



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

SKRIPSI

ADINDA PUTRI SRI CAHYADI

2210711027

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2026**



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

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

ADINDA PUTRI SRI CAHYADI

2210711027

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang ditunjuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Adinda Putri Sri Cahyadi

NIM : 2210711027

Tanggal : 31 Desember 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 31 Desember 2025

Yang Menyatakan,



Adinda Putri Sri Cahyadi

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

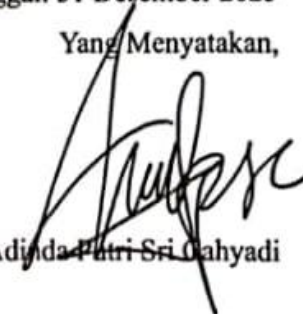
Nama : Adinda Putri Sri Cahyadi
NIM : 2210711027
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: ***Pengaruh Kombinasi Teknik Pijat Woolwich dan Kompres Hangat Terhadap Produksi ASI Pada Primipara*** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola data bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di: Jakarta

Pada Tanggal: 31 Desember 2025

Yang Menyatakan,



Adinda Putri Sri Cahyadi

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Adinda Putri Sri Cahyadi
NIM : 2210711027
Program Studi : Sarjana Keperawatan
Judul : Pengaruh Kombinasi Teknik Pijat *Woolwich* dan Kompres Hangat Terhadap Produksi ASI Pada Primipara

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 31 Desember 2025

Penguji I

Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Kep. Mat., PhD.

NIP. 197602142021212005

Penguji II

Ns. Dora Samaria, S.Kep., M.Kep.

NIP. 198807202018032001

Penguji III

Rita Ismail, SKp., MKM, MTD (HE), PhD.

NIP. 197810262005012004

Mengetahui,

Koordinator Program Studi
Keperawatan Program Sarjana

Ns. Gamya Tri Utami, S.Kep., M.Kep.

NIP. 198105202008122003



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.*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat, karunia, dan kehendak-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kombinasi Teknik Pijat Woolwich dan Kompres Hangat terhadap Produksi ASI pada Primipara” dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Prof. Dr. Anter Venus., Drs., M.A. comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Dr. Henry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T selaku Plt. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., MNS selaku Kepala Jurusan Keperawatan, Ns. Gamya Tri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan dan juga Rita Ismail, S.Kp., M.K.M., MTD(HE)., Ph.D., selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.

Dengan penuh rasa hormat dan kasih sayang, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua tercinta, Bapak dan Mama, yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi yang tiada henti kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh kerabat dan teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat, bantuan, serta dukungan moral selama proses penyelesaian skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan serta dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Jakarta. 25 Desember 2025

Penulis

Adinda Putri Sri Cahyadi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah.....	6
I.3 Tujuan Penelitian	6
I.4 Manfaat Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
II.1 Konsep Produksi ASI.....	8
II.2 Konsep Pijat Woolwich	21
II.3 Konsep Kompres Hangat	30
II.4 Kerangka Teori	36
II.5 Tabel Penelitian Terdahulu	37
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 42
III.1 Kerangka Konsep	42
III.2 Hipotesis Penelitian	43
III.3 Definisi Operasional	43
III.4 Desain Penelitian	46
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	47
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	49
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	50
III.8 Instrumen Penelitian	53
III.9 Analisis Data.....	54
III.10 Etika Penelitian	55
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 57
IV.1 Gambaran Lokasi Penelitian	57
IV.2 Hasil Penelitian	57
IV.3 Pembahasan.....	61
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	67

BAB V PENUTUP.....	69
V.1 Kesimpulan	69
V.2 Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Perbedaan Pijat Woolwich dengan Areola Massage	26
Tabel 2	Penelitian Terdahulu.....	37
Tabel 3	Definisi Operasional.....	43
Tabel 4	Distribusi Rata-Rata Usia Ibu Primipara (n=30).....	58
Tabel 5	Distribusi Rata-Rata Pendidikan, Status Pekerjaan, Perawatan Payudara Ibu Primipara (n=30)	58
Tabel 6	Distribusi Rata-rata Produksi ASI Berdasarkan Hasil Pengukuran Gelas Ukur (ml) Pada Ibu Primipara (n=30)	59
Tabel 7	Hasil Uji Normalitas.....	60
Tabel 8	Analisis Pengaruh Kombinasi Kompres Hangat dan Pijat Woolwich Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Primipara	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Anatomi Payudara	8
Gambar 2	Gerakan Pertama Pijat Woolwich.....	24
Gambar 3	Gerakan Kedua Pijat Woolwich	24
Gambar 4	Gerakan Ketiga Pijat Woolwich	24
Gambar 5	Gerakan Keempat Pijat Woolwich	24
Gambar 6	Gerakan Kelima Pijat Woolwich.....	25

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Mekanisme Kompres Hangat	32
Skema 2	Kerangka Teori	36
Skema 3	Kerangka Konsep	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner A (Karakteristik Responden)
Lampiran 2	Form Monitoring dan Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan Intervensi Penelitian
Lampiran 3	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Penelitian (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Izin Etik Penelitian (<i>Ethical Clearance</i>)
Lampiran 6	Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 7	Surat Izin Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang
Lampiran 8	Surat Balasan Keterangan UPTD Puskesmas Cikuya
Lampiran 9	Lembar Persetujuan Judul Skripsi
Lampiran 10	Lembar Persetujuan Sidang Skripsi
Lampiran 11	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 12	Lembar Jadwal Penelitian (<i>Time Schedule</i>)
Lampiran 13	Data Responden dan Output SPSS
Lampiran 14	Standar Operasional Prosedur (SOP) Kompres Hangat dan Pijat Woolwich
Lampiran 15	Media Edukasi Video Tutorial Kompres Hangat dan Pijat Woolwich
Lampiran 16	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 17	Hasil Uji Turnitin