

PENGARUH KOMBINASI TEKNIK PIJAT *WOOLWICH* DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PRODUKSI ASI PADA PRIMIPARA

Adinda Putri Sri Cahyadi

Abstrak

Permasalahan kelancaran produksi air susu ibu (ASI) pada periode awal postpartum merupakan salah satu faktor penghambat yang dapat memengaruhi keberhasilan pelaksanaan ASI eksklusif. Upaya peningkatan produksi ASI dapat dilakukan melalui berbagai pendekatan nonfarmakologis, salah satunya dengan pemberian stimulasi pada payudara. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kombinasi pijat Woolwich dan kompres hangat terhadap produksi ASI pada ibu primipara. Metode yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest–posttest*. Subjek penelitian berjumlah 30 ibu postpartum yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, dengan perhitungan jumlah sampel mengacu pada rumus Isaac dan Michael. Intervensi yang diberikan berupa kombinasi pijat Woolwich dan kompres hangat, dengan durasi masing-masing tindakan selama 15 menit, dilakukan sebanyak dua kali sehari dalam 3 hari pada waktu pagi dan sore. Pengukuran produksi ASI dilakukan sebelum dan setelah intervensi melalui pemerahan manual selama 10 menit pada setiap payudara. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden merupakan ibu muda dengan rata-rata usia 22 tahun, pendidikan menengah, tidak bekerja, serta belum memiliki pengalaman dalam perawatan payudara sebelum masa postpartum. Rata-rata skor produksi ASI meningkat sebanyak 27,86 ml dari 0,44 ml sebelum intervensi menjadi 28,30 ml setelah intervensi. Uji statistik Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan antara skor produksi ASI sebelum dan setelah pemberian intervensi dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa kombinasi pijat Woolwich dan kompres hangat memberikan pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu primipara.

Kata Kunci: Kompres Hangat, Pijat Woolwich, Primipara, Produksi ASI.

THE EFFECT OF COMBINED WOOLWICH MASSAGE TECHNIQUE AND WARM COMPRESS ON BREAST MILK PRODUCTION IN PRIMIPAROUS MOTHERS

Adinda Putri Sri Cahyadi

Abstract

Insufficient breast milk production during the early postpartum period is a common barrier that may compromise the success of exclusive breastfeeding. Various non-pharmacological strategies can be applied to enhance breast milk output, including breast stimulation techniques. This study aimed to examine the effect of a combination of Woolwich massage and warm compress therapy on breast milk production among primiparous mothers. A quasi-experimental design with a one-group pretest–posttest approach was employed. The study involved 30 postpartum mothers selected through purposive sampling based on predetermined inclusion and exclusion criteria, with the sample size calculated using the formula by Isaac and Michael. The intervention consisted of Woolwich massage combined with warm compress application, each administered for 15 minutes, twice daily over a three-day period during morning and evening sessions. Breast milk production was measured before and after the intervention using manual expression for 10 minutes on each breast. The findings indicated that most participants were young mothers with a mean age of 22 years, had a secondary education level, were unemployed, and had no prior experience in breast care before the postpartum period. The mean volume of breast milk production increased by 27.86 mL, from 0.44 mL prior to the intervention to 28.30 mL following the intervention. Statistical analysis using the Wilcoxon test demonstrated a significant difference in breast milk production before and after the intervention ($p = 0.000$; $p < 0.05$). In conclusion, the combination of Woolwich massage and warm compress therapy has a significant effect on increasing breast milk production in primiparous postpartum mothers.

Keywords: *Breast milk production, primiparous mothers, warm compress, woolwich massage.*