

## Gambaran Pengetahuan Ibu Hami Hamil Tentang Teknik Woolwich Massage Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Puskesmas Sangurara

Sherllia Sofyana <sup>1</sup>, Musdalifah<sup>2</sup>, Gabriella Sakulat <sup>3</sup>

<sup>1,3</sup> Fakultas Kesehatan, Prodi D3 Kebidanan, Universitas Widya Nusantara

<sup>2</sup> Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Mandiri Poso

Email: <sup>1</sup> sherllia.sofyana93@gmail.com, <sup>2</sup> ivhabachtiar@gmail.com, <sup>3</sup> gabriellasakulat@gmail.com

### Article History:

Received Aug 22<sup>th</sup>, 2024

Revised Aug 22<sup>th</sup>, 2024

Accepted Aug 23<sup>th</sup>, 2024

### Abstrak

Rendahnya pemberian ASI eksklusif merupakan ancaman bagi tumbuh kembang anak yang akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan kualitas sumber daya manusia. *woolwich massage* dilakukan pada otot-otot payudara dan punggung ibu nifas sehingga memicu hormon oksitosin memeras ASI mengingat pentingnya pemberian ASI secara eksklusif sejak lahir-usia 6 bulan agar terjadi peningkatan pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan secara optimal pada bayi. Adapun cakupan ASI eksklusif di Indonesia sebesar 65,16% dengan target capaiannya 90%. Tujuan penelitian ini adalah memberikan edukasi tentang *woolwich massage* kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan tentang *woolwich massage* yang dilaksanakan di Puskesmas Sangurara, dengan responden sebanyak 32 ibu hamil. Edukasi dilaksanakan dengan metode penyuluhan tentang upaya meningkatkan produksi ASI dengan kombinasi *woolwich*. Sebelum penyuluhan nilai rata-rata pengetahuan ibu tentang *woolwic* berada pada kategori kurang dan setelah dilakukan pemberian edukasi tingkat pengetahuan ibu meningkat pada kategori cukup dengan nilai *P-Value* 0.04 sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang *woolwich massage*.

**Kata Kunci :** Pengetahuan, Edukasi, ASI, *Woolwich massage*

### Abstract

*Low exclusive breastfeeding is a threat to child growth and development which will affect the growth and development of the quality of human resources. woolwich massage is performed on the breast and back muscles of postpartum women so as to trigger the oxytocin hormone to express breast milk considering the importance of exclusive breastfeeding from birth-age 6 months in order to increase optimal growth, development and health in infants. The coverage of exclusive breastfeeding in Indonesia is 65.16% with a target achievement of 90%. The purpose of this study was to provide education about woolwich massage to pregnant women to increase knowledge about woolwich massage conducted at Sangurara Health Center, with 32 pregnant women as respondents. Education was carried out by counseling method about efforts to increase breast milk production with a combination of woolwich. Before counseling, the average value of maternal knowledge about woolwic was in the insufficient category and after the provision of education the mother's knowledge level increased to the sufficient category with a P-Value of 0.04 so it can be concluded that there is an effect of providing education on increasing the knowledge of pregnant women about woolwich massage.*

**Keyword :** Knowledge, Education, Breast Milk, *Woolwich massage*

## 1. PENDAHULUAN

Menyusui merupakan sebuah momen indah yang sangat besar manfaatnya. Hal ini dibuktikan dengan semakin banyaknya penelitian yang menyebutkan bahwa Air Susu Ibu (ASI) memiliki banyak keunggulan yang tidak tergantikan dengan susu manapun. Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, United Nation Childrens Fun (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) merekomendasikan sebaiknya anak hanya diberikan ASI saja selama paling sedikit enam bulan <sup>[1]</sup>. Peningkatan program ASI Eksklusif juga merupakan salah satu bentuk usaha pemerintah dalam pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs). Hal ini sejalan karena dengan cakupan ASI Eksklusif yang meningkat dapat mencegah kelaparan dan malnutrisi, menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) serta meningkatkan perkembangan mental dan kognitif bayi. Pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita sangat ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh, termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung di dalam ASI <sup>[2]</sup>

Rendahnya pemberian ASI eksklusif merupakan ancaman bagi tumbuh kembang anak yang akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan kualitas sumberdaya manusia secara umum. Pemberian ASI eksklusif yang belum berhasil disebabkan karena kurangnya dukungan keluarga, tingkat pendidikan ibu menyusui yang masih rendah, ibu bekerja, konseling ASI yang belum optimal dan faktor budaya serta kurangnya keberhasilan dalam implementasi peraturan pemerintah tentang pemberian ASI eksklusif [3]. Sekitar 35% ibu menghentikan pemberian ASI pada beberapa minggu postpartum karena merasa ASI kurang dan bayi tidak puas menyusu [4]

Menyusui secara eksklusif dapat membantu membangun antibody pada bayi, sehingga terlindung dari berbagai penyakit seperti diare dan pneumonia. Peningkatan angka menyusui secara internasional memiliki kesempatan untuk berpotensi menolong lebih dari 820.000 nyawa anak usia balita serta mampu memperlambat peningkatan 20.000 kasus kanker payudara setiap tahunnya pada wanita [5]. Pengeluaran ASI akan berkurang menjadi 500-600 ml saat melebihi 6 bulan pertama. Menurut studi, 38% ibu di Indonesia berhenti meminum ASI akibat kurangnya sekresi ASI, yang mengakibatkan ibu menjadi khawatir dan tidak menyusui bayinya yang akan mengakibatkan tidak adanya hisapan pada puting susu ibu. Sehingga mempengaruhi produksi dan fungsi kerja hormone oksitosin serta hormone prolaktin yang mengakibatkan produksi ASI semakin berkurang [6]

*Sustainable Development Goals* dalam *The 2030 Agenda For Sustainable Development* menargetkan pada tahun 2030 dapat mengurangi angka kematian neonatal paling sedikit 12 per 1.000 kelahiran hidup dan kematian pada anak di bawah usia 5 tahun paling sedikit 25 per 1.000 kelahiran hidup. Hal tersebut dapat dicapai salah satunya dengan pemberian ASI eksklusif dilaksanakan dengan baik (United Nations).

Bayi usia kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif merupakan indikator yang tercantum pada Renstra Kementerian Kesehatan periode 2020-2024, bahkan pada Renstra periode sebelumnya (2015-2019) indikator ini sudah menjadi indikator kinerja kegiatan (IKK) Direktorat Gizi Masyarakat, karena sangat terkait dengan program prioritas pemerintah, yaitu percepatan penurunan stunting. Pada tahun 2020, dari jumlah bayi usia kurang dari 6 bulan yang di *recall*, dari 3.196.303 sasaran bayi kurang dari 6 bulan terdapat 2.113.564 bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif atau sekitar 66,1%. Capaian indikator persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif sudah memenuhi target tahun 2020, yaitu sebesar 40%. Berdasarkan distribusi provinsi, sebanyak 32 provinsi telah mencapai target yang diharapkan dan masih terdapat 2 provinsi yang tidak mencapai target, yaitu Papua Barat (34%) dan Maluku (37,2%), sementara provinsi dengan capaian tertinggi adalah Nusa Tenggara Barat (87,3%) [2]

Faktor yang menghambat pencapaian tujuan adalah Pada awal tahun 2020 dunia dilanda pandemi Covid-19, tidak terkecuali Indonesia. Adanya pembatasan aktivitas sosial berskala besar

yang dimaksudkan untuk mengurangi dan memutus rantai penularan Covid-19 berdampak pada pelaksanaan pelayanan kesehatan di puskesmas, posyandu, kelas ibu, dan lain-lain. Sebagian besar aktivitas posyandu ditunda, termasuk penimbangan, penyuluhan dan konseling. Kondisi pandemi juga berpengaruh kepada aturan dan kebijakan di rumah sakit terkait pelaksanaan inisiasi menyusui dini (IMD), Kegiatan-kegiatan yang dilakukan untuk mencapai tujuan, adalah dengan pemberian sosialisasi terkait menyusui setiap tahun dilakukan melalui Pekan Menyusui Dunia kepada seluruh lintas program dan lintas sektor, akademisi, lembaga swadaya masyarakat, penggiat ASI dan masyarakat umum dan menyusun media KIE untuk konseling dan penyuluhan pada masa pandemi yang ditujukan kepada kepada ibu hamil dan menyusui yang membutuhkan [1].

Banyak penyebab ketidakberhasilan pemberian ASI Eksklusif, salah satunya adalah kurangnya tingkat kepercayaan diri ibu bahwa ASI yang dimiliki dapat mencukupi kebutuhan nutrisi bagi bayinya. Masalah yang sering terjadi dihadapi ibu post partum adalah sedikitnya ASI yang keluar dan bahkan tidak jarang juga ibu mengeluh ASI tidak keluar sehingga ibu harus memberikan susu formula pada bayinya. Dampak yang terjadi pada bayi yang tidak diberikan ASI bayi akan mudah terkena penyakit yang akan mengakibatkan pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan akan terhambat dikarenakan bayi tidak memperoleh zat kekebalan tubuh dan tidak mendapat makanan yang bergizi serta berkualitas yang didapatkan dari ASI. Faktor yang dapat mempengaruhi proses produksi ASI di antaranya adalah faktor nutrisi, faktor IMD, faktor isapan bayi, perawatan payudara, pola istirahat, faktor menyusui, faktor sosial budaya, konsumsi rokok dan alkohol serta faktor psikologis. Ibu yang mengalami stres dapat mengakibatkan terjadinya blokade dari *refleks let down* yang diakibatkan karena adanya pelepasan adrenalin (epinefrin) sehingga menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah alveoli menghambat oksitosin untuk mencapai target mioepitelium [7].

Upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI dengan melakukan pijatan seperti pijat *Woolwich* atau rangsangan yang diberikan pada ibu dapat menimbulkan rasa rileks dan nyaman sehingga dapat meningkatkan hormone Prolaktin dan oksitosin dan pengeluaran oksitosin oleh hipofisis yang berperan untuk memeras keluar air susu dari alveoli [8]. Banyak hal yang dapat dilaksanakan untuk memperbanyak produksi ASI pada ibu sehabis persalinan dengan tujuan untuk memberi rangsangan akan produksi hormon oksitosin serta prolaktin. Contoh teknik yang dapat diterapkan guna memperlancar produksi ASI yaitu dapat distimulasi memanfaatkan *woolwich massage*. *Woolwich massage* diaplikasikan pada daerah sinus laktiferus kurang lebih 1-1,5 cm diatas areola mammae, yang bertujuan untuk mengsekresi ASI yang terdapat di sinus laktiferus. Pijat *woolwich* akan memberi rangsangan bagian sel syaraf payudara, yang kemudian dilanjutkan ke anterior guna memproduksi hormon prolactin yang bertugas mengalirkan darah menuju sel mioepitel agar menghasilkan dan meningkatkan volume ASI serta menghalangi penyumbatan pada payudara yang dapat mengakibatkan pembengkakan pada payudara [6]

Pijat *woolwich* adalah pemijatan yang dilakukan pada area sinus laktiferus tepatnya 1-1,5 cm diatas areola mammae, dengan tujuan untuk mengeluarkan ASI yang ada pada sinus laktiferus. Pijat *woolwich* akan merangsang sel syaraf pada payudara diteruskan ke hipotalamus dan direspon oleh hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin yang akan dialirkan oleh darah ke sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI. Pijat oksitosin adalah suatu pemijatan tulang belakang mulai dari costa ke 5-6 sampai scapula akan mempercepat kerja syaraf parasimpatis untuk menyampaikan perintah ke otak bagian belakang sehingga oksitosin keluar [9]

Terapi *woolwich massage* merupakan salah satu faktor terhadap pengeluaran ASI yang semakin meningkat, selain itu pentingnya memperhatikan faktor selama kehamilan, Ibu hamil disarankan untuk selalu aktif melakukan pemeriksaan antenatal secara teratur dan melakukan upaya pencegahan anemia dan infeksi selama masa kehamilan (Sulistiyawati & Khanifah), ibu hamil harus mampu mengelola stress selama kehamilan dan menyusui, Peristiwa-peristiwa kehidupan yang penuh

tekanan selama kehamilan secara negatif akan mempengaruhi ibu dan bayi termasuk inisiasi menyusui [2]

Manfaat Pijat *Woolwich* antara lain: mencegah terjadinya penyumbatan, b) mencegah peradangan atau bendungan payudara, c) memperbanyak produksi ASI. Pijat *woolwich* diberikan pada ibu postpartum sebanyak 2 kali/hari di waktu pagi dan sore hari minimal dilakukan selama 3 hari. Prosedur melakukan pijat *woolwich* dilakukan pemijatan melingkar menggunakan kedua ibu jari pada area sinus laktiferus tepatnya 1-1,5 cm di luar areola mammae selama 15 menit [6]. Peningkatan produksi ASI tersebut disebabkan oleh proses pembentukan ASI yang terjadi setelah adanya sentuhan atau rangsangan pada pemijatan yang dilakukan. Rangsangan tersebut merangsang produksi oksitosin yang menyebabkan kontraksi sel-sel mioepithel, proses ini disebut sebagai “refleks prolaktin” yang membuat ASI tersedia bagi bayi. Hisapan atau rangsangan pada payudara dapat memicu pelepasan ASI dari alveolus mammae melalui duktus ke sinus laktiferus. Selanjutnya akan merangsang produksi oksitosin oleh kelenjar hipofisis posterior, kemudian oksitosin memasuki darah dan menyebabkan kontraksi pada sel-sel myoepithel yang mengelilingi alveolus mammae dan duktus laktiferus. Kontraksi pada sel-sel khusus ini kemudian mendorong ASI keluar dari alveoli melalui duktus laktiferus menuju sinus laktiferus tempat dimana ASI akan disimpan. Sehingga ketika penghisapan atau rangsangan pada payudara tidak saja memicu pelepasan oksitosin tetapi juga merangsang produksi prolactin. Selama laktasi, setiap kali ada hisapan pada payudara terjadi letupan sekresi prolaktin. Impuls-impuls aferen yang dipicu diputing payudara oleh penghisapan dibawa oleh medulla spinalis ke hipotalamus. Penghisapan atau rangsangan pada payudara tidak saja memicu pelepasan oksitosin tetapi juga merangsang produksi *prolactin Refleks* ini menyebabkan pelepasan prolaktin oleh hipofisis anterior. Stimulasi yang bersamaan antara penyemprotan dan produksi susu oleh hisapan atau rangsangan memastikan bahwa kecepatan produksi susu seimbang dengan kebutuhan bayi akan susu. Semakin sering bayi menyusui, semakin banyak susu yang keluar melalui penyemprotan maka semakin banyak susu yang diproduksi untuk pemberian berikutnya

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode penelitian yang digunakan adalah Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian diskriptif. Dengan rancangan *cross sectional*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum dengan luka perineum di ruang bersalin Puskesmas Sangurara berjumlah 32 orang. Teknik pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling, sehingga didapatkan sampel sebanyak 32 responden. Penelitian ini dilakukan di ruang Puskesmas Sangurara pada tanggal 15 Juni – 10 Juli 2024. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan ibu post partum tentang *Wolwich Massage*. Analisa data dilakukan dengan analisa univariat distribusi frekuensi pengetahuan ibu post partum tentang *Wolwich Massage*

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 20 – 35 tahun sebanyak 23 orang (71,9%). Diikuti responden dengan frekuensi rendah yaitu responden yang berusia >35 tahun sebanyak 3 responden (9,5%).

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Ibu Post Partum**

Umur	Frekuensi	Persentase(%)
< 20 tahun	6	18.8
20 – 35 tahun	23	71.9
> 35 tahun	3	9.5
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa sebagian besar responden mayoritas berpendidikan SMA/ sederajat yaitu sebanyak 15 orang (46,9%). Sedangkan responden yang berfrekuensi rendah berpendidikan sarjana S1 dan Diploma masing- masing responden sebanyak 3 (9,4%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu Post Partum**

Pendidikan	Frekuensi	Persentase(%)
SD/ sederajat	4	12.45
SMP/ sederajat	7	21.9
SMA/ sederajat	15	46.9
Diploma	3	9.4
Sarjana	3	79.4
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100.0</b>

Pada tabel 3 penelitian ini didapatkan hasil tingkat pengetahuan ibu tentang *Wolwich Massage* sebelum dilakukan penyuluhan, terdapat 27 ibu dengan tingkat pengetahuan kurang (84.37%), 4 (12.51%) responden dengan pengetahuan cukup dan terdapat 1 (3.12%) responden dengan tingkat pengetahuan baik. Setelah dilakukan penyuluhan terjadi perubahan tingkat pengetahuan responden tentang *Wolwich Massage*, tidak terdapat responden dengan tingkat pengetahuan kurang, 17 (53.13%) responden dengan tingkat pengetahuan cukup dan terdapat 15 (46.87%) dengan tingkat pengetahuan baik. Nilai *P-Value* sebesar 0.04 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi tentang *Wolwich Massage* terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil.

**Tabel 3. Pengetahuan ibu hamil tentang *woolwich massage***

Pengetahuan	Pre test		Post test		<i>P-Value</i>
	n	%	n	%	
Kurang (Nilai <60%)	27	84.37	0	0	0.04
Cukup ( Nilai 60-75 %)	4	12.51	17	53.13	
Baik ( Nilai >75-100 %)	1	3.12	15	46.87	
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lenna Maydianasari, hasil penelitian menunjukkan menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan nilai rata-rata pengetahuan sebesar  $23,92 \pm 1,792$  dan meningkat setelah diberikan penyuluhan menjadi  $27,00 \pm 1,794$ . Analisis dengan uji wilcoxon didapatkan *p value* 0,000 ( $< \alpha = 0,05$ ) artinya ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan peserta tentang upaya meningkatkan produksi ASI dengan kombinasi *woolwich* dan *back rolling massage*, menyebutkan bahwa pemberian informasi yang diterima oleh ibu postpartum dapat meningkatkan pengetahuan ibu postpartum tentang edukasi pijat oksitosin.

Edukasi kesehatan sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat, terutama dalam hal perawatan ibu hamil dan kesehatan balita. Pengetahuan yang cukup tentang perawatan

kesehatan ibu dan bayi sangat penting di tengah tantangan kesehatan yang dihadapi oleh masyarakat. Ini penting untuk mencapai perkembangan dan pertumbuhan yang optimal. Ada perlunya upaya nyata untuk meningkatkan pemahaman tentang masalah kesehatan ibu hamil dan balita karena kondisi kesehatan ini berdampak jangka panjang terhadap kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan [10]

Materi edukasi yang disusun dengan baik membantu program ini berjalan dengan baik. Memilih topik yang sesuai dengan kebutuhan lokal dan menyampaikan informasi dengan bahasa yang mudah dipahami membantu program ini berjalan dengan baik. Program berhasil dengan tingkat partisipasi masyarakat yang tinggi. Jika pendamping dan masyarakat berbicara, menciptakan lingkungan kerja sama di mana orang merasa bertanggung jawab atas kesehatan mereka sendiri dan anak-anak mereka [11]

Pengetahuan merupakan domain yang penting terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan diperoleh seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah: pendidikan, informasi/media massa, sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman dan usia. Salah satu cara memperoleh pengetahuan melalui informasi yang didapatkan dari pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh orang yang ahli atau paham di bidang kesehatan.

Pemijatan *Woolwich* terbukti efektif dalam memproduksi ASI yang semakin meningkat pada masa nifas karena adanya sentuhan atau rangsangan yang diberikan selama pijatan. Rangsangan ini merangsang produksi oksitoksin, yang mengakibatkan kontraksi pada sel mioepitel, suatu proses yang dikenal sebagai "refleks prolaktin", yang merangsang produksi ASI. Pelepasan ASI dari alveoli mammae melalui duktus ke sinus laktiferus dapat terpicu karena rangsangan atau hisapan pada payudara. Oksitoksin kemudian diproduksi oleh kelenjar hipofisis posterior, selanjutnya memasuki darah, dan menyebabkan kontraksi pada sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveoli mammae dan duktus laktiferus. Sel-sel khusus yang berkontraksi ini selanjutnya mendorong ASI keluar dari alveoli melalui duktus laktiferus menuju sinus laktiferus, di mana ASI akan tersimpan. Ketika payudara terhisap, ASI pada sinus akan tertekan keluar [12]

Pemberian intervensi *woolwich massage* akan merangsang keluarnya hormone endorfin. Endorfin merupakan molekul protein yang diproduksi sel – sel system saraf dan beberapa bagian tubuh yang berguna untuk bekerjasama dengan reseptor untuk mengurangi rasa sakit dan menghilangkan stress [13]. Endorfin ini berinteraksi dengan reseptor di otak sehingga menurunkan persepsi rasa sakit, memicu perasaan positif yang digambarkan sebagai perasaan senang dan bahagia sehingga hormon ini dapat meningkatkan semangat hidup, berfikir dan memberikan energi. Endorfin memiliki efek analgesik, sehingga mengurangi persepsi nyeri. Reseptor neuron yang mengikat endorfin hampir mirip dengan obat pereda nyeri, tetapi reseptor tidak akan menyebabkan kecanduan atau ketergantungan

## 4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang *Wolwich Massage* sebelum dilakukan penyuluhan, terdapat 27 ibu dengan tingkat pengetahuan kurang (84.37%), 4 (12.51%) responden dengan pengetahuan cukup dan terdapat 1 (3.12%) responden dengan tingkat pengetahuan baik. Setelah dilakukan penyuluhan terjadi perubahan tingkat pengetahuan responden tentang *Wolwich Massage*, tidak terdapat responden dengan tingkat pengetahuan kurang, 17 (53.13%) responden dengan tingkat pengetahuan cukup dan terdapat 15 (46.87%) dengan tingkat pengetahuan baik. Nilai *P-Value* sebesar 0.04 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi tentang *Wolwich Massage* terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini, khususnya Puskesmas Sangurara

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. Yuniardiningsih, "Optimalisasi Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Woolwich Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Masa Nifas," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Qodiri (JPMA)* , vol. 3, pp. 39-44, 2024.
- [2] N. I. Malatuzzulfa, "Upaya Peningkatan Produksi ASI melalui Pijat Woolwich dan Massage Rolling pada Ibu Nifas 1 Minggu Post Partum," *Jurnal kebidanan STIKES Insan Cendekia Medika*, vol. 12, pp. 65-72, 2022.
- [3] "Efektifitas *Woolwich massage* Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021," *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, vol. 3, no. 2621-9301, pp. 129 - 134, 2021.
- [4] E. T. Wahyuni, "PEMANFAATAN *WOOLWICH MASSAGE* TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS," *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, vol. 2019, pp. 100-106, 2019.
- [5] N. Elly, "PIJAT *WOOLWICH* SAAT KEHAMILAN TM3 TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU MENYUSUI DAN BAYI BARU LAHIR," *MALAHAYATI HEALTH STUDENT JOURNA*, vol. 4, pp. 1764-1776, 2024.
- [6] R. Sinaga, "PENGARUH PIJAT *WOOLWICH* (RANGSANGAN PADA PAYUDARA) TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBUPOST PARTUM DI BPM IRMA SUSKILAKECAMATAN MEDAN MARELANKOTA MADYA MEDAN 2022," *Jurnal Medika Husada*, vol. 2, pp. 39-47, 2022.
- [7] H. Usman, "Kombinasi Metode Pijat *Woolwich* dan *Massage Rolling* (punggung) Mempengaruhi Kecukupan ASI pada Ibu Post Partum," *Jurnal Bidan Cerdas* , vol. 1, pp. 76-81, 2019.
- [8] M. D. Riska, "Perbedaan Peningkatan Kelancaran Produksi Asi Sebelum Dan Sesudah Diberikan *Woolwich massage* Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Talawi Kota Sawahlunto Tahun 2023," *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, vol. 18, pp. 88-95, 2024.
- [9] E. S. Wahyuni, "PENGARUH PIJAT *WOOLWICH* TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI KLINIK SRI WAHYUNI," *Jurnal Doppler* , vol. 5, pp. 20-26, 2021.
- [10] S. Farida, "PIJAT *WOOLWICH* UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI TAHUN PERTAMA," *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKESNas)*, 2022.
- [11] A. R. Badrus, "Perbedaan *Massage Woolwich* Dan *Massage Rolling* (Punggung) Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum," *Jurnal Ilmiah : J-HESTECH*, vol. 1, pp. 43-49, 2018.
- [12] E. T. Wahyuni, "PEMANFAATAN *WOOLWICH MASSAGE* TERHADAP PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS," *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, vol. 10, pp. 100-106, 2019.
- [13] E. S. Wahyuni, "PENGARUH PIJAT *WOOLWICH* TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI KLINIK SRI WAHYUNI," *Jurnal Doppler* , vol. 5, pp. 20-26, 2021.

# Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)

Volume 7; Nomor 2; Tahun 2024; Halaman 545-551

E-ISSN : 2622-7495 ; P-ISSN : 2622-7487

