

UPAYA MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI DENGAN PIJAT WOOLWICH DAN TEKNIK MENYUSUI YANG BENAR PADA IBU NIFAS

Dwi Febriana Aini^{1*}, Feti Kumala Dewi², Surtiningsih³

¹⁻³Universitas Harapan Bangsa

Email Korespondensi: dwifebriannaaa@gmail.com

Disubmit: 02 Agustus 2023

Diterima: 22 Agustus 2023

Diterbitkan: 01 September 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.11327>

ABSTRAK

Penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif pada ibu nifas primipara diantaranya karena ASI sedikit keluar bahkan ada yang tidak keluar. Dengan pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui yang benar, bayi akan mendapatkan nutrisi yang cukup dari ASI. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin adalah dengan memberikan rasa rileks pada ibu dengan memberikan pijatan *woolwich*. Tingkat pengetahuan terkait pengetahuan dan ketrampilan teknik menyusui yang benar di Puskesmas Pagedongan masih dikategorikan rendah dan berdampak buruk terhadap kualitas pemberian ASI eksklusif. Untuk meningkatkan pengetahuan, ketrampilan dan kelancaran produksi ASI pada ibu nifas primipara. Menggunakan pertanyaan kuesioner pre test post test dan demonstrasi terkait pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar dan juga pemompaan ASI pada payudara. Hasil dari pengabdian masyarakat ini yaitu meningkatnya pengetahuan ibu nifas primipara tentang pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar sebanyak 5 responden (100%) dalam kategori baik, ketrampilan sebanyak 3 dari 5 responden (60%) dalam kategori baik, sebelum dan sesudah dilakukannya pemompaan dan pemijatan pada payudara ibu mengalami perubahan pada pengeluaran ASI dengan rata-rata awal jumlah ASI 2.4 cc menjadi 8.12 cc. Terdapat peningkatan pengetahuan, ketrampilan, dan produksi ASI pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara.

Kata Kunci: Ibu Nifas Primipara, Teknik Menyusui Yang Benar, Pijat *Woolwich*

ABSTRACT

The cause of the failure of exclusive breastfeeding in primiparous puerperal mothers is that milk comes out a little or some doesn't even come out. With the mother's knowledge of proper breastfeeding techniques, the baby will get sufficient nutrition from breast milk. One of the efforts that can be made to increase the hormones prolactin and oxytocin is to give the mother a sense of relaxation by giving a woolwich massage. The level of knowledge related to knowlwdge and skills of correct breastfeeding techniques at the Pagedongan Health Center is still in the low category and has a negative impact on the quality of exclusive breastfeeding. To increase knowledge, skills and fluency in milk production in primiparous postpartum mothers. Using pre-test post-test questionnaire questions and demonstrations related to woolwich massage and correct breastfeeding techiques as well as pumping milk into the breasts. The result of this community service is the increased knowledge of primiparous

puerperal mother about woolwich massage and correct breastfeeding techniques as many as 5 respondents (100%) in the good category, skills as many as 3 out of 5 respondents (60%) in the good category, before and after doing it pumping and massaging the mother's breast experienced a change in milk production with an initial average amount of milk from 2.4 cc to 8.12 cc. There is an increase in knowledge, skills, and milk production in primiparous puerperal mothers as the Pagedongan Health Center, Banjarnegara District.

Keywords: *Primiparous Postpartum Mothers, Correct Breastfeeding Techniques, Woolwich Massage*

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia, cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2022 (56,9%). Jumlah ini melebihi target program di tahun 2021 (40%). Cakupan ASI eksklusif tertinggi terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (82,4%) dan terendah di Provinsi Maluku (13,0%). Sisanya 5 provinsi belum mencapai target program pada tahun 2021 yaitu Maluku, Papua, Gorontalo, Papua Barat, dan Sulawesi Utara (Kemenkes RI, 2022).

Proporsi bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021 (72,5%), meningkat dibandingkan dengan tahun 2020 (67,3%). Tren presentase pemberian ASI eksklusif pada tahun 2017-2021 cenderung meningkat (Dinkes Jateng, 2022). Sedangkan untuk di Daerah Banjarnegara sendiri cakupa ASI eksklusif pada anak usia 0-6 bulan pada tahun 2021 (70,84%) menurun dibandingkan dengan tahun 2020 (71,9%), dan untuk di Puskesmas Pagedongan cakupan pemberian ASI eksklusif (74,01%) (Dinkes Banjarnegara, 2022).

Salah satu penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama yaitu karena ibu kurang yakin bahwa ASInya dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dan sedikitnya ASI yang keluar bahkan ada yang tidak keluar sama sekali yang menyebabkan kegagalan pada ASI eksklusif. Penyebab lainnya yaitu kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif, karena jumlah ASI yang keluar sedikit dan tidak mencukupi untuk kebutuhan nutrisi bayi juga promosi susu formula secara terus-menerus bagi para ibu yang memilih untuk berhenti menyusui dan menggantinya dengan susu formula untuk bayinya (E. S. Wahyuni dkk., 2021).

Bagi ibu primipara, memiliki bayi merupakan hal yang pertama kali, sehingga pengetahuan dan pengalaman mereka tentang langkah-langkah dan teknik menyusui yang benar masih terbatas. Seringkali, ibu primipara memutuskan untuk berhenti memberikan ASI kepada bayinya karena kurangnya informasi dan pengalaman yang memadai dalam menyusui, tanpa menyadari pentingnya ASI bagi kelangsungan hidup bayi (Nugraheni dkk., 2018).

Memberikan ASI sesegera mungkin akan memicu hormon prolaktin dan oksitosin, yang berperan dalam merangsang produksi ASI. Pengeluaran ASI yang lancar memiliki dampak signifikan pada kesuksesan menyusui. Pada periode hari pertama hingga hari ketiga setelah melahirkan, penurunan produksi ASI dapat disebabkan oleh kurangnya stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin, yang berperan penting dalam kelancaran produksi ASI. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan yaitu dengan memberikan sensasi rileks pada ibu dengan melakukan pijat woolwich (Aryani dkk., 2019).

Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara tahun 2021 persalinan di Puskesmas Pagedongan dalam satu tahun adalah 621 orang, sehingga rata-rata persalinan setiap bulannya adalah 51-52 orang. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan pelaksana dari hasil kegiatan PKK III pada bulan Mei 2023 sampai dengan 10 Juni 2023 di Puskesmas Pagedongan sebanyak 27 orang, sedangkan untuk persalinan pada ibu primipara sebanyak 8 orang. Tingkat pengetahuan dan ketrampilan ibu yang berkaitan dengan teknik menyusui di Puskesmas Pagedongan masih dikategorikan rendah dan berdampak buruk terhadap kualitas pemberian ASI eksklusif.

Tingkat pengetahuan ibu diukur dengan menanyakan kepada ibu apakah ibu mengetahui tentang teknik menyusui yang benar. Sebagian besar ibu menjawab bayi hanya sebatas dilendehkan dan ditenpelkan saja pada payudara ibu. Sedangkan untuk ketrampilan ibu tentang teknik menyusui yang benar diukur dengan memberitahu ibu untuk mempraktikkan bagaimana cara menyusui bayinya. Setelah ibu mempraktikannya ternyata masih kurang tepat, bayi hanya sebatas dilendehkan pada pangkuan ibu kemudian puting susu langsung dimasukan kedalam mulut bayi.

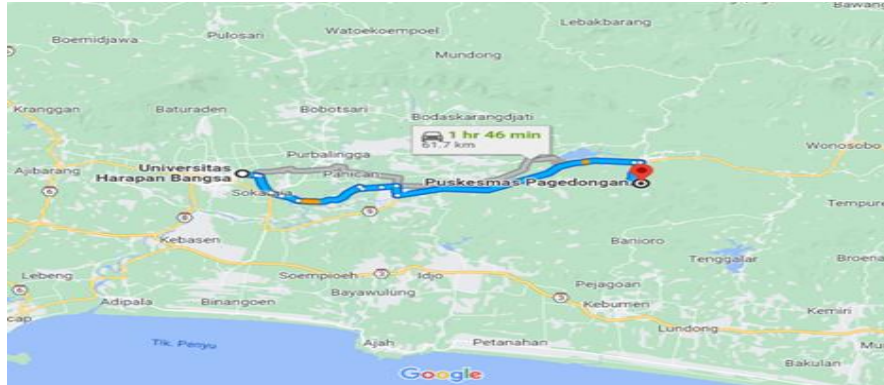
Salah satu tindakan yang dapat diambil untuk mengatasi masalah tersebut adalah melalui pendekatan promotif dan preventif dengan melibatkan ibu nifas primipara secara intensif dan konsisten. Strategi yang dilakukan adalah mengumpulkan ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan untuk memberikan asuhan berupa pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar guna meningkatkan produksi ASI dan memperlancar aliran ASI.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Cakupan pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Banjarnegara masih berada pada tingkat yang relative rendah, mencapai 70,84%. Kegagalan dalam memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama seringkali disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri pada ibu bahwa ASI yang diproduksi dapat memenuhi kebutuhan nutrisi bayi dan masalah umum yang sering dihadapi oleh ibu nifas primipara adalah rendahnya produksi ASI atau bahkan tidak ada produksi ASI, yang mengakibatkan kegagalan dalam memberikan ASI eksklusif. Untuk mengatasi masalah ini, perlu memberikan asuhan yang tepat agar ibu dapat memberikan ASI kepada bayinya dengan baik. Karena itu, diperlukan asuhan yang meliputi pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar sebagai upaya untuk meningkatkan produksi ASI, sehingga cakupan pemberian ASI dapat ditingkatkan.

Rumusan pertanyaan dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah apakah dengan memberikan asuhan pijat woolwich dan teknik menyusui dapat meningkatkan produksi ASI dalam upaya memperlancar produksi ASI di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara?

Lokasi yang dipilih untuk kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Puskesmas Pagedongan, Kecamatan Pagedongan, Kabupaten Banjarnegara, Provinsi Jawa Tengah.



Gambar 1 Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Masa nifas adalah periode transisi setelah melahirkan yang dialami oleh wanita, yang dapat melibatkan beberapa perubahan fisik atau mental yang beragam. Berdasarkan status paritas, ibu nifas primipara memiliki potensi untuk mengalami tingkat kegagalan yang lebih tinggi daripada ibu multipara dalam memberikan ASI eksklusif. Ibu primipara adalah wanita yang mengalami kehamilan dan melahirkan anaknya untuk pertama kalinya. Tingkat efikasi diri ibu primipara dipengaruhi oleh pengalaman pribadi dan pengalaman orang lain sebelumnya. Hasil penelitian tentang ibu nifas primipara yang menerapkan teori Bandura menunjukkan bahwa usia dan jumlah anak termasuk dalam faktor-faktor yang paling berpengaruh terhadap efikasi diri ibu. Selain itu, ibu multipara memiliki tingkat kepercayaan yang lebih tinggi terhadap praktik perawatan bayi dibandingkan dengan ibu primipara (Rahayuningsih, 2021).

Pengetahuan ibu yang memadai sangat penting dalam menentukan cara menyusui yang tepat dan membuat bayi merasa nyaman. Sikap yang positif terhadap menyusui dapat terbentuk jika ibu memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya ASI dan perilaku menyusui. Dengan pengetahuan yang tepat mengenai teknik menyusui yang benar, bayi akan menerima nutrisi yang cukup dari ASI (Munir & Lestari, 2023).

Teknik menyusui yang benar merujuk pada cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi yang benar. Untuk mencapai keberhasilan dalam menyusui, pengetahuan mengenai teknik-teknik cara menyusui yang benar dan efektivitas hisapan bayi pada payudara menjadi sangat penting (Sabrida dkk., 2023). Jika cara menyusui dilakukan dengan benar, tingkat keberhasilan laktasi akan meningkat. Sebaliknya, jika cara menyusui yang dilakukan salah, tingkat keberhasilan laktasi akan menurun. Hal ini akan berdampak pada ibu dan bayinya (Limbong dkk., 2020).

Pijat woolwich adalah terapi yang diberikan kepada ibu menyusui untuk meningkatkan produksi ASI secara teratur. Terapi ini dapat dilakukan dua kali sehari, di pagi dan sore hari, minimal selama tiga hari (Lubis dkk., 2023). Dengan tujuan untuk meningkatkan respons prolaktin yang memiliki peran kunci dalam produksi ASI, serta meningkatkan respons oksitosin yang membantu dalam kelancaran aliran ASI, pijat woolwich pada sel mioepitel di sekitar kelenjar susu (Fatimah dkk., 2022). Penelitian sebelumnya mengenai pengaruh pijat woolwich terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di BPM

Irma Suskila, Medan, tahun 2022. Hasil analisis menunjukkan nilai p-value sebesar 0.002 atau <0.05 dan nilai z hitung $3.957 > z$ tabel 0.4394 (Relinawaty Sinaga & Ninsah Mandala Putri Br Sembiring, 2023).

Menyikapi permasalahan yang terjadi, maka program penerapan pengabdian masyarakat tentang upaya memperlancar produksi ASI dengan pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu nifas primipara tentang upaya memperlancar produksi ASI dengan pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar serta mengevaluasi produksi ASI melalui pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar. Dengan ini pertanyaan yang tepat untuk pengabdian masyarakat ini yaitu apakah dengan dilakukannya pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar dapat memperlancar produksi ASI pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara?

4. METODE

Metode dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pertanyaan kuesioner pre test post test dan demonstrasi terkait pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar dan juga pemompaan ASI pada payudara ibu. Peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu nifas primipara yang berada di Puskesmas Pagedongan sebanyak 5 peserta.

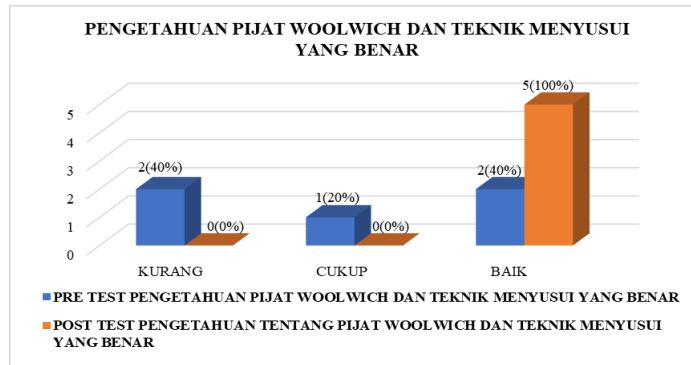
Pelaksanaan pengabdian masyarakat tentang pengaruh pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar terhadap kelancaran produksi ASI dilakukan dengan cara mengumpulkan ibu nifas primipara dengan melihat buku KIA milik ibu untuk mengetahui apakah ibu tersebut primipara atau multipara. Setelah ibu pindah ke ruang nifas, ibu diberikan penjelasan dan surat persetujuan untuk menjadi responden dalam pengabdian masyarakat ini. Kunjungan pertama dilakukan pada hari ke-2 nifas yaitu responden akan diberikan pre test terkait pengetahuan ibu tentang pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar. Saat kunjungan kedua yaitu pada hari ke-4 nifas, responden akan diberikan materi dan post test terkait pengetahuan dan ketrampilan ibu tentang pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar. Selain itu juga pada kunjungan kedua responden akan dilakukan pemompaan dan pijatan pada payudara untuk mengetahui apakah ada peningkatan atau tidak pada produksi ASI nya.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Hasil dari pengabdian masyarakat tentang upaya memperlancar produksi ASI dengan pijat woolwich dan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara memberikan hasil sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan Pengetahuan Ibu Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Tentang Upaya Memperlancar Produksi ASI Dengan Pijat Woolwich Dan Teknik Menyusui Yang Benar



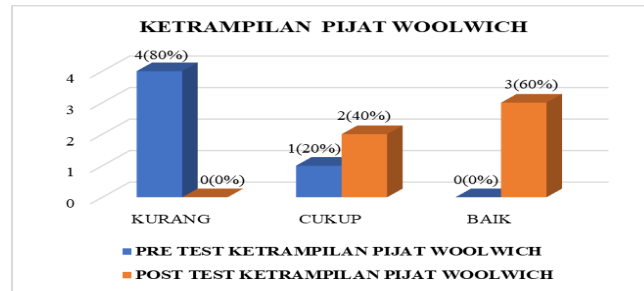
Bagan 1 Meningkatkan Pengetahuan Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Tentang Upaya Memperlancar Produksi ASI Dengan Pijat *Woolwich* Dan Teknik Menyusui Yang Benar

Berdasarkan bagan diatas diperoleh hasil untuk pengetahuan pre test terkait pengetahuan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara uapaya memperlancar produksi ASI. Dari jumlah responden dalam pengabdian masyarakat ini , terdapat 2 responden (40%) berada pada kategori kurang, 1 responden (20%) pada kategori cukup, dan 2 responden (40%) pada kategori baik sebelum diberikan materi dan post test. Setelah responden menerima materi dan menjalani post test, terjadi peningkatan yang signifikan, dengan tidak ada responden yang berada pada kurang dan cukup (0%) sementara 5 responden (100%) berada pada kategori baik.



Gambar 2 Kegiatan Meningkatkan Pengetahuan Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Tentang Upaya Memperlancar Produksi ASI Dengan Pijat *Woolwich* Dan Teknik Menyusui Yang Benar

- 2) Meningkatkan Ketrampilan Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Tentang Upaya Memperlancar Produksi ASI Dengan Pijat *Woolwich* Dan Teknik Menyusui Yang Benar

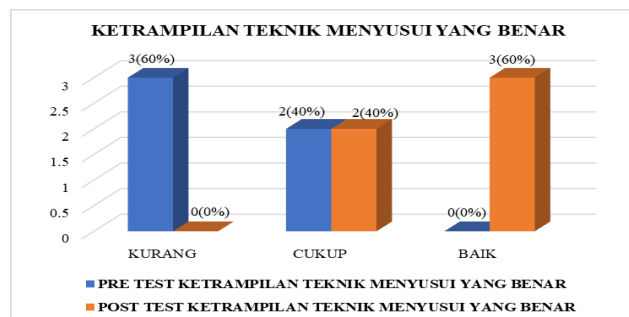


Bagan 2 Meningkatkan Ketrampilan Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Tentang Upaya Memperlancar Produksi ASI Dengan Pijat *Woolwich*

Berdasarkan bagan diatas hasil pre test ketrampilan pijat *woolwich* responden yang berada pada kategori kurang sebanyak 4 (80%), kategori cukup 1 (20%), dan yang berada pada kategori baik masih belum ada (0%). Setelah diberikan materi dan post test terdapat peningkatan yaitu yang berada pada kategori kurang sudah tidak ada (0%), kategori cukup sebanyak 2 (40%), sedangkan untuk responden yang berada pada kategori baik sebanyak 3 (60%).



Gambar 3 Kegiatan Ketrampilan Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Tentang Upaya Memperlancar Produksi ASI Dengan Pijat *Woolwich*



Bagan 3 Meningkatkan Ketrampilan Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara Tentang Upaya Memperlancar Produksi ASI Dengan Teknik Menyusui Yang Benar

Dari hasil pre test ibu mengenai teknik menyusui yang benar menunjukkan bahwa 3 responden (60%) berada pada ketegori kurang, 2 responden (40%) berada dalam kategori cukup, dan tidak ada

responden yang berada dalam kategori baik (0%). Setelah diberikan materi dan menjalani post test, terjadi peningkatan signifikan. Responden dalam kategori kurang berubah menjadi tidak ada (0%), 2 responden (40%) berada dalam kategori cukup, dan 3 responden (60%) berada dalam kategori baik.



Gambar 4 Kegiatan ketrampilan pada ibu nifas primipara di puskesmas pagedongan kabupaten banjarnegara tentang upaya memperlancar produksi ASI dengan teknik menyusui yang benar

3) Evaluasi Produksi ASI Dengan Pijat *Woolwich* Dan Teknik Menyusui Yang Benar Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

Table 1 Evaluasi Produksi ASI Dengan Pijat *Woolwich* Dan Teknik Menyusui Yang Benar Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

Responden	Sebelum		Sesudah	
	Volume	Mean	Volume	Mean
1	2 cc	2.54 cc	4.4 cc	8.12 cc
2	0.7 cc		2.3 cc	
3	4.2 cc		5 cc	
4	3.4 cc		5.1 cc	
5	2.4 cc		3.1 cc	

Berdasarkan tabel 1 evaluasi produksi ASI dengan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara diatas, terdapat hasil dari 5 responden ibu nifas primipara. Sebelum dilakukan pijat *woolwich* dan pemompaan ASI pada payudara, diperoleh rata-rata pengeluaran ASI sebesar 2.54 cc. Setelah dilakukan pemijatan dan pemompaan ASI pada payudara, terjadi peningkatan pengeluaran ASI dengan rata-rata sebesar 8.12 cc, yang diukur menggunakan spuit 10 cc.



Gambar 5 Kegiatan Evaluasi Produksi ASI Dengan Pijat Woolwich Dan Teknik Menyusui Yang Benar Pada Ibu Nifas Primipara Di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

b. Pembahasan

- 1) Pengetahuan pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara tentang upaya memperlancar produksi ASI dengan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar

Ibu yang memiliki pengetahuan yang memadai tentang teknik menyusui yang benar dipengaruhi karena selama hamil ibu selalu menghadiri kegiatan kelas ibu hamil sehingga ibu sudah memperoleh beberapa informasi mengenai teknik menyusui yang benar, sedangkan untuk ibu yang berpengetahuan kurang itu karena ibu sering tidak menghadiri kelas ibu hamil. Untuk pengetahuan pijat *woolwich* belum pernah mendapatkannya. Selama dilakukan pre test terkait pengetahuan ibu nifas primipara tentang pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar upaya memperlancar produksi ASI di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara peserta mengikuti dengan penuh antusias dan sangat kooperatif.

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan (Setiarini dkk., 2022) berupa penyuluhan tentang teknik menyusui yang benar di BPM Rulianti, SST., M.Kes Jogoroto Jombang diperoleh hasil bahwa memberikan edukasi atau informasi kepada ibu nifas sangatlah penting, dan dukungan dari keluarga dantenaga kesehatan dalam memberikan ASI pada bayi dengan memperhatikan teknik menyusui yang benar sangat berkontribusi pada kesuksesan dalam memberikan ASI eksklusif. Salah satu elemen yang memengaruhi kesuksesan menyusui adalah pengetahuan ibu tentang metode menyusui yang efektif, termasuk pemahaman tentang posisi tubuh ibu dan bayi, posisi mulut bayi, dan penempatan puting susu ibu (Azka dkk., 2020).

Kegiatan masyarakat (E. T. Wahyuni & Purnami, 2021) terkait upaya memperbanyak produksi ASI dengan pijat *woolwich* mengemukakan bahwa tingkat pendidikan seseorang memiliki hubungan positif dengan kualitas kesehatannya. Namun, tingkat pendidikan seseorang tidak memiliki pengaruh terhadap keberhasilan menyusui. Pengetahuan tentang proses menyusui dan pijat *woolwich* yang benar dan diterima yang akan menentukan keberhasilan dalam menyusui. Sementara pada ibu multipara, peluang memberikan ASI

eksklusif akan lebih besar jika pengalaman menyusui sebelumnya berlangsung dengan baik dan ibu memiliki pemahaman tentang pentingnya memberikan ASI eksklusif bagi pertumbuhan serta perkembangan bayi, juga untuk kesehatan ibu (Kurniawati & Srianingsih, 2021).

- 2) Ketrampilan pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara tentang upaya memperlancar produksi ASI dengan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan dilahan diperoleh hasil, sebelum ibu nifas primipara diberitahu tentang pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar sebagian besar ibu masih belum bisa mempraktikkan pijat *woolwich* dengan benar dan tepat, sedangkan untuk teknik menyusui yang benar sudah ada yang bisa melakukannya namun masih kurang tepat. Setelah ibu diberikan materi tentang pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar 3 dari 5 responden ibu nifas primipara sudah bisa mempraktikkan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar dengan tepat, sedangkan 2 diantaranya masih kurang. Setelah dilakukan kunjungan ke-2, ibu sudah bisa menerapkannya dirumah dan ibu mengatakan bahwa dalam sehari selalu memijat payudaranya sebanyak dua kali, di pagi dan sore hari sebelum mandi dengan bantuan ibu atau suaminya. Ibu juga mengatakan ASInya semakin banyak setelah dilakukan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar.

Hasil dari pengabdian masyarakat ini terdapat kesesuaian dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan (E. T. Wahyuni & Purnami, 2021) setelah evaluasi dilakukan dengan setiap responden mempraktikkan pijat *woolwich* dengan menggunakan panduan checklist dari pemateri, 80% ibu yang secara rutin melakukan pijat *woolwich* di rumah mengaku bahwa produksi ASInya meningkat. Hal ini ditandai dengan sensasi kencang pada payudara yang dirasakan setiap interval waktu 2 jam. Tidak hanya merangsang produksi, rangsangan pada payudara juga memiliki potensi untuk menghasilkan ASI karena pijat *woolwich* merangsang pelepasan hormon prolaktin yang memiliki peran dalam pembentukan dan kelancaran aliran ASI, menjaga ketersediaan ASI setelah dikeluarkan (Nasution dkk., 2021).

Pengabdian masyarakat ini terdapat kesesuaian dengan pengabdian masyarakat (Subekti, 2019) setelah penyuluhan diberikan, semua ibu melakukan praktik tentang teknik menyusui yang benar dengan memperhatikan demonstrasi yang dilakukan oleh pemateri serta langkah-langkah yang ditampilkan pada slide. Sebanyak 17 orang (85%) ibu telah berhasil melakukan praktik dengan benar. Keberhasilan dalam menyusui dipengaruhi oleh teknik dan posisi saat menyusui. Jika teknik dan posisinya benar maka tingkat keberhasilan laktasinya akan tinggi, sebaliknya jika teknik dan posisi saat menyusui salah atau kurang tepat maka tingkat laktasinya kurang berhasil sehingga dapat berpengaruh terhadap ibu dan bayinya.

- 3) Evaluasi produksi ASI dengan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara

Terjadi peningkatan pada pengeluaran ASI, dengan rata-rata awal sebelum dilakukan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar sebanyak 2.54 cc dan setelah dilakukan pijat *woolwich* dan

teknik menyusui yang benar rata-rata pengeluaran ASI menjadi 8.12 cc. Jadi sebelum dan sesudah diberikan asuhan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar pada ibu nifas primipara di Puskesmas Pagedongan mengalami peningkatan dengan rata-rata awal 2.54 cc menjadi 8.12 cc.

Hasil pengabdian masyarakat ini sesuai dengan pengabdian masyarakat sebelumnya (Nababan dkk., 2021) didapatkan kenaikan yang signifikan setelah dilakukan pijat *woolwich* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Sebanyak 30 responden telah dilakukan pijat *woolwich* dan dilakukan pre test post test kepada seluruh responden diperoleh hasil dengan taraf signifikansi ($p < 0.05$) dan nilai p -value 0.000, dapat disimpulkan bahwa pijat *woolwich* yang dilakukan pada ibu nifas di Klinik Pratama Sunggal memberikan hasil yang signifikan dalam usaha meningkatkan kelancaran produksi ASI.

6. KESIMPULAN DAN SARAN

Dengan dilakukannya pengabdian masyarakat pada ibu nifas primipara yang memiliki masalah ASI tidak lancar di Puskesmas Pagedongan Kabupaten Banjarnegara ini didapatkan hasil bahwa dengan dilakukannya pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar secara teratur yaitu dua kali sehari produksi ASI pada ibu menjadi lebih banyak. Pada kegiatan monitoring evaluasi ibu nifas primipara sangat antusias dan semangat untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat upaya memperlancar produksi ASI dengan pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar.

SARAN

Diharapkan ibu nifas yang memiliki masalah ASI tidak lancar dapat menerapkan metode pijat *woolwich* dan teknik menyusui yang benar saat sebelum dan sesudah menyusui bayinya sehingga dapat mengoptimalkan kelancaran produksi ASI. Untuk bidan desa dan Puskesmas diharapkan bisa melakukan kerjasama untuk kegiatan penyuluhan dan edukasi pada ibu nifas yang memiliki masalah ASI tidak lancar dengan materi yang berbeda dan bisa dilaksanakan secara rutin setiap bulan.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, Y., Hasan, Z., & Atikasari, P. (2019). Perbedaan Pijat Woolwich Dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Hari Ke 1 - 3 Di Praktik Mandiri Bidan Dince Safrina Kota Pekanbaru.
- Azka, F., Noor Prastia, T., & Dewi Pertiwi, F. (2020). Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Di Kelurahan Tegalgundil Kota Bogor. *Promotor*, 3(3), 241-250. <https://doi.org/10.32832/Pro.V3i3.4173>
- Dinkes Banjarnegara. (2022). Profil Kesehatan Banjarnegara 2021. Dinas Kesehatan Banjarnegara. <https://dinkesbna.banjarnegarakab.go.id/Wp-Content/uploads/2022/03/Profil-Banjarnegara-Tahun-2021-1.pdf>
- Dinkes Jateng. (2022). Profil Kesehatan Jawa Tengah 2021. Dinas Kesehatan Jawa Tengah.
- Fatimah, S., Rosdiana, R., Nurayuda, N., & Anggraeni, S. (2022). The Effect Of Woolwich Massage Methods And Gb 21 Point Acupuncture On Breast

- Milk Production. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health And Science Community*, 5(3), 17-31. <https://doi.org/10.35971/Gojhes.V5i3.12801>
- Kemendes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurniawati, S. & Srianingih. (2021). Hubungan Teknik Menyusui Dengan Produksi ASI Pada Ibu Primipara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 8(1), 53-60. <https://doi.org/10.55500/Jikr.V8i1.133>
- Limbong, T., Umar, S., & Ida, A. S. (2020). *Sosialisasi Teknik Menyusui Yang Baik Dan Benar Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Mamajang Kota Makassar*. 2.
- Lubis, K., Ramadhanti, I. P., Rizki, F., Fajrin, I., Prastiwi, R. S., Suryanis, I., Kamila, L., Kismoyo, C. P., Aliansy, D., Widiyastuti, N. E., Rosidi, I. Y. D., Wahyuni, Andriyani, A., Sunarti, N. T. S., & Hindriyawati, W. (2023). *Pelayanan Komplementer Kebidanan*. Kaizen Media Publishing.
- Munir, R., & Lestari, F. (2023). Edukasi Teknik Menyusui Yang Baik Dan Benar Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Abdi Mahosada*, 1(1), 28-34. <https://doi.org/10.54107/Abdimahosada.V1i1.151>
- Nababan, T., Solin, V. L., Ritonga, R., Zai, I. L. P., & Buulolo, J. (2021). *Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021*. 4(2).
- Nasution, N. A. R., Hasanah, O., & Woferst, R. (2021). Perbedaan Pengaruh Back Massage Dan Woolwich Massage Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu. *Jurnal Ners Indonesia*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.31258/Jni.12.1.1-9>
- Nugraheni, S. D., Prabamurti, P. N., & Riyanti, E. (2018). Pemberian Mp-Asi Dini Sebagai Salah Satu Faktor Kegagalan ASI Eksklusif Pada Ibu Primipara (Studi Kasus Di Wilayah Kerja Puskesmas Pudukpayung). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6.
- Rahayuningsih, F. B. (2021). *Peningkatan Kualitas Hidup Ibu Nifas*. Pt. Nas Media Indonesia.
- Relinawaty Sinaga & Ninsah Mandala Putri Br Sembiring. (2023). Pengaruh Pijat Woolwich (Rangsangan Pada Payudara) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Bpm Irma Suskilakecamatan Medan Marelan Kota Madya Medan Tahun 2022. *Jurnal Medika Husada*, 2(2), 39-47. <https://doi.org/10.59744/Jumeha.V2i2.34>
- Sabrida, O., Susanti, D., Winanda, M., Yusuf, N., Ramadhan, N., Marissa, N., Septivera, Y., Ramli, N., Phonna, S. S., Ariani, P., Zb, C. R., Aslinar, Fajri, N., & Ardilla, A. (2023). *Evidence Based: Kupas Tuntas ASI Dan Menyusui*. Cv. Media Sains Indonesia.
- Setiarini, D., Nawangsari, H., & Kristianingrum, D. (2022). *Penyuluhan Teknik Menyusui Yang Benar*.
- Subekti, R. (2019). *Teknik Menyusui Yang Benar Di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara*. 6(1).
- Wahyuni, E. S., Yanti, M. D., Ariani, P., Hutabarat, V., & Purba, T. J. (2021). Pengaruh Pijat Woolwich Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Klinik Sri Wahyuni. 5(1).
- Wahyuni, E. T., & Purnami, R. W. (2021). *Upaya Memperbanyak ASI Dengan Terapi Woolwich Massage Pada Ibu Menyusui*. 3(2).