PENANGANAN MENYUSUI TIDAK EFEKTIF PADA IBU *POSTPARTUM* DENGAN TERAPI *WOOLWICH MASSAGE* DI RSUD BANGIL

Siti Aminatus Rosidah[1], R.A Helda Puspitasari[2*], Dwining Handayani[3], Esa Rosyida Umam[4], Erly Mutiarawati[5]

[1]Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan, Jl. KH. Mansyur No.207, Tembokrejo, Kec. Purworejo, Kota Pasuruan, Jawa Timur, Indonesia

[2]Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan, Jl. KH. Mansyur No.207, Tembokrejo, Kec. Purworejo, Kota Pasuruan, Jawa Timur, Indonesia. Email: helda.akper@unej.ac.id

[3]Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan, Jl. KH. Mansyur No.207, Tembokrejo, Kec. Purworejo, Kota Pasuruan, Jawa Timur, Indonesia.

[4]Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan, Jl. KH. Mansyur No.207, Tembokrejo, Kec. Purworejo, Kota Pasuruan, Jawa Timur, Indonesia.

[5]RSUD Bangil Kabupaten Pasuruan, Indonesia

ABSTRAK

Latar belakang: Menyusui tidak efektif merupakan masalah yang dapat terjadi pada ibu *postpartum* dan dapat menghambat pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi. Kondisi ini dapat berkaitan dengan ketidakadekuatan suplai air susu ibu, payudara keras dan nyeri kelelahan maternal, kecemasan, serta ketidakefektifan perlekatan dan hisapan bayi.

Tujuan: Mendeskripsikan penerapan asuhan keperawatan pada ibu *postpartum* dengan masalah menyusui tidak efektif melalui pemberian *woolwich massage.*

Metode : Metode yang digunakan adalah pendekatan studi kasus deskriptif yang dilakukan dilakukan pada seorang ibu *postpartum* berusia 26 tahun yang dirawat di RSUD Bangil. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara observasi, pemeriksaan fisik dan dokumentasi. Intervensi keperawatan meliputi edukasi menyusui, perbaikan posisi dan perlekatan dukungan emosional keluarga serta *woolwich massage* selama 10-15 menit, dua kali sehari selama 3 hari berturut-turut. Evaluasi dilakukan dengan mengamati perubahan pengeluaran air susu ibu, kondisi payudara, kemampuan perlekatan dan hisapan bayi serta kondisi psikologis ibu.

Hasil : Setelah dilakukan intervensi selama 3 hari, pengeluaran air susu ibu meningkat, payudara menjadi lebih lunak, perlekatan dan kemampuan hisap bayi membaik, serta kecemasan ibu terhadap cakupan nutrisi bayi menurun. Perubahan tersebut menunjukkan adanya perbaikan pada kemampuan ibu dalam menyusui dan respon bayi selama proses menyusui.

Simpulan: Penerapan *woolwich massage* yang diintegrasikan dengan asuhan keperawatan menunjukkan hasil positif dalam membantu mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu *postpartum. Woolwich massage* dapat menjadi salah satu intervensi non farmakologis yang mendukung kelancaran proses menyusui dan keberhasilan pemberian air susu ibu pada masa *postpartum*. Intervensi tersebut dapat dilakukan sebagai bagian dari asuhan keperawatan secara terintegrasi dengan edukasi dan dukungan menyusui untuk membantu ibu mencapai proses yang lebih optimal pada periode awal setelah persalinan.

Kata Kunci: Menyusui Tidak Efektif, *Postpartum*, *Woolwich Massage*, Asuhan Keperawatan, Studi Kasus.

ABSTRACT

Background: Ineffective breastfeeding is a problem that may occur in postpartum mothers and can interfere with the fulfillment of infants' nutritional needs. This condition may be associated with inadequate breast milk supply, hard and painful breasts, maternal fatigue, anxiety, and ineffective infant latch and sucking.
Objective: To describe the implementation of nursing care for a postpartum mother experiencing ineffective breastfeeding through the administration of Woolwich massage.
Methods: The method employed was a descriptive case study approach involving a 26-year-old postpartum mother treated at Bangil Regional General Hospital. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and documentation. Nursing interventions included breastfeeding education, improvement of positioning and latch, emotional support from the family, and Woolwich massage for 10–15 minutes twice daily for three consecutive days. Evaluation was conducted by observing changes in breast milk output, breast condition, infant latch and sucking ability, and the mother's psychological condition.
Results: After three days of intervention, breast milk output increased, the breasts became softer, infant latch and sucking ability improved, and the mother's anxiety regarding the adequacy of the infant's nutritional intake decreased. These changes indicated improvement in the mother's breastfeeding ability and the infant's response during breastfeeding.
Conclusion: The implementation of Woolwich massage integrated with comprehensive maternal nursing care showed positive results in helping to address ineffective breastfeeding in postpartum mothers. Woolwich massage may serve as a non-pharmacological nursing intervention to support breastfeeding and successful provision of breast milk during the postpartum period. This intervention can be integrated into nursing care alongside breastfeeding education and support to help mothers achieve a more optimal breastfeeding process during the early postpartum period.
Keywords: Ineffective Breastfeeding, Postpartum, Woolwich Massage, Nursing Care, Case Study

PENDAHULUAN

Kesiapan ibu dalam menjalani kehamilan melalui program Antenatal Care (ANC) yang optimal merupakan langkah krusial untuk mencegah komplikasi dan memastikan kesiapan fisik maupun psikologis ibu memasuki masa nifas (Puspitasari et al., 2024). *Postpartum* adalah salah satu hal yang perlu diperhatikan untuk persiapan menyusui. Menyusui adalah tindakan memberikan air susu ibu kepada bayi, dimana ASI berperan besar bagi anak karena mengandung nutrisi, antibodi serta faktor pertumbuhan yang sangat penting pada tahap awal kehidupan (Clarinda et al., 2025). Faktanya, tidak semua ibu *postpartum* dapat menyusui dengan baik yang mengakibatkan efektifitas menyusui rendah. Beberapa faktor fisiologis yang bisa mempengaruhi keberhasilan proses menyusui yaitu ketidakadekuatan suplai ASI, kelainan payudara, reflek oksitosin dan kemamapuan menghisap bayi yang kurang optimal (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2018).

Secara global, World Health Organization (WHO, 2025) mencatat bahwa pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2024 baru mencapai 66,4%, yang mengindikasikan bahwa dukungan dan manajemen laktasi bagi ibu menyusui masih harus diperkuat. Hal ini sejalan dengan data Badan Pusat Statistik (BPS, 2025) yang menunjukkan persentase rata-rata bayi

usia di bawah 6 bulan yang menerima ASI eksklusif di Provinsi Jawa Timur sebesar 68,37%. Berdasarkan data awal dari RSUD Bangil pada periode Januari hingga Maret 2026, tercatat sebanyak 93 ibu *postpartum* yang dirawat, di mana hanya 57 bayi yang berhasil mendapatkan ASI eksklusif secara optimal. Rendahnya angka ini sangat berkaitan dengan belum optimalnya kerja hormon prolaktin dan oksitosin akibat stimulasi hisapan bayi yang kurang efektif dan tingginya tingkat stres serta kecemasan maternal (Nababan et al., 2021)

Pada masa *postpartum*, terjadi perubahan fisiologis yang berdampak pada proses menyusui, yang bisa disebabkan oleh ketidakadekuatan suplai ASI yang terjadi akibat stimulasi hisapan bayi yang kurang efektif sehingga hormon prolaktin dan oksitosin tidak bekerja optimal. Jika rangsangan pada payudara tidak cukup ibu merasakan stres, kecemasan, dan belum merasa tenang, maka pelepasan hormon oksitosin dapat terhalang sehingga ASI tidak segera keluar dan payudara terasa kencang, sehingga timbul masalah keperawatan menyusui tidak efektif akibat kekurangan pasokan ASI (Valeri & Natalina, 2025).

Penatalaksanaan menyusui tidak efektif memerlukan pendekatan komprehensif yang menekankan pada pemulihan fungsi fisiologis payudara serta peningkatan kenyamanan ibu. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang direkomendasikan dan terbukti efektif adalah *woolwich massage* (Sri Utari & Haniyah, 2024). *Woolwich massage* merupakan teknik pemijatan lembut pada area sinus laktiferus, tepatnya sekitar 1-1,5 cm di luar areola payudara, menggunakan gerakan memutar kecil selama 10–15 menit sebelum menyusui (Handayani et al., 2023). Dasar fisiologis dari intervensi ini adalah stimulasi mekanis pada daerah payudara yang memicu saraf untuk mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan kelenjar hipofisis anterior, sehingga meningkatkan pelepasan hormon prolaktin untuk sintesis ASI dan oksitosin untuk kontraksi sel mioepitel dalam proses let-down reflex (Antika & Rismayanti, 2023). Selain melancarkan aliran ASI, efek relaksasi dari pijatan ini juga terbukti mampu menurunkan tingkat stres ibu, yang secara tidak langsung menghilangkan hambatan psikologis terhadap pengeluaran ASI (Widadi et al., 2023).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan studi kasus deskriptif pada satu ibu *postpartum* berusia 26 tahun (Ny. Y) dengan masalah menyusui tidak efektif yang dirawat di ruang nifas RSUD Bangil. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Intervensi meliputi edukasi menyusui, perbaikan perlekatan, dukungan emosional keluarga, dan *woolwich massage* selama 10–15 menit, dua kali sehari selama tiga hari. Bahan yang

digunakan berupa waslap, air hangat, baby oil atau minyak zaitun, dan leaflet, serta lembar observasi. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan kondisi pasien sebelum dan setelah intervensi dan disajikan secara naratif. Penelitian dilakukan dengan memperhatikan etika penelitian melalui persetujuan tertulis pasien dan menjaga kerahasiaan identitas.

HASIL PENELITIAN

Table 1.
Perkembangan Klinis Menyusui Tidak Efektif Selama 3 Hari

Karakteristik	Hari 1	Hari 2	Hari 3
Tetesan/pancaran ASI	ASI tidak memancar	ASI mulai memancar	ASI menetes dengan lancar
Kondisi Payudara	Keras dan terasa sakit	Tegangan dan rasa sakit mulai berkurang	Tidak terdapat pengerasan, tidak terasa sakit
Perlekatan bayi pada payudara ibu meningkat	Belum mampu melekat dengan baik	Mulai mampu melekat	Mampu melekat dengan baik
Hisapan bayi	Menghisap tidak terus-menerus, rewel	Tampak mulai menghisap, lebih tenang	Hisapan adekuat, tenang saat menyusu
Kelelahan maternal	Sering merasa kelelahan	Kelelahan mulai berkurang	Tidak merasa kelelahan
Kecemasan maternal	Cemas ASI tidak cukup	Kecemasan mulai berkurang	Tidak cemas, percaya diri

Sumber: Data primer hasil pengkajian dan observasi pasien Ny. Y, 2026.

Berdasarkan tabel 1, evaluasi dilakukan selama tiga hari berturut-turut menggunakan metode SOAP. Pada Hari Pertama, masalah belum teratasi. Pasien mengeluh lelah dan nyeri payudara keras, ASI belum keluar, bayi tidak menempel dengan baik, dan rewel. Intervensi dilanjutkan pada Hari Kedua, masalah teratasi sebagian. Pasien melaporkan kelelahan dan nyeri mulai berkurang, ASI mulai menetes, payudara tidak terlalu keras, pelekatan bayi membaik, dan bayi lebih tenang. Intervensi dilanjutkan pada Hari Ketiga, masalah teratasi. Pasien tidak lagi merasa lelah atau nyeri payudara, ASI mengalir lancar, payudara lunak, bayi menempel dengan baik, hisapan adekuat, dan bayi tidak rewel. Seluruh intervensi dihentikan.

PEMBAHASAN

Temuan studi kasus ini menunjukkan bahwa penerapan *woolwich massage* yang dikombinasikan dengan edukasi menyusui dan dukungan suami secara efektif mengatasi

masalah menyusui tidak efektif pada ibu *postpartum*. Pada hari pertama, pasien mengalami hambatan refleks *let-down* akibat kelelahan fisik dan kecemasan yang menghambat kerja hormon oksitosin (Valeri & Natalina, 2025). Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa stimulasi yang tidak adekuat pada payudara akan menurunkan sekresi prolaktin dan oksitosin (Nababan et al., 2021).

Dari perspektif pasien, Ny. Y menyatakan merasa jauh lebih rileks dan nyaman setelah dilakukan *woolwich massage*. Ia juga mengungkapkan bahwa keterlibatan suaminya dalam memberikan dukungan emosional dan membantu merawat bayi di malam hari membuatnya bisa beristirahat lebih baik, yang secara tidak langsung mendukung kelancaran ASI-nya. Pelajaran utama (*take-away lesson*) dari kasus ini adalah intervensi non-farmakologis yang sederhana, aman, dan berbiaya rendah, apabila diintegrasikan dengan dukungan psikososial keluarga yang kuat, mampu secara signifikan mengatasi hambatan fisiologis dan psikologis pada masa kritis *postpartum*.

Dasar fisiologis dari efektivitas intervensi ini adalah pijatan lembut pada area sinus laktiferus merangsang saraf di payudara yang mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan kelenjar hipofisis anterior. Hal ini meningkatkan produksi hormon prolaktin untuk sintesis ASI dan oksitosin untuk kontraksi sel mioepitel dalam pengeluaran ASI (Antika & Rismayanti, 2023). Selain itu, efek relaksasi dari pijatan membantu menurunkan tingkat stres ibu. Temuan ini mendukung penelitian sebelumnya dari (Batubara et al., 2024) dan (Maryati et al., 2023) yang melaporkan bahwa *woolwich massage* secara signifikan mengurangi keluhan bendungan ASI dan meningkatkan keberhasilan menyusui.

Meskipun efektivitas *woolwich massage* telah dibuktikan dalam berbagai penelitian sebelumnya, kebaruan (novelty) dari studi kasus ini terletak pada penerapan terstruktur dan terstandarisasi *woolwich massage* yang diintegrasikan secara komprehensif dengan dukungan psikososial keluarga dalam kerangka asuhan keperawatan maternitas berbasis standar SDKI, SIKI, dan SLKI. Kasus ini menjadi unik karena mendemonstrasikan bagaimana intervensi mandiri perawat yang sederhana dan berbiaya rendah mampu secara signifikan mengatasi hambatan fisiologis (bendungan ASI) dan psikologis (kecemasan maternal) pada masa kritis *postpartum* hanya dalam waktu tiga hari. Oleh karena itu, studi kasus ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam asuhan keperawatan pada ibu *postpartum* dengan masalah menyusui tidak efektif melalui penerapan terapi *woolwich massage* di RSUD Bangil, serta memberikan bukti klinis mengenai luaran (outcome) dari intervensi tersebut.

SIMPULAN

Menyusui tidak efektif pada ibu *postpartum* ditandai dengan payudara keras, nyeri, ASI tidak memancar, perlekatan bayi yang buruk, dan kelelahan maternal. Implementasi *woolwich massage* selama 10-15 menit dua kali sehari, yang dipadukan dengan edukasi posisi menyusui dan dukungan emosional suami, terbukti merupakan intervensi keperawatan yang sangat efektif. Dalam waktu tiga hari, teknik ini berhasil merangsang aliran ASI, melunakkan jaringan payudara, memperbaiki perlekatan bayi, dan memulihkan kepercayaan diri ibu. Disarankan bagi keluarga untuk melanjutkan teknik ini secara mandiri di rumah, serta bagi rumah sakit untuk mengintegrasikan *woolwich massage* ke dalam Standar Prosedur Operasional (SPO) asuhan keperawatan maternitas. Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti efektivitas intervensi ini dengan ukuran sampel yang lebih besar dan variabel follow-up jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

Antika, S. T., & Rismayanti, T. (2023). *Application Of Woolwich Massage To Increasing Breast Milk Production In Post Partum Mothers At Pmb Cahyati, S.Tr. Long Parung Keb Year 2023*. https://ijhp.net

Batubara, Sri Juwarni, Meidiawaty, & Anita Agustini Batubara. (2024). Efektifitas Pijat Woolwich Terhadap Produksi Asi di Bidan Praktek Mesra Wilayah Puskesmas Pintu Padang Kecamatan Batang Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Anestesi*, *2*(3), 78–89. https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1180

BPS. (2025). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan ASI Eksklusif Menurut Provinsi*.

Clarinda, T. M., Helda Puspitasari, R. A., Widianto, E. P., & Kusuma, E. (2025). Pemberian Teknik Woolwich Massage Untuk Mengurangi Permasalahan Menyusui Tidak Efektif Pada Ibu Postpartum Di Klinik Sahara Kota Pasuruan. *Jurnal Abdimas Pamenang-JAP*, *3*(2), 135–140. https://doi.org/10.53599

Handayani, S. W., Susaldi, & Syarah, M. (2023). Efektivitas Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Woolwich Massage Serta Breast Care Terhadap peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan. *SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah*, *Vol.2, No.6*.

Maryati, S., Nursifa, N., Amelia, R., & Yulianti, V. (2023). Efektivitas Pijat Woolwich Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Pmb "N" Kabupaten Bandung. *JPTK: Jurnal Penelitian Terapan Kesehatan*, *Vol.10, No.2*, 13–19.

Nababan, T., Solin, V. L., Ritonga, R., Lestari, I., Zai, P., & Julpien, B. (2021). Efektifitas Woolwich Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021. In *Jurnal IMJ: Indonesia Midwifery Journal* (Vol. 4, Number 2).

Puspitasari, R. A. H., Dewi Nastiti, A., & Handayani, D. (2024). Antenatal Care (ANC) as an Early Health Detection Program for Pregnant Women. *Journal of Community Empowerment for Multidisciplinary (JCEMTY)*, *2*(2), 83–91. https://doi.org/10.53713/jcemty.v2i2.259

Sri Utari, I., & Haniyah, S. (2024). *Implementasi Breastcare Pada Ny. R Postpartum Spontan Dengan Menyusui Tidak Efektif*. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*.

Valeri, F., & Natalina, R. (2025). Efektivitas Woolwich Massage Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan*, *16*(1), 20–24.

WHO. (2025). *https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-08-2025-breastfeeding-in-indonesia-on-the-rise--but-mothers-need-more-support*.

Widadi, S., Nugraheni, N., & Marwiati. (2023). Pengaruh Woolwich Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Ibu Postpartum Di Rumah Sakit Wilayah Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, *10*(3), 203–213.