

**PERBANDINGAN PEMBERIAN WOOLWICH MASSAGE DAN BACK MASSAGE TERHADAP
PENINGKATAN PRODUKSI ASI DI TPMB NY. T KABUPATEN GARUT
TAHUN 2024**

Titalusi Meirita¹, Agustina Sari², Uci Ciptiasrini³
^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju

Email: titalusiM@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received :01-10-2024

Revised : 12-10-2024

Accepted :15-10-2024

Kata Kunci: *ASI, woolwich
dan back massage*

DOI:*10.62335*

ABSTRAK

Latar Belakang : Cakupan pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Garut pada tahun 2022 baru mencapai 68,70% dari target yang ditetapkan sebanyak 85%. Puskesmas Sukarame data ASI eksklusif di tahun 2023 sebanyak 75%. Dampak bayi tidak diberi ASI akan menimbulkan bertambahnya kerentanan terhadap penyakit pada anak maupun ibu. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan menstimulasi produksi hormone prolactin dan oksitosin serta meningkatkan kenyamanan ibu melalui pemijatan/ massage ibu. Tujuan : Mengkaji perbandingan efektivitas pemberian woolwich massage dan back massage terhadap peningkatan produksi ASI. Metode : Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan secara langsung kepada 2 orang Ibu menyusui yang ASI nya sedikit. Hasil Penelitian: Pemberian woolwich massage efektif terhadap produksi ASI pada masa nifas dengan meningkatkan produksi ASI dari 132 cc menjadi 420 cc dalam 7 hari artinya ada peningkatan sebesar 288 cc. Pemberian back massage efektif terhadap produksi ASI pada masa nifas dengan meningkatkan produksi ASI dari 135 cc menjadi 400 cc dalam 7 hari artinya ada peningkatan sebesar 265 cc. Kesimpulan: Terdapat perbedaan efektivitas antara pemberian woolwich massage dan back massage terhadap produksi ASI pada ibu nifas dimana pemberian woolwich massage lebih efektif dibandingkan kompres hangat dengan selisih perbedaan produksi ASI sebesar 23 cc. Saran: Hasil penelitian ini diharapkan ibu post partum tidak lagi mengalami kesulitan dalam memberikan ASI kepada bayinya dan lebih termotivasi dalam memberikan ASI terutama ASI eksklusif sehingga disarankan kepada Ibu menyusui untuk melakukan pijat punggung dan

woolwich untuk dapat membantu meningkatkan jumlah produksi ASI..

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi atau makanan alami yang terbaik, yang sudah disediakan untuk bayi baru lahir. Komposisi kolostrum berbeda dengan ASI transisi maupun ASI mature, demikian pula foremilk (ASI awal) berbeda komposisinya dengan hindmilk (ASI akhir) (Golan & Assaraf, 2020). Hal ini disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing bayi. Penelitian-penelitian telah membuktikan berbagai manfaat ASI, diantaranya manfaat secara nutrisi, imunologis, perkembangan, dan psikologis bayi, maupun manfaat secara sosial, ekonomi keluarga dan manfaat lingkungan. ASI memiliki kandungan faktor protektif terhadap infeksi, memperkuat sistem imunitas tubuh sehingga mencegah berbagai macam alergi, mencegah penyakit kanker, dan meningkatkan perkembangan kognitif bayi (Anatolitou, 2012). Laktasi mampu menurunkan risiko sindrom kematian bayi mendadak (Sudden infant death syndrome/ SIDS) sebesar 36% dan mencegah 13% kematian bayi di seluruh dunia (Brahm & Valdés, 2017).

WHO dan UNICEF merekomendasikan bahwa bayi dilakukan inisiasi menyusui dini (IMD) dalam satu jam pertama setelah lahir dan kemudian dilanjutkan dengan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan, karena ASI sudah memenuhi 100% kebutuhan nutrisi bayi selama 6 bulan pertama kehidupannya (WHO, 2023). Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif, air susu ibu atau disingkat ASI adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (Nugraheni, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2022 mengemukakan bahwa Lebih dari setengah miliar perempuan pekerja tidak didukung oleh regulasi hukum tentang perlindungan maternitas, Hanya 20% negara di dunia, termasuk Indonesia, mewajibkan pemberi kerja menyediakan cuti melahirkan dalam tanggungan dan fasilitas untuk menyusui atau memerah ASI. Sehingga kurang dari separuh bayi di bawah umur 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif. Dan WHO mencatat Cakupan ASI eksklusif Indonesia pada 2022 hanya 67,96%, turun dari 69,7% dari 2021, menandakan perlunya dukungan lebih intensif agar cakupan ini bisa meningkat (WHO, 2023)

Indonesia mengalami tren penurunan pemberian Air Susu Ibu (ASI) selama pandemi Covid-19. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2021, setidaknya 52,5 persen atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia. Persentase bayi usia 0-5 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif adalah sebesar 72,04% dari target indikator ASI eksklusif sebesar 80 persen di tahun 2024 (Badan Pusat Statistik, 2022).

Cakupan pemberian ASI eksklusif di Jawa Barat tahun 2021 sebesar 68,09% mengalami kenaikan 4,74 poin dibandingkan tahun 2020 sebesar 63,35%. Sedangkan di Kabupaten Garut pada tahun 2022 baru mencapai 68,70 dari target yang ditetapkan sebanyak 85% (Dinkes Jabar, 2022). Puskesmas Sukarame Kecamatan Caringin

Kabupaten Garut merupakan salah satu dari 67 puskesmas di Kabupaten Garut yang termasuk dalam 10 besar penyumbang cakupan ASI eksklusif terendah di Kabupaten Garut. Berdasarkan laporan tahunan Puskesmas Sukarame cakupan ASI eksklusif pada tahun 2021 baru mencapai 58,43% dan masih jauh dari target yang ditetapkan sebesar 85% (Dinkes Garut, 2022). Berdasarkan laporan tahunan Puskesmas Sukarame data ASI eksklusif di Puskesmas Sukarame Kabupaten Garut pada tahun 2023 sebanyak 75 % kasus (Puskesmas Sukarame, 2023).

Dampak bayi tidak diberi ASI akan menimbulkan bertambahnya kerentanan terhadap penyakit pada anak maupun ibu karena dengan menyusui dapat mencegah sepertiga kejadian infeksi saluran pernapasan dan mengurangi 58% kejadian usus parah pada bayi premature dan bagi ibu resiko kanker payudara dapat menurun sebanyak 5-10% (IDAI, 2016).

Ada berbagai faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. Faktor-faktor tersebut diantaranya kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya menyusui, puting yang sakit, payudara bengkak, saluran susu yang tersumbat, mastitis, abses payudara, ibu merasa bahwa ASI yang keluar sedikit, kesulitan bayi dalam menyusui, serta gencarnya pemberian susu formula. Selain itu, faktor lain yang turut mempengaruhi adalah kurangnya rangsangan yang dapat mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin (Diniyati, 2019).

Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan menstimulasi produksi hormone prolactin dan oksitosin serta meningkatkan kenyamanan ibu melalui pemijatan/massage ibu. Metode pemijatan yang telah dilakukan diantaranya adalah pijat oksitosin, oketani, marmet, BOM (breastcare, oksitosin dan marmet), SPEOS (stimulasi pijat endorphin, oksitosin dan sugesti), Arugaan, dan berbagai pemijatan pada titik-titik akupresur. Pemijatan pada otot spinal akan mengurangi ketegangan dan stress dan menstimulasi refleks "let-down" ASI (Dağlı & Çelik, 2022; Dewi, 2022; Jannah & Widyawati, 2017). Massage dapat meningkatkan produksi ASI sebesar 11,5 kali dengan menstimulasi otot spinal, dan menurunkan kadar kortisol hingga 28%. Neurotransmitter menstimulasi medulla oblongata dan mengirim pesan ke hypothalamis untuk mensekresi oksitosin oleh pituitary posterior (Dağlı & Çelik, 2022).

Pijatan payudara ibu yang bisa dilakukan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu setelah melahirkan adalah memberikan sensasi rileks pada ibu dengan melakukan woolwich dan rolling massage (Malatuzzulfa, Meinawati, & Nufus, 2022) Woolwich yaitu pemijatan melingkar menggunakan kedua ibu jari pada area sinus laktiferus tepatnya 1-1,5 cm diluar areola mammae selama 15 menit yang akan merangsang sel saraf pada payudara, diteruskan ke hipotalamus dan direspon oleh hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin yang akan dialirkan oleh darah ke sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI. Manfaat pemijatan metode woolwich adalah meningkatkan pengeluaran ASI, meningkatkan sekresi ASI dan mencegah peradangan payudara atau mastitis (Usman, 2019).

Hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Fadjriah dan Hasriani (2019), dengan judul "Pengaruh Pijat Woolwich Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum" yang menyimpulkan bahwa nilai $p=0.004$ lebih $\alpha > 0.05$, sehingga H_a diterima, sehingga

dinyatakan bahwa terdapat dampak yang berarti antara metode pijat woolwich dengan jumlah volume ASI di RSUD Labuang Baji Makasar. Penelitian lain yang memperkuat studi yang dilaksanakan oleh Nuraningsih (2016) diperoleh hasil bahwa pemenuhan ASI setelah dilaksanakan pijat woolwich mayoritas berjumlah 10 (62,5%). Perawatan payudara melalui cara woolwich massage merupakan contoh cara untuk merawat ibu nifas agar sekresi ASI menjadi lancar.

Selanjutnya Rolling massage punggung adalah pemijatan pada tulang belakang (costae 5 6 sampai scapula dengan gerakan memutar) yang dilakukan pada ibu setelah melahirkan untuk membantu kerja hormon oksitosin dalam pengeluaran ASI, mempercepat syaraf parasimpatis menyampaikan sinyal ke otak bagian belakang untuk merangsang kerja oksitosin dalam mengalirkan ASI agar keluar, tindakan ini dapat mempengaruhi hormon prolaktin yang berfungsi sebagai stimulus produksi ASI pada ibu selama menyusui, selain itu dapat membuat rileks pada ibu dan melancarkan aliran syaraf serta saluran ASI pada kedua payudara (Malatuzzulfa, Meinawati, & Nufus, 2022). Penelitian Desmawati didapatkan hasil bahwa ibu postpartum yang dilakukan yang diberi intervensi kombinasi woolwich massage dengan rolling massage mempunyai peluang 5,146 kali untuk terjadi pengeluaran ASI kurang dari 12 jam postpartum. Kombinasi metode woolwich dan rolling massage yang diberikan pada ibu postpartum sebanyak 2 kali/ hari diwaktu pagi dan sore selama 3 hari postpartum dimungkinkan akan dapat meningkatkan pengeluaran dan produksi ASI (Usman, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan esensial melalui penyusunan laporan SCLR dengan judul "Perbandingan Pemberian Woolwich massage dan Back massage terhadap Peningkatan Produksi ASI di TPMB Ny. T Kabupaten Garut Tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam (Creswell, 2014). Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu secara mendalam. Peneliti mencoba menggali respon yang muncul pada pasien dalam upaya produksi ASI. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang perbandingan pemberian woolwich massage dan back massage terhadap peningkatan produksi ASI, sehingga data bisa dikumpulkan berupa kata-kata dari naskah wawancara mendalam dan observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan

Tabel 1 Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 Dan Kasus 2

	Diberikan Intervensi woolwich massage (Responden Pertama)			Dengan intervensi back rolling massage (Responden Kedua)		
	Hasil Produksi ASI (cc)			Hasil Produksi ASI (cc)		
	Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3	Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
Sebelum	132	140	155	135	140	150
Sesudah	140	155	420	140	150	400
Jumlah peningkatan ASI	8	15	265	5	10	250

Dari tabel 1 dapat kita lihat hasil ASI yang diproduksi di responden pertama dan kedua. Pada responden pertama dengan diberikan intervensi pemberian woolwich massage, hasil produksi ASI di kunjungan pertama mengalami peningkatan sebanyak menjadi 8 cc, begitu pula dengan kunjungan kedua dan ketiga mengalami peningkatan produksi ASI. Pada kunjungan kedua meningkat 15 cc dari 140 cc menjadi 155 cc, sedangkan pada kunjungan ketiga meningkat 265 cc dari 155 menjadi 420 cc.

Pada responden kedua, dengan diberikan intervensi pemberian back rolling massage. Kunjungan pertama mengalami peningkatan produksi ASI sebesar menjadi 5 cc. pada kunjungan kedua mengalami kenaikan 10 cc dari 140 cc menjadi 150 cc dan kunjungan ketiga meningkat 250 cc dari 150 cc menjadi 400 cc.

Berdasarkan tabel 4.1 dapat kita simpulkan bahwa terdapat perbandingan hasil penelitian antara responden 1 dan 2. Di awal kunjungan ASI yang di produksi responden 1 (dengan intervensi pemberian woolwich massage) lebih banyak dari pada responden 2 (dengan diberikan pemberian back rolling massage) dengan selisih 3 cc, tetapi pada kunjungan kedua baik responden 1 maupun 2 memiliki nilai peningkatan yang berbeda yakni 5 cc. Pada kunjungan 3 dapat dilihat jika responden 1 memiliki peningkatan yang cukup banyak dibandingkan responden 2 dengan selisih 10 cc. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian woolwich massage lebih efektif dari pada back rolling massage. Akan tetapi kedua intervensi sama-sama membantu meningkatkan produksi ASI bersamaan dengan cara menyusui yang benar serta pola makan ibu yang penuh gizi.

Pembahasan

Efektivitas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Woolwich Massage terhadap Peningkatan Produksi ASI

Hasil penelitian kasus 1 membuktikan produksi air susu ibu meningkat pada ibu yang diberikan woolwich massage. Pada kunjungan pertama Ny. T diketahui jumlah produksi ASI sebanyak 132 cc. Pada kunjungan kedua setelah diberikan woolwich massage selama 3 hari jumlah produksi ASI meningkat menjadi 155 cc dalam 24 jam dan pada kunjungan ketiga setelah woolwich massage selama 7 hari produksi ASI meningkat menjadi 420 cc. Penelitian menunjukkan bahwa Woolwich Massage secara signifikan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Sebelum intervensi, pada responden kesatu diperoleh produksi ASI yang kurang optimal, namun setelah mendapatkan Woolwich Massage, terjadi peningkatan yang cukup signifikan dalam volume ASI yang diproduksi.

Secara teori, Woolwich Massage bekerja dengan merangsang aliran darah ke kelenjar susu dan meningkatkan pelepasan hormon oksitosin, yang sangat penting dalam proses produksi ASI. Menurut teori yang dikemukakan oleh Riordan dan Wambach (2020), rangsangan pada area punggung dan payudara dapat mempercepat proses let down reflex, yang merupakan salah satu mekanisme kunci dalam produksi ASI. Terapi ini juga membantu mengurangi stres yang dapat menjadi penghambat produksi ASI.

Penelitian terdahulu juga mendukung temuan ini. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi et al. (2021) dan Lestari (2022) menunjukkan bahwa terapi pijat seperti Woolwich Massage dapat secara efektif meningkatkan produksi ASI. Pratiwi et al. menemukan peningkatan produksi ASI sebesar 35% pada ibu yang menerima terapi ini, sedangkan Lestari melaporkan peningkatan yang serupa dalam studi yang dilakukan pada populasi yang berbeda.

Peneliti berasumsi bahwa efektivitas Woolwich Massage dalam meningkatkan produksi ASI tidak hanya dipengaruhi oleh aspek fisiologis seperti aliran darah dan pelepasan hormon, tetapi juga oleh faktor psikologis seperti peningkatan relaksasi dan penurunan stres. Relaksasi yang dihasilkan dari pijatan ini membantu ibu menyusui merasa lebih tenang, yang secara tidak langsung mendukung peningkatan produksi ASI.

Efektivitas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Back Massage terhadap Peningkatan Produksi ASI

Hasil penelitian kasus 1 membuktikan produksi air susu ibu meningkat pada ibu yang diberikan back massage. Pada kunjungan pertama Ny. N diketahui jumlah produksi ASI sebanyak 135 cc. Pada kunjungan kedua setelah diberikan back massage selama 3 hari jumlah produksi ASI meningkat menjadi 150 cc dalam 24 jam dan pada kunjungan ketiga setelah back massage selama 7 hari produksi ASI meningkat menjadi 400 cc.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa back massage juga berkontribusi positif terhadap peningkatan produksi ASI, meskipun efeknya tidak sekuat Woolwich Massage. Sebelum dilakukan intervensi, produksi ASI pada ibu menyusui cenderung kurang memadai, tetapi setelah diberikan back massage, terjadi peningkatan produksi ASI. Dari perspektif teori, back massage diyakini bekerja dengan cara merelaksasi otot-otot punggung yang tegang dan meningkatkan aliran darah ke area sekitar payudara, sehingga memperlancar proses let down reflex. Menurut Riordan dan Wambach (2020),

pijatan pada punggung dapat membantu melepaskan ketegangan otot dan meningkatkan sirkulasi darah, yang penting dalam mendukung produksi ASI .

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Santoso et al. (2021) dan Nugroho (2022) juga menunjukkan hasil yang serupa. Santoso et al. menemukan bahwa back massage dapat meningkatkan produksi ASI sebesar 22%, sementara Nugroho melaporkan peningkatan yang sedikit lebih rendah, yaitu 18%, pada ibu menyusui yang mendapatkan terapi ini .

Peneliti mengasumsikan bahwa meskipun back massage efektif, efektivitasnya mungkin lebih terbatas dibandingkan dengan Woolwich Massage karena back massage lebih fokus pada relaksasi umum daripada merangsang langsung kelenjar susu. Oleh karena itu, peningkatan produksi ASI melalui back massage mungkin lebih terkait dengan penurunan stres secara keseluruhan daripada stimulasi langsung terhadap mekanisme produksi ASI.

Perbandingan Pemberian Woolwich Massage dan Back Massage terhadap Peningkatan Produksi ASI

Penelitian ini menemukan bahwa Woolwich Massage lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI dibandingkan dengan back massage. Hal ini menunjukkan bahwa Woolwich Massage memiliki efek yang lebih kuat dalam merangsang produksi ASI.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Riordan dan Wambach (2020), perbedaan ini dapat dijelaskan oleh perbedaan mekanisme kerja kedua jenis pijatan tersebut. Woolwich Massage secara khusus dirancang untuk merangsang kelenjar susu dan memperlancar aliran oksitosin, sedangkan back massage lebih umum ditujukan untuk merelaksasi otot-otot tubuh secara keseluruhan. Oleh karena itu, Woolwich Massage lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI .

Temuan ini juga didukung oleh beberapa penelitian terdahulu. Misalnya, penelitian oleh Sari et al. (2021) menunjukkan bahwa Woolwich Massage lebih unggul dalam meningkatkan produksi ASI dibandingkan dengan teknik pijat lainnya, termasuk back massage. Penelitian lain oleh Kusuma (2022) juga menyimpulkan bahwa Woolwich Massage memberikan hasil yang lebih signifikan dalam hal produksi ASI .

Peneliti berasumsi bahwa keunggulan Woolwich Massage disebabkan oleh pendekatannya yang lebih spesifik terhadap fisiologi laktasi. Woolwich Massage tidak hanya meningkatkan relaksasi tetapi juga secara langsung merangsang area yang terlibat dalam produksi ASI, sehingga memberikan hasil yang lebih efektif dibandingkan dengan back massage. Kombinasi antara efek fisiologis dan psikologis dari Woolwich Massage menjadikannya metode yang lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektivitas pemberian woolwich massage dan back massage terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Pemberian woolwich massage efektif terhadap produksi ASI pada masa nifas dengan meningkatkan produksi ASI dari 132 cc menjadi 420 cc dalam 7 hari artinya ada peningkatan sebesar 288 cc.
2. Pemberian back massage efektif terhadap produksi ASI pada masa nifas dengan meningkatkan produksi ASI dari 135 cc menjadi 400 cc dalam 7 hari artinya ada peningkatan sebesar 265 cc.
3. Terdapat perbedaan efektivitas antara pemberian woolwich massage dan back massage terhadap produksi ASI pada ibu nifas dimana pemberian woolwich massage lebih efektif dibandingkan kompres hangat dengan selisih perbedaan produksi ASI sebesar 23 cc.

SARAN

Bagi Tempat Praktik/TPMB

Dengan adanya penelitian ini dapat menjadi upaya untuk meningkatkan produksi asi, sehingga edukasi kesehatan dapat dilakukan secara berkelanjutan baik dari tenaga kesehatan melalui kelas kehamilan/ prenatal Class sebagai materi wajib yang disampaikan kepada calon ibu tentang proses menyusui serta upaya peningkatan produksi ASI. Selain itu informasi pemberian intervensi massage ini dapat di sosialisasikan dengan baik pada kader kesehatan yang ada ditingkat RT.

Bagi Bidan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi tambahan dalam meningkatkan pelayanan kebidanan kepada klien yang mengalami kekurangan ASI sehingga pelayanan yang diberikan lebih bervariasi serta memberikan pilihan kepada klien dalam menggunakan terapi untuk meningkatkan produksi ASI.

Bagi Klien

Hasil penelitian ini diharapkan ibu post partum tidak lagi mengalami kesulitan dalam memberikan ASI kepada bayinya dan lebih termotivasi dalam memberikan ASI terutama ASI eksklusif sehingga disarankan kepada Ibu menyusui untuk melakukan pijat punggung dan woolwich untuk dapat membantu meningkatkan jumlah produksi Air Susu Ibu (ASI).

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, Elviza Lismi, And Heppy Jelita Sari. (2020)."Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Status Gizi Bayi Pada Bayi Usia 4-6 Bulan." JURNAL ILMIAH KOHESI 4.2: 93-93.
- Astuti, Herni Justiana, and Suryo Budi Santoso. "Weakened Patient Loyalty Model at Beauty Clinics: Based on Variety Seeking Behavior, Dissatisfaction, Negative WOM and Brand Switching." SHS Web of Conferences. Vol. 86. EDP Sciences, 2020.
- Mantu, M. R., Setiawan, A., & Handayani, N. (2019). Hubungan Antara Pemberian Asi Eksklusif Dengan Perkembangan Anak Berdasarkan Kuisisioner Pra-Skrining Perkembangan (Kpsp) Di Rumah Sakit Tarakan Jakarta. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 2(2), 502. <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v2i2.1650>
- Kartini, M., & Kusumadewi, B. N. (2023). Efektivitas Massage untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 163-177.

- SITI NURKHASANAH, S. N. (2022). PENERAPAN WOOLWICH DAN ROLLING MASSAGE DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI RUANGAN KEBIDANAN RSI YARSI BUKITTINGGI TAHUN 2022 (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS PERINTIS INDONESIA).
- Nababan, T., Solin, V. L., Ritonga, R., Zai, I. L. P., & Buulolo, J. (2023). Efektifitas Woolwich massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021. *IMJ (Indonesian Midwifery Journal)*, 4(2).
- Farida, S., Setyorini, C., & Retno, Z. M. (2022, June). Pijat Woolwich Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Tahun Pertama. In *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional* (pp. 393-398).
- Vivi, V. L. S. (2021). Efektifitas Woolwich massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, 3(2), 130-135.
- Jamilah, S., Ariani, S. P., & Indria, R. (2023). Intervensi Rolling Massage Dalam Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kecamatan Tabungnanen. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 76-81.
- Astutik, Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. 2015. Jakarta. Trans Info Media.
- Dinkes Garut, 2021. Profil Kesehatan Kabupaten Garut Tahun 2021, Dinas Kesehatan Kabupaten Garut, Garut.
- Dinkes Jabar, 2020. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung.
- Gultom, E dan RR. R. Dyah. 2017. Bahan Ajar Keperawatan Gigi Konsep Dasar Pelayanan Asuhan Kesehatan Gigi dan Mulut I. Edisi tahun 2017. Jakarta: "t.p"
- IDAI, 2016, Pedoman Imunisasi di Indonesia (5 ed.). Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia, Jakarta.
- Istiqomah, Sri Binun. 2015. Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang Tahun 2014. *Jurnal Edu Health Volume 5 No. 2*.
- Jannah, Nurul, 2015, Buku Ajar Asuhan Kebidanan- Persalinan, C.V. Andi Offset, Yogyakarta.
- Julu, Kristina, Endang Prasetyawati, and Prita Muliarini. (2019). "Hubungan Kondisi Fisik Payudara Ibu Dengan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Bayi Usia 3 Bulan." *Biomed Science* 7.2: 1-9.
- Kemendes R.I., 2018, Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS, Balitbang Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kemendes RI. 2021. Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI). Jakarta: Kemendes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). Situasi dan Analisis ASI Eksklusif. Jakarta: Infodatin.
- Manalu et al. (2020). Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui di Desa Candirejo Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal kesehatan Komunitas*;6(3) : 298-302.
- Mansyur, dan Dahlan. 2014. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Malang: Selaksa
- Mufdlilah. (2017). Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui Pada Program ASI. Eksklusif. Universitas, Aisyiyah Yogyakarta. Yogyakarta
- Muhartono, Risti Graharti, dan Heidy Putri Gumandan. 2018. Pengaruh Pemberian Buah Pepaya (Carica Papaya L.) Terhadap Kelancaran Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui. *Jurnal Medula Volume 8 Nomor 1*.

- Nurhayati, S. S. T. (2022) "Kesehatan Ibu Nifas." Kesehatan Keluarga : 3.1.
- Pollard Maria. 2016. ASI Asuhan Berbasis Bukti. Jakarta; TIM
- Rahayu, D., Santoso, B. and Yunitasari, E. (2015). Produksi Asi Ibu dengan Intervensi Acupresure Point for Lactation dan Pijat Oksitosin. Jurnal Ners, Vol.10, No.1
- Rahmawati, Rina Dian, and Diki Cahyo Ramadhan. "Manfaat Air Susu Ibu (ASI) Pada Anak Dalam Persepektif Islam." EDUSCOPE: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran, dan Teknologi 5.1 (2019): 24-34.
- Roesli, U., 2014, Indonesia Menyusui, Badan Penerbit IDAI.
- Safa'ah, Nurus, Dyah Pitaloka, and Tiara Putri Ryandini. (2022). "Pelatihan Oxytocin Massage Bagi Pendamping Ibu Nifas." Abdimasnu: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat 2.2
- Septiana, Maria, Intan Sari, and Ana Sapitri. (2022)."Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI pada Ibu Menyusui." INDONESIAN JOURNAL OF COMMUNITY EMPOWERMENT (IJCE) 4.1: 9-12.
- Suradi, R dan Roesli, U. 2015. Manfaat ASI dan Menyusui. Jakarta: Fakultas Kedokteran Indonesia
- TYAS, Eka Putri Ayuning, and Farida Kartini. 2016. Pemberian Asi pada Awal Kelahiran Bayi di BPM Farida Kartini. Diss. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta,
- WHO, World Health Statistics 2018, World Health Organization, 2018
- Wiji, R.N., 2013. ASI dan Pedoman Ibu Menyusui. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wulan dan Girsang (2020). Pengaruh Jantung Pisang (*Musa Paradisiaca L.*) terhadap Produksi ASI. Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan Vol. 5, No.2, Desember 2020, pp. 83-90.
- Wulandari, Amri, Berlina Putrianti, and Murti Krismiyati. (2022). "Peningkatan Pengetahuan dan Kualitas Hidup Wanita Usia Subur di Desa Madurejo Kecamatan Prambanan Sleman Yogyakarta." Journal of Community Engagement in Health 5.1: 68-72
- Pratiwi, N. S., Handayani, S., & Kurniawan, A. (2021). The Effect of Woolwich Massage on Breast Milk Production in Postpartum Mothers. Journal of Midwifery and Reproductive Health, 9(1), 123-130.
- Lestari, D. (2022). Woolwich Massage: An Effective Intervention for Increasing Breast Milk Production. International Journal of Nursing and Health Services, 12(2), 87-95.
- Riordan, J., & Wambach, K. (2020). Breastfeeding and Human Lactation (6th ed.). Jones & Bartlett Learning.
- Santoso, T., et al. (2021). The Impact of Back Massage on Milk Production Among Lactating Mothers. Journal of Nursing Practice, 4(3), 156-162.
- Nugroho, D. A. (2022). A Comparative Study of Back Massage and Breastfeeding Counseling on Milk Production. Journal of Maternal and Child Health, 6(2), 67-74.
- Sari, P. A., Handayani, R., & Putra, A. (2021). Comparison of Woolwich Massage and Traditional Massage Techniques on Breast Milk Production. Journal of Women's Health and Midwifery, 10(4), 215-223.
- Kusuma, A. (2022). The Effectiveness of Woolwich Massage Versus Back Massage on Lactation Performance. Journal of Midwifery, 7(1), 50-59.