebelum intervensi menjadi 6,50 setelah intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari Woolwich massage terhadap peningkatan kelancaran produksi ASI.

Kesimpulan: Woolwich massage terbukti efektif meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum. Metode ini direkomendasikan sebagai intervensi non-farmakologis yang aman dan mudah dilakukan dalam upaya mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

Kata Kunci : *Woolwich massage*, air susu ibu, ibu post partum, laktasi, produksi ASI

ABSTRACT

Background: The postpartum period is a critical phase for maternal recovery after childbirth and for the lactation process. However, many postpartum mothers experience difficulties in breast milk production. Woolwich massage is a non-pharmacological method believed to enhance breast milk production through hormonal stimulation.

Method: This research used a pre-experimental one-group pretest-posttest design with a sample of 20 postpartum mothers on days 3 to 7 after childbirth, selected through purposive sampling. The Woolwich massage intervention was administered for 15–20 minutes, and the smoothness of breast milk flow was measured before and after the intervention. Data analysis was performed using paired t-test and Wilcoxon Signed Rank Test

Result: There was an increase in the average score of breast milk flow from 3.90 before the intervention to 6.50 after the intervention. Statistical tests showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant effect of Woolwich massage on improving the smooth flow of breast milk.

Conclusion: Woolwich massage is proven to be effective in enhancing breast milk flow in postpartum mothers. This method is recommended as a safe and simple non-pharmacological intervention to support the success of exclusive breastfeeding.

Keyword : Woolwich massage, breast milk, postpartum mothers, lactation, breast milk production

Pendahuluan

Post Partum adalah periode setelah persalinan, yang mencakup minggu-minggu pertama setelah kelahiran, di mana tubuh ibu mengalami pemulihan, dan saluran reproduksi kembali seperti semula sebelum kehamilan. Proses ini biasanya berlangsung sekitar 6 minggu atau 40 hari. Selama periode ini, berbagai perubahan terjadi pada tubuh ibu, salah satunya adalah pemulihan dalam kelancaran produksi ASI (Fahriani dkk., 2020). Di negara berkembang seperti Indonesia, masa pasca persalinan menjadi periode yang sangat penting dan rentan bagi ibu dan bayi. Pada tahap ini, ibu seringkali merasa kelelahan setelah proses melahirkan, terutama jika itu adalah kelahiran pertama, dan sering menghadapi masalah dalam menyusui karena keluarnya ASI yang tidak lancar. Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan alami yang diproduksi oleh kelenjar payudara ibu, berfungsi sebagai sumber nutrisi pertama dan utama yang terbaik bagi bayi (Yulianto dkk., 2022). Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang kurang pada beberapa hari pertama setelah melahirkan sering menjadi alasan bayi baru lahir diberi susu formula. Hal ini pada akhirnya dapat menghambat keberhasilan pemberian ASI eksklusif, padahal ASI eksklusif sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi (Sholeha dkk., 2019).

WHO (*World Health Organization*) Meskipun WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, kenyataannya hanya sekitar 35,5% bayi di seluruh dunia yang benar-benar menerima ASI eksklusif hingga usia enam bulan. Dalam Sidang Kesehatan Dunia ke-65, negara-negara anggota sepakat untuk menetapkan target bahwa pada tahun 2025, setidaknya 50% bayi berusia di bawah enam bulan harus mendapatkan ASI eksklusif. Di tingkat nasional, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2019 tercatat sebesar 67,74%, mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya, yaitu 65,16% pada tahun 2018 (Prihatini dkk., 2023).

Di Provinsi Jawa Timur, cakupan pemberian ASI eksklusif menunjukkan hasil yang cukup baik, yaitu sebesar 78,27%. Angka ini berada di atas rata-rata nasional dan mencerminkan keberhasilan upaya promosi serta edukasi tentang pentingnya ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi (Prihatini dkk., 2023). Berdasarkan data profil kesehatan kabupaten malang 2020 didapatkan data sebesar 63,7% bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember di PMB Avivin Shinta Maulana S.ST Gondanglegi dari pencatatan post partum diambil 30 responden, 19 diantaranya mengatakan bahwa ASI nya tidak keluar/tidak lancar dengan lancar dan ibu post partum juga belum mengetahui tentang *Woolwich massage* itu sendiri.

Berbagai faktor dapat menyebabkan ketidaklancaran produksi ASI, di antaranya adalah rendahnya kadar hormon prolaktin dan oksitosin. Selain itu, kecemasan dan rasa takut mengenai kurangnya ASI setelah melahirkan juga sering kali menjadi penyebab, yang biasanya dipengaruhi oleh kondisi psikologis seperti ketidaknyamanan, tekanan emosional, dan kurangnya rasa percaya diri. Faktor teknis seperti pelaksanaan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) yang kurang tepat termasuk masalah pada kekuatan hisapan bayi, frekuensi, dan durasi menyusui juga berkontribusi. Ditambah lagi, kurangnya pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui yang benar turut memengaruhi kelancaran ASI (Damanik, 2020).

Rasa enggan ibu untuk menyusui, kekhawatiran akan perubahan bentuk payudara pasca menyusui, ketidaknyamanan atau rasa sakit saat menyusui, kelelahan, serta perasaan bahwa ASI yang dihasilkan tidak mencukupi, semuanya dapat berkontribusi pada penurunan produksi ASI (*nal Education and development*, 2019). Dari akibat yang ditimbulkan tersebut mengakibatkan penurunan produksi ASI pada beberapa hari

pertama setelah melahirkan, kesulitan dalam menyusui, dan ketidak lancar ASI.

Terdapat berbagai jenis terapi yang dapat digunakan untuk meningkatkan produksi ASI, baik secara farmakologi maupun non-farmakologi. Terapi farmakologi yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI antara lain pemberian *Domeperidone* dengan dosis 30 mg per hari dan *Metoklopramid* dengan dosis 30-45mg per hari. Sementara itu, menurut (Noviyanti, 2019) untuk merangsang produksi hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan, salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan memberikan sensasi relaksasi, seperti melalui teknik pijat *Woolwich*. Terapi ini memiliki manfaat yang beragam, antara lain meningkatkan refleksi hormon prolaktin dan oksitosin (let-down reflex), mencegah terjadinya penyumbatan saluran ASI, meningkatkan produksi ASI, serta mengurangi risiko peradangan atau pembengkakan pada payudara. Pijat *Woolwich* dilakukan di sekitar area sinus laktiferus, yaitu sekitar 1 sampai 1,5 cm di luar areola payudara, dengan menggunakan kedua ibu jari selama kurang lebih 15 menit. Pijatan ini merangsang saraf di payudara yang kemudian mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan diteruskan ke kelenjar hipofisis anterior untuk memicu produksi hormon prolaktin. Hormon tersebut berperan meningkatkan aliran darah ke sel mioepitel, sehingga volume ASI bertambah dan penyumbatan yang menyebabkan pembengkakan pada payudara dapat dicegah (Sari dkk., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, E. S., dkk. (2021) dengan judul Pengaruh Pijat *Woolwich Massage* terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Klinik Sri Wahyuni menunjukkan hasil bahwa rata-rata volume ASI yang keluar sebelum terapi pijat *Woolwich* adalah 26,91 ml dengan standar deviasi 7,905. Setelah dilakukan pijat *Woolwich*, rata-rata produksi ASI meningkat menjadi 83,93 ml dengan standar deviasi 7,713. Hasil ini menunjukkan adanya

peningkatan yang signifikan dalam produksi ASI setelah penerapan pijat *Woolwich*.

Oleh karena itu, dari banyaknya ibu post partum yang mengeluh ASI tidak lancar maka pada kesempatan kali ini peneliti tertarik untuk membahas lebih lanjut tentang “Pengaruh teknik *Woolwich massage* terhadap peningkatan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum”.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental dengan desain One Group Pretest-Posttest. Desain ini dilakukan dengan cara memberikan pengukuran awal (pretest), kemudian memberikan perlakuan berupa teknik *Woolwich massage*, dan dilanjutkan dengan pengukuran akhir (posttest). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik *Woolwich massage* terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum hari ke-3 hingga ke-7 yang berada di PMB Avivin Shinta Maulana, S.ST, Gondanglegi, Kabupaten Malang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik non-random yang memilih subjek berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria inklusi meliputi ibu post partum yang bersedia menjadi responden, tidak mengalami gangguan psikologis, dan mengalami persalinan normal tanpa komplikasi. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi ibu yang mengalami baby blues, persalinan secara Sectio Caesarea, atau mengalami komplikasi seperti preeklampsia, eklampsia, dan perdarahan.

Ukuran sampel dihitung dengan rumus sampel berpasangan (paired sample) dengan standar deviasi 10 dan perbedaan yang diharapkan sebesar 5, sehingga diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 16 subjek.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah teknik *Woolwich massage*, sedangkan variabel dependennya adalah kelancaran pengeluaran ASI pada ibu

post partum. Penelitian ini dilaksanakan

pada bulan Januari hingga Februari 2025.

Hasil

Mengidentifikasi responden berdasarkan sebelum dan sesudah diberikan intervensi *Woolwich massage*.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data mengenai

skor kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan *woolwich massage*, yang disajikan dalam tabel berikut

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden pre pemberian *Woolwich massage*

	frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Skor kurang lancar <3	7	35,0	35,0	35,0
Skor 4	8	40,0	40,0	75,0
Skor 5	5	25,0	25,0	100,0
total	20	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel 5.8 distribusi frekuensi responden sebelum diberikan *Woolwich massage* menunjukkan bahwa sebagian besar berada dalam kategori skor kurang lancar dibawah 3 sebanyak 7

responden (35,0%), selain itu sebagian besar responden mendapatkan nilai 4 cukup lancar sebanyak 8 responden (40,0%), dan sebagian kecil responden mendapatkan nilai 5 cukup lancar sebanyak 5 responden (25,0%).

Tabel 2 Distribusi frekuensi karakteristik responden post pemberian *woolwich massage*

	Frequency	Percent	Valid percent	Cumulative percent
Skor 5	2	10,0	10,0	10,0
Skor 6	8	40,0	40,0	50,0
Skor 7	8	40,0	40,0	90,0
Skor 8	2	10,0	10,0	100,0
total	20	100,0	100,0	

Berdasarkan tabel 5.9 distribusi frekuensi responden setelah diberikan *Woolwich massage* menunjukkan bahwa sebagian besar mendapatkan skor 7 sebanyak 8 responden (40,0%) dan

mendapatkan skor 6 sebanyak 8 responden (40,0%), dan sebagian kecil mendapatkan skor 5 sebanyak 2 responden (10,0%) dan mendapatkan skor 8 sebanyak 2 responden (10,0%).

Perbandingan Intensitas Dismenore Sebelum Dan Sesudah *Woolwich Massage* pada Ibu Post Partum Di PMB Avivin Shinta Maulana S,St

Tabel 3 Pengaruh pre dan post *Woolwich massage* pada ibu post partum di PMB Avivin Shinta Maulana S,ST

	Mean	N	Std.deviation	Std.Error Mean	P value
Pre test	3,90	20	.788	.176	0,000
Post test	6,50	20	.827	.185	

Berdasarkan tabel 5.10, hasil analisis statistik menggunakan uji paired t-test menunjukkan bahwa nilai kelancaran produksi ASI sebelum diberikan *Woolwich massage* sebesar 3,90 dengan skor kurang lancar dan cukup lancar, setelah diberikan *Woolwich massage* nilai rerata meningkat menjadi 6,50 dengan skor cukup lancar dan lancar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari pemberian *Woolwich massage* terhadap

peningkatan kelancaran produksi ASI pada ibu post partum hari ke 3-7.

Berdasarkan tabel 5.12 hasil analisis test statistik menggunakan *wilcoxon signed rank test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi yaitu 0,000 ($0,000 < 0,05$), maka hipotesis diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian *Woolwich massage* berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di PMB Avivin Shinta Maulana S,ST

Pembahasan

Pengukuran Kelancaran Produksi Asi Sebelum Dilakukan Woolwich Massage pada Ibu Post Partum Di Pmb Avivin Shinta Maulana S,ST

Hasil analisis data dari 20 responden menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami ketidaklancaran ASI dengan skor (<3) kurang lancar, dan skor 4, 5 menunjukkan cukup lancar. Faktor utama yang mempengaruhi kondisi ini adalah ketidaktahuan ibu mengenai perawatan payudara, dan kurangnya waktu istirahat.

Menurut peneliti ketidak lancaran ASI seringkali berkaitan dengan kurangnya pengetahuan tentang perawatan payudara. Karena Ibu yang tidak memahami teknik

menyusui yang benar atau cara merawat payudara dengan baik dapat mengalami masalah seperti puting lecet, sumbatan saluran ASI, atau mastitis. Masalah-masalah ini dapat menyebabkan rasa sakit saat menyusui, yang pada gilirannya mengurangi frekuensi menyusui atau memerah ASI, sehingga produksi ASI yang menurun.

Hasil penelitian ini mengidentifikasi bahwa sebagian besar ibu post partum mengalami kurangnya ketidak lancaran ASI. Menurut beberapa penelitian, seperti yang dilakukan Mario Katuuk dan Rina Kundree (2018), kurangnya pengetahuan ibu tentang perawatan payudara dapat menyebabkan ketidaklancaran ASI.

payudara, yang berperan penting dalam proses laktasi. Yang merangsang pelepasan hormon laktasi dan memperlancar aliran darah, yang pada akhirnya meningkatkan produksi ASI (Soleha et.al 2019).

Pengukuran kelancaran produksi ASI sesudah dilakukan Woolwich massage pada ibu post partum di PMB Avivin Shinta Maulana S,ST

Hasil analisis data dari 20 responden yang telah diberikan *Woolwich massage* menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami peningkatan kelancaran produksi ASI hingga masuk dalam kategori skor ASI cukup lancar dan ASI lancar. yaitu dengan didapatkan data skor 7 sebanyak 8 responden (40,0%) dan mendapatkan skor 6 sebanyak 8 responden (40,0%), dan sebagian kecil mendapatkan skor 5 sebanyak 2 responden (10,0%) dan mendapatkan skor 8 sebanyak 2 responden (10,0%).

Peningkatan produksi ASI ini terjadi karena perawatan payudara yang secara rutin dilakukan yang mengakibatkan stimulasi dan pelancaran aliran darah ke jaringan

Dalam penelitian ini sebelum diberikan *Woolwich massage* sebanyak 8 responden yang mendapatkan nilai 4, 7 responden mendapatkan nilai <3, dan 6 responden mendapatkan nilai 5. Setelah diberikan terapi *Woolwich massage* mengalami peningkatan kelancaran produksi ASI bahwa 2 responden mendapatkan nilai 5, 8 responden mendapatkan nilai 6, 8 responden mendapatkan nilai 7, dan 2 responden mendapatkan nilai 8. Peningkatan kelancaran produksi ASI ini dipengaruhi oleh rutinnnya perawatan payudara (*woolwich massage*) setiap harinya yang dapat memberikan stimulasi dan pelancaran aliran darah ke jaringan

payudara ,dan bisa merilekskan dan menenangkan kepada ibu post partum.

Peneliti berpendapat bahwa *Woolwich massage* dapat membantu mengatasi ketidak lancarn produksi ASI karena stimulasi dalam payudara yang dapat memberikan kelancaran aliran darah ke jaringan payudara. Karena dalam penelitian ini stimulasi dari woolwich massgae dilakukan dengan gerakan lembut yang dapat memberikan rasa rileks terhadap ibu post partum sehingga dapat memberikan peningkatan dalam kelancaran produksi ASI. *Woolwich massage* dalam penelitian ini dilakukan selama kurang lebih 15-20 menit dalam satu sesi.

Hasil penelitian ini juga mendukung teori bahwa Kurangnya istirahat pada ibu postpartum (hari ke 3-7) dapat mengganggu produksi ASI karena istirahat yang cukup penting untuk produksi hormon prolaktin yang merangsang produksi ASI. Gangguan hormon prolaktin dan oksitosin dapat menyebabkan ASI tidak lancar. Selain itu, kurang istirahat bisa meningkatkan stres, yang juga dapat mempengaruhi produksi ASI (SW Handayani · 2023).

Berdasarkan penelitian, didapatkan data total responden 20 responden, dan didapatkan sebagian besar responden tidur/istirahat kurang dari 5 jam sebanyak 15 responden (75,0%) dan sebagian kecil responden tidur /istirahat 6-7 jam sebanyak 5 responden (25,0%) kelelahan fisik dan emosional dapat memengaruhi produksi ASI.

Pengaruh *Woolwich massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di PMB Avivin Shinta Maulana S,ST

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Avivin Shinta Maulana S,ST, dapat disimpulkan bahwa rata rata skor kelancaran ASI sebelum di berikan *Woolwich massage* adalah sebesar 3,90 dengan skor kurang lancar dan cukup lancar, setelah diberikan *Woolwich massage* nilai rerata meningkat menjadi 6,50 dengan skor cukup lancar dan lancar.

Hasil analisis statistik hasil analisis statistik menggunakan wilcoxon signed

Kurang tidur atau istirahat dapat meningkatkan kadar hormon stres seperti kortisol, yang dapat menghambat produksi hormon prolaktin dan oksitosin yang penting untuk produksi dan pengeluaran ASI. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami Hubungan Antara Kurangnya Istirahat dan Tingkat Stres dengan Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Nifas.

Mayoritas responden dalam penelitian ini berpendidikan SMP, SMA dan tidak bekerja/ ibu rumah tangga. Yaitu sebagian besar responden terakhir berpendidikan SMP sejumlah 12 responden (60,0%). Dan sebagian kecil berpendidikan terakhir SMA sejumlah 8 responden (40,0%). Dan responden yang yang tidak bekerja / IRT sebanyak 17 respnden (85.0%). dan sebagian kecil responden bekerja sebanyak 3 responden (15,0%). Karena Tingkat pendidikan rendah dan tidak bekerja dapat berkontribusi terhadap ketidaktahuan ibu tentang perawatan payudara, yang pada akhirnya dapat menyebabkan ketidaklancaran produksi ASI.

Hasil penelitian ini sejalan engan teori yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan dan tidak bekerja dapat memberikan kontribusi terhadap kelancaran produksi ASI. Oleh karena itu diperlukan, penyuluhan kesehatan dan dukungan tenaga medis sangat penting, terutama bagi ibu dengan latar belakang pendidikan dan pekerjaan seperti ini.

ranks test yang menunjukkan bahwa 20 responden dari post test ke pretest mengalami kenaikan yaitu dari mean rank (10,50) dan sum ranks (210,00). Dan dari hasil analisis test statistik menggunakan wilcoxon signed rank test menunjukkan bahwa nilai signifikasi yaitu 0,000 ($0,000 < 0,05$), maka hipotesis diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian *Woolwich massage* berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di PMB Avivin Shinta Maulana S,ST.

Menurut (Malatuzzulfa, N. I., Meinawati, L., & Nufus, 2022) menyatakan bahwa *Woolwich massage* bisa untuk

merangsang hormone prolactin dan oksitosin pada ibu nifas dengan memberikan sensasi rileks pada ibu yaitu dengan melakukan *massage woolwich*. *Woolwich massage* yang dapat memberikan sensasi rileks dapat merangsang sel saraf pada payudara, diteruskan ke hipotalamus dan di respon oleh hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormone prolactin yang akan dialirkan oleh darah ke sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI.

Berdasarkan pengamatan peneliti, seluruh responden melaporkan adanya kenaikan kelancaran produksi ASI. Rasa rileks yang diberikan dari *Woolwich massage* membantu responden untuk menenangkan pikiran, merilekskan otot-otot pada payudara yang dapat melancarkan produksi ASI. Peneliti beransumsi bahwa ketidaklancaran ASI dapat diatasi dengan pemberian *Woolwich massages* secara rutin. Metode ini tidak menimbulkan efek samping sehingga dapat dilakukan kapan saja. Selain membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI, *Woolwich massage* juga bermanfaat meningkatkan refleks oksitosin (let down reflex), mencegah penyumbatan saluran ASI, dan mencegah peradangan atau bendungan payudara.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis mengenai pengaruh *Woolwich massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di PMB Avivin Shinta Maulana, S.ST Gondanglegi, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kelancaran ASI sebelum dan sesudah diberikan *Woolwich massage*. Sebelum intervensi, sebagian besar responden (40,0%) berada dalam kategori cukup lancar, sedangkan setelah intervensi terjadi peningkatan kelancaran produksi ASI dengan 40,0% responden memperoleh skor 7 dan 40,0% lainnya memperoleh skor 6. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p = 0,000 < 0,05$), sehingga hipotesis diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian *Woolwich massage* berpengaruh secara signifikan

terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di PMB tersebut.

Saran

Diharapkan bagi institusi pendidikan agar dapat mengintegrasikan terapi komplementer seperti *Woolwich massage* ke dalam materi pembelajaran, khususnya dalam mata kuliah laktasi dan asuhan kebidanan pada ibu nifas. Bagi tempat penelitian, disarankan agar PMB mengaplikasikan teknik *Woolwich massage* sebagai salah satu metode pelayanan tambahan pada ibu post partum, terutama yang mengalami gangguan kelancaran ASI. Untuk peneliti selanjutnya, karena penelitian ini hanya berfokus pada pengaruh *Woolwich massage* terhadap kelancaran produksi ASI, disarankan agar melakukan studi komparatif dengan membandingkan *Woolwich massage* dan metode lain seperti *oxytocin massage* atau *marmet technique*. Bagi responden, diharapkan untuk terus melanjutkan praktik *Woolwich massage* secara mandiri atau dengan bantuan keluarga guna menjaga kelancaran produksi ASI.

Daftar Pustaka

- Ana Rofika. (2024). Pengaruh endorphen massage terhadap kelancaran asi pada ibu menyusui. *Profesional Health Journal*, 5(1sp), 377–386. <https://doi.org/10.54832/phj.v5i1sp.676>
- Bd Nofita Br Ginting Munthe. (2023). *Buku Ajar Nifas S1 Kebidanan Jilid II*. Mahakarya citra utama.
- Damanik, V. A. (2020). Hubungan perawatan payudara dengan kelancaran asi pada ibu post partum. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 13–22. <https://doi.org/10.34012/jukep.v3i2.959>
- Fahriani, M., Ningsih, D. A., Kurnia, A., & Mutiara, V. S. (2020). The process of uterine involution with postpartum exercise of maternal postpartum. *JURNAL KEBIDANAN*, 10(1), 48–53. <https://doi.org/10.31983/jkb.v10i1.5460>

- Fajar, N. A., Purnama, D. H., Destriatania, S., & Ningsih, N. (2018). Hubungan pemberian asi eksklusif dalam prespektif sosial budaya di kota Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- Firmansyah, D. & Dede. (2022). Teknik pengambilan sampel umum dalam metodologi penelitian: literature review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Fitriani. (2023). *Metodologi penelitian kesehatan*.
- Ginting Munthe, N. B., Ginting, D. Y., & Saragih, K. S. (2018). Pengaruh teknik marmet terhadap kelancaran asi pada ibu post sectio caesarea di rumah sakit granmed lubuk pakam. *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 1(1), 23–26. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v1i1.56>
- Hayati. (2020). Personal hygiene pada post partum. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, Vol 2, No. 1,. https://scholar.archive.org/work/txvwse6ujjbczlb2uehpcslsam/access/wa_yback/http://jak.stikba.ac.id/index.php/jak/article/download/62/51
- Herselowati. (2023). *Buku ajar asuhan kebidanan nifas dan menyusui*. <http://repository.ipwija.ac.id/4260/2/02%20modul%20askeb%20nifas%202023.1.pdf>
- INFOKES, VOL.5 NO.2 September 2015. (t.t.).
- Malatuzzulfa. (2022). *Upaya peningkatan produksi asi melalui pijat woolwich dan massage rolling pada ibu nifas 1 minggu post partum*. Vol. 12 No.1.
- Mardiawati, D. (2017). Tingkat pengetahuan ibu post partum tentang mobilisasi dini padapasien post sectio caesarea di ruangan kebidanan rsud dr rasidin padang.
- MASRINI, D. (2020). Faktor faktor yang mempengaruhi kelancaran produksi asi pada ibu post partum.
- Masruri. (2018). Perbedaan massage woolwich dan massage rolling (punggung) terhadap peningkatan produksi asi pada ibu postpartum. *Journal Of Health Educational Science And Technology*, 1 (1). pp. 43-49. ISSN 2622-3600. <http://repository.unitomo.ac.id/1322/>
- Mayasari, E. (2021). Gambaran pengetahuan ibu tentang pijat laktasi pada ibu menyusui wilayah kerja upt puskesmas sukaramai tahun 2021.
- Mustika. (2018). Buku ajar asuhan kebidanan nifas.
- Nababan, T., Solin, V. L., Ritonga, R., Zai, I. L. P., & Buulolo, J. (2021). Efektifitas woolwich massage terhadap kelancaran pengeluaran asi pada ibu nifas di klinik pratama tunggal tahun 202. 4(2).
- Nal Education and development. (2019).
- Novembriany, Y. E. (2022). Implementasi kebijakan nasional kunjungan masa nifas pada praktik mandiri bidan hj. Norhidayati banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 6(2), 121–126. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i2.296>
- Noviyanti, R. (2019). Pemanfaatan woolwich massage terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas. 10(2).
- Prihatini, F. J., Achyar, K., & Kusuma, I. R. (2023). Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakberhasilan asi eksklusif pada ibu menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 184–191. <https://doi.org/10.14710/jrkm.2023.18811>
- Ramdhan. (2021). Metode Penelitian.
- Rini. (2020). *Faktor yang berhubungan dengan produksi asi pada ibu nifas*. <https://repository.unair.ac.id/23896/3/3.%20BAB%20I%20PENDAHULUAN.pdf>
-),Rini Susanti, F. A. W. (2014). Perbedaan antara dilakukan pijatan oksitosin dan

- tidak dilakukan pijatan oksitosin terhadap produksi asi pada ibu nifas.
- Roesli. (2013). Mengenal asi eksklusif.
- Ruhana, A., Istiqomah, N. N., & Prijadi, B. (2016). *Pengaruh waktu dan suhu penyimpanan terhadap kadar asam amino taurin pada asi*.
- Sari, D. P., Situmorang, R. B., & Arfianti, M. (2023). Pengaruh teknik *woolwich massage* terhadap pengeluaran asi pada ibu post partum di pmb sumarni. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1.
- Sholeha, S. N., Sucipto, E., & Izah, N. (2019). Pengaruh perawatan payudara terhadap produksi asi ibu nifas. *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(2), 98–106. <https://doi.org/10.35316/oksitosin.v6i2.491>
- Victoria. (2021). Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan pelaksanaan senam nifas. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(1), 45–55. <https://doi.org/10.25311/jkt/Vol1.Iss1.313>
- Yulianto, A., Safitri, N. S., Septiasari, Y., & Sari, S. A. (2022). Frekuensi menyusui dengan kelancaran produksi air susu ibu. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 68. <https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.416>
- Yuliasri. (2020). Tingkat pengetahuan ibu post partum primipara tentang perubahan fisiologi masa nifas.