

BAB I

PENDALUHUAN

A. Latar Belakang

Periode pasca persalinan, atau yang dikenal sebagai postpartum, merupakan fase krusial bagi ibu dan bayi. Pada periode ini, ibu tidak hanya mengalami proses pemulihan fisik dan emosional, tetapi juga beradaptasi dengan perubahan peran sebagai seorang ibu. Salah satu aspek utama dalam proses adaptasi ini adalah menyusui, yang memberikan nutrisi terbaik bagi bayi, serta mempererat ikatan emosional antara ibu dan bayi. Menurut World Health Organization (WHO), pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama direkomendasikan secara kuat untuk mendukung pertumbuhan serta perkembangan bayi yang ideal (WHO 2022)

Menyusui memberikan banyak manfaat, banyak ibu yang menghadapi tantangan dalam menyusui setelah melahirkan. Masalah menyusui yang tidak efektif seringkali muncul sebagai salah satu komplikasi utama dalam masa post partum. Menyusui yang tidak efektif dipicu oleh berbagai faktor-faktor dari pihak ibu, bayi, bahkan lingkungan. Ibu dapat mengalami masalah dalam produksi ASI, teknik menyusui yang salah, atau faktor emosional seperti stres dan kecemasan. Bayi, di sisi lain, mungkin memiliki masalah dalam menghisap ASI secara efektif, yang dapat memengaruhi keberhasilan menyusui.

Pada tahap post partum, ibu juga mengalami perubahan hormon yang signifikan, seperti penurunan kadar estrogen dan progesteron, yang memengaruhi produksi ASI. *Hipogalaktia*, atau defisiensi produksi ASI, menjadi salah satu isu umum yang dialami ibu setelah persalinan (Zhou, Zhang, and Liu 2023)

World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 menyajikan data mengenai tingkat pemberian ASI eksklusif secara global, di mana sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan menerima ASI eksklusif selama periode 2015-2020, meskipun target yang ditetapkan adalah 50%. Rendahnya angka pemberian ASI eksklusif ini berpotensi memengaruhi kualitas hidup dan kesehatan generasi mendatang (Fauzia and others 2021)

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, tingkat pemberian ASI eksklusif bagi bayi berusia 0–5 bulan di seluruh Indonesia mencapai 68,6%. Data tersebut menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya dan menjadi dasar proyeksi capaian tahun 2024. Beberapa provinsi dengan capaian tertinggi antara lain Nusa Tenggara Barat sebesar 87,9%, Jambi sebesar 81,3%, dan Nusa Tenggara Timur sebesar 79,7%. sementara itu, provinsi dengan cakupan terendah antara lain Gorontalo sebesar 47,4%, Papua Barat Daya sebesar 47,7%, dan Sulawesi Utara sebesar 52%. Meskipun terjadi peningkatan nasional, Kemenkes mencatat bahwa tantangan seperti rendahnya inisiasi menyusui dini dan masih adanya pemberian makanan atau cairan selain ASI pada awal kehidupan bayi (RI 2023)

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Sumatera Utara mengalami fluktuasi dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2021, persentase bayi berusia 0-5 bulan yang diberi ASI eksklusif tercatat sebesar 57,83%. Angka ini sedikit menurun menjadi 57,17% pada tahun 2022. Namun, pada tahun 2023, terjadi peningkatan signifikan dengan persentase mencapai 61,98%. Meskipun ada peningkatan, angka ini masih di bawah rata-rata nasional sebesar 72,04% pada tahun yang sama. Pada tahun 2024, terjadi peningkatan yaitu mencapai 66,44%. Selain itu, Provinsi Sumatera Utara juga termasuk di antara provinsi dengan persentase menyusui eksklusif terendah pada tahun 2021, bersama dengan Provinsi Kalimantan Tengah dan Gorontalo. (Statistik 2024)

ASI diakui sebagai nutrisi terbaik untuk bayi baru lahir, karena mengandung antibodi, enzim, dan nutrisi esensial yang tidak dapat digantikan oleh susu formula. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan UNICEF merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. Namun, salah satu hambatan utama yang dihadapi ibu pada periode pasca persalinan adalah produksi ASI yang rendah, terutama pada periode pasca persalinan awal (Prasetya and others 2021)

Woolwich Massage adalah teknik pijatan yang diterapkan pada area sinus laktiferus, tepatnya 1-1,5 cm di atas areola mammae, dengan tujuan untuk menghilangkan susu yang terakumulasi di sinus laktiferus. Proses pijatan ini merangsang sel-sel saraf di payudara. Stimulasi tersebut kemudian diteruskan ke hipotalamus dan diproses oleh kelenjar pituitari anterior untuk melepaskan hormon prolaktin. Hormon ini kemudian dibawa melalui aliran darah ke sel-sel mioepitelial payudara, memicu produksi ASI. (Kusumastuti, Qomar, and Mutoharoh 2019)

Rolling massage didefinisikan sebagai teknik pijat yang diterapkan pada tulang belakang, mulai dari tulang rusuk ke-5 hingga ke-6 hingga ke skapula, menggunakan gerakan rolling. Teknik ini dilakukan pada ibu pasca persalinan untuk mendukung fungsi oksitosin dalam proses pengeluaran ASI. Secara spesifik, pijat ini mempercepat transmisi sinyal saraf parasimpatis ke bagian belakang otak, yang pada gilirannya merangsang aktivitas oksitosin untuk melepaskan ASI. (Dayen and others 2023)

Jika teknik *Woolwich* dan *rolling massage* tidak dilakukan, maka proses pemulihan otot dapat mengalami penurunan efektivitas yang signifikan. Teknik-teknik ini berperan penting dalam memberikan stimulasi yang tepat pada jaringan otot, sehingga membantu mengurangi ketegangan dan mempercepat proses relaksasi otot setelah aktivitas fisik. Tanpa adanya perlakuan tersebut, otot cenderung tetap kaku dan tegang, yang tidak hanya menghambat proses pemulihan tetapi juga meningkatkan risiko terjadinya cedera. Kurangnya stimulasi dan relaksasi otot secara optimal membuat tubuh lebih rentan terhadap gangguan seperti nyeri otot, kekakuan, bahkan kerusakan jaringan yang dapat mengganggu performa fisik secara keseluruhan. (Smith and Lee 2023)

Menurut penelitian oleh Fauzia and others (2021) sekitar 33% ibu menyusui mengalami kekurangan produksi ASI yang berdampak negatif pada kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan kepada bayi. Lebih lanjut, masalah psikologis seperti depresi pasca-persalinan (*postpartum depression*) dapat memperburuk keadaan, mengganggu kemampuan ibu untuk menyusui dengan efektif

Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian berjudul “Penerapan *Woolwich*

Massage Dan Rolling Massage Pada Peningkatan ASI”, di mana perbedaan dianalisis melalui uji beda Wilcoxon dengan nilai p-value sebesar 0.000. Nilai p-value tersebut menunjukkan $p < \alpha$ (0,05), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat bermakna. Analisis ini didasarkan pada perbandingan nilai kelancaran ASI sebelum dan sesudah penerapan Woolwich Massage dan Rolling Massage (Mashluchi 2020)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua peserta (100%) mengalami sekresi ASI yang lancar. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon melalui perangkat lunak SPSS, dengan nilai Z sebesar -4.344b dan nilai p sebesar 0.000 pada tingkat signifikansi $p < 0.05$. Oleh karena itu, penelitian ini menyimpulkan bahwa terapi *Woolwich Massage* dapat secara efektif meningkatkan kelancaran produksi ASI (Nababan and others 2023)

Studi kasus berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Teknik *Woolwich* Dan *Rolling Massage* Pada Pasien Ny.L Dan Ny.E Dengan Diagnosa Medis *Post Op Sectio Caesaria* Di Ruang Maternitas Rs Buah Hati Ciputat” melibatkan penerapan intervensi keperawatan sebanyak enam kali, yaitu pada pagi dan sore hari. Setiap sesi terapi *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* berlangsung sekitar 15 menit. Intervensi ini bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu agar kebutuhan gizi bayi dapat terpenuhi. Hasil dan kesimpulan dari perawatan keperawatan yang diberikan dari Desember 2022 hingga 2023 menunjukkan peningkatan produksi ASI pada ibu setelah operasi sesar. Pada hari pertama, tidak terdapat ASI yang keluar; namun, setelah intervensi pada hari kedua dan ketiga, ASI terlihat keluar selama penerapan teknik *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage*. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa teknik *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu (Annisa 2024)

Hasil studi kasus yang berjudul “Penerapan Terapi *Woolwich Massage* Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Di Ruang Garuda Rumah Sakit QIM” membahas masalah keperawatan berupa menyusui yang tidak efektif akibat pasokan ASI yang tidak memadai. Masalah ini berhasil diatasi setelah dua hari penanganan, dengan hasil akhir berupa aliran ASI yang

lancar pada pasien. Selain itu, disarankan agar keluarga memberikan motivasi dan perawatan optimal, termasuk melanjutkan *Woolwich Massage* di rumah. (Ainis and Widyastuti 2024)

Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa penerapan kedua metode ini secara kombinasi dapat memberikan efek sinergis dalam meningkatkan produksi ASI. Selain itu, metode ini tergolong aman, mudah dilakukan, dan dapat menjadi alternatif efektif untuk ibu *post partum* yang mengalami hambatan dalam menyusui (Yuliana and Fitriani 2023)

Di tengah tantangan menyusui modern serta meningkatnya angka keluhan produksi ASI rendah, intervensi ini menjadi sangat relevan untuk dikaji dan diterapkan secara lebih luas.

Data awal dikumpulkan pada tanggal 16 Mei 2025 di Klinik Bidan Helen Tarigan Medan Tuntungan. Dari Januari hingga Mei 2025, tercatat sebanyak 101 ibu postpartum yang berobat. Berdasarkan wawancara dengan tiga ibu postpartum, ditemukan bahwa satu di antaranya mengalami produksi ASI yang kurang.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengusulkan judul penelitian mengenai penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu pasca persalinan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* dalam meningkatkan produksi ASI pada pasien *postpartum*?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* dalam meningkatkan produksi ASI pada pasien postpartum.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian terhadap ibu postpartum sebagai dasar penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* untuk

meningkatkan produksi ASI.

- b. Mampu menetapkan diagnosis keperawatan pada ibu postpartum sebagai langkah awal penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* dalam meningkatkan produksi ASI
- c. Mampu menyusun rencana intervensi keperawatan pada ibu postpartum terkait penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* dalam meningkatkan produksi ASI
- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan pada ibu postpartum melalui penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* untuk meningkatkan produksi ASI
- e. Mampu mengevaluasi hasil keperawatan pada ibu post partum setelah penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* untuk meningkatkan produksi ASI

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai prosedur yang benar dalam melakukan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage*. Selain itu, hasil penelitian ini berkontribusi pada pengembangan kurikulum pendidikan keperawatan, sehingga mendukung tercapainya layanan kesehatan yang lebih profesional.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diantisipasi menjadi referensi bagi klinik dalam memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat. Secara khusus, penyuluhan tersebut dapat menekankan penerapan *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage* sebagai upaya meningkatkan produksi ASI.

3. Bagi Penulis Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dan pengalaman penulis mengenai teknik *Woolwich Massage* dan *Rolling Massage*, khususnya dalam konteks peningkatan produksi ASI. Lebih lanjut, hasilnya dapat berfungsi sebagai pembanding, pendukung, serta pelengkap

bagi penulis jutnya.