

SKRIPSI
PENERAPAN EDUKASI MENGGUNAKAN VIDEO TERHADAP
KETERAMPILAN MELAKUKAN PIJAT *WOOLWICH*
UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM
DI KOTA KUPANG DAN KABUPATEN KUPANG



OLEH
HERLINA DEDE
PO5303209211485

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
2025

SKRIPSI
PENERAPAN EDUKASI MENGGUNAKAN VIDEO TERHADAP
KETERAMPILAN MELAKUKAN PIJAT *WOOLWICH*
UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM
DI KOTA KUPANG DAN KABUPATEN KUPANG

Skripsi ini disusun sebagai Salah Satu Persyaratan untuk Menyelesaikan
Program Sarjana Terapan Pada Program Studi Keperawatan



OLEH
HERLINA DEDE
PO5303209211485

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Herlina Dede

Nim : PO5303209211485


Program studi : Sarjana Terapan Keperawatan

Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Ilmiah (Skripsi) yang Saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang Saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran Saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dibuktikan bahwa Karya Ilmiah (Skripsi) ini hasil jiplakan, maka Saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, Agustus 2025

Pembuat Pernyataan



Herlina Dede

LEMBAR PERSETUJUAN

“Penerapan Edukasi Menggunakan Video terhadap Keterampilan Melakukan Pijat Woolwich untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Kota Kupang dan Kabupaten Kupang”

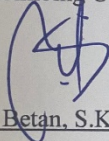
Disusun Oleh:

Herlina Dede
PO.5303209211485

Telah disetujui oleh pembimbing untuk melakukan ujian Skripsi pada tanggal:
Kupang, 06 Agustus 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



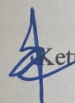
Mariana Oni Betan, S.Kep.,Ns.,MPH
NIP. 197307101997032003

Pembimbing Pendamping



Fitri Handayani, S.Kep, MPH. Ns
NIP. 198705232010122001

Mengetahui



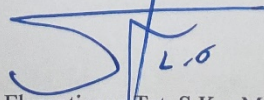
Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan



Ns. Yoany M. V. B. Aty.,S.Kep.,M.Kep
NIP.197908052001122001

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat.,S.Kp.,M.Kes
NIP.196911281993031005

LEMBAR PENGESAHAN

“Penerapan Edukasi Menggunakan Video terhadap Keterampilan Melakukan Pijat Woolwich untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Kota Kupang dan Kabupaten Kupang”

Disusun Oleh:

Herlina Dede
PO.5303209211485

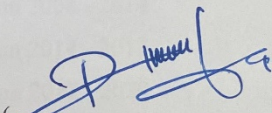
Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 06 Agustus 2025

Mengesahkan:

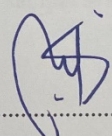
Penguji

Riny Pujiyanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 199211072022032001


(.....)

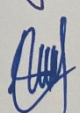
Pembimbing Utama

Mariana Oni Betan, S.Kep.,Ns.,MPH
NIP. 197307101997032003


(.....)

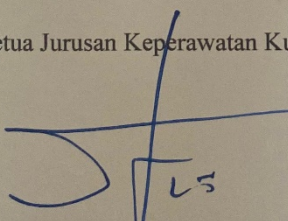
Pembimbing Pendamping

Fitri Handayani, S.Kep, MPH. Ns
NIP. 198705232010122001


(.....)

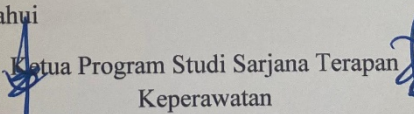
Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang


25

Dr. Florentianus Tat.,S.Kp.,M.Kes
NIP.196911281993031005

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan



Ns. Yoany M. V. B. Aty.,S.Kep.,M.Kep
NIP.197908052001122001

BIODATA PENULIS

I. Identitas

Nama : Herlina Dede

Tempat tanggal lahir : Waingapu, 17 Juli 2002

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : Kristen Protestan

Alamat : Maju Bersama, Rt.31, Rw. 09, Kel.Temu, Kec.Kanatang

Email : herlinadede0702@gmail.com

II. Riwayat Pendidikan

SDI Waingapu 3 : Tahun 2008 - 2014

SMP N 3 Waingapu : Tahun 2014 - 2017

SMA N 3 Waingapu : Tahun 2017 - 2020

Poltekkes Kemenkes Kupang : Tahun 2021 sampai sekarang

Motto

“Jadilah diri sendiri dan yakinlah bahwa dengan usaha serta ketekunan, segala sesuatu dapat dicapai. Jangan pernah takut untuk mencoba dan belajar dari setiap proses”

ABSTRAK

PENERAPAN EDUKASI MENGGUNAKAN VIDEO TERHADAP KETERAMPILAN MELAKUKAN PIJAT *WOOLWICH* UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI KOTA KUPANG DAN KABUPATEN KUPANG

Herlina Dede¹,
Mariana Oni Betan², Fitri Handayani³, Riny Pujiyanti⁴
Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan, Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Kupang
e-mail: herlinadede0702@gmail.com

Latar belakang: Status gizi balita masih menjadi masalah serius di Indonesia, ditandai dengan tingginya angka stunting yang berdampak pada pertumbuhan fisik, kemampuan kognitif, hingga kualitas hidup anak di masa depan. Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) merupakan salah satu daerah dengan prevalensi stunting tertinggi, mencapai 38% pada tahun 2023. Di Kota Kupang jumlah kasus juga meningkat dari 4.019 pada tahun 2023 menjadi 4.233 pada tahun 2024, menunjukkan bahwa stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Salah satu upaya pencegahan stunting adalah melalui pemberian ASI eksklusif selama enam bulan. Namun, keberhasilan menyusui sering terhambat karena kurangnya produksi ASI. Kondisi ini dapat dipengaruhi faktor fisiologis maupun keterbatasan pengetahuan dan keterampilan ibu postpartum dalam stimulasi laktasi. Pijat Woolwich merupakan teknik pijat yang terbukti efektif dalam merangsang produksi ASI dengan menstimulasi refleks oksitosin dan prolaktin. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi adanya efek pemberian edukasi menggunakan video terhadap keterampilan melakukan pijat *Woolwich* untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum di Kota Kupang dan Kabupaten Kupang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan rancangan penelitian *pre-post test without control group (one group pre-post test design)*. Sampel sebanyak 30 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah video edukasi pijat *Woolwich* sebagai media intervensi dan daftar tilik untuk menilai keterampilan melakukan pijat *Woolwich*. Analisis data dilakukan dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil penelitian:** menunjukkan bahwa sebelum intervensi, seluruh responden (100%) berada pada kategori keterampilan kurang. Setelah diberikan edukasi, mayoritas responden (87%) berada pada kategori baik, dan 13% pada kategori cukup. Uji Wilcoxon menghasilkan p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara pretest dan posttest. **Kesimpulan:** Edukasi menggunakan video terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan ibu postpartum melakukan pijat *Woolwich* sehingga dapat mendukung kelancaran produksi ASI dan menunjang keberhasilan pemberian ASI eksklusif. **Kata kunci:** Edukasi video, pijat *Woolwich*, ibu postpartum

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF EDUCATION USING VIDEO ON WOOLWICH MASSAGE SKILLS TO INCREASE BREAST MILK PRODUCTION IN POST-PARTUM MOTHERS IN KUPANG CITY

Herlina Dede¹,

Mariana Oni Betan², Fitri Handayani³, Riny Pujiyanti⁴

Applied Bachelor of Nursing Student, Department of Nursing Poltekkes Kemenkes
Kupang

e-mail: herlinadede0702@gmail.com

Background: Nutritional status among toddlers remains a serious health problem in Indonesia, as reflected in the high prevalence of stunting, which negatively affects physical growth, cognitive ability, and quality of life in the future. East Nusa Tenggara (NTT) is one of the provinces with the highest prevalence of stunting, reaching 38% in 2023. In Kupang City, the number of cases also increased from 4,019 in 2023 to 4,233 in 2024, indicating that stunting continues to be a public health challenge. One preventive effort is exclusive breastfeeding for six months. However, successful breastfeeding is often hindered by insufficient breast milk production. This condition may be influenced by physiological factors as well as limited maternal knowledge and skills in lactation stimulation. Woolwich massage is a breast massage technique proven effective in stimulating breast milk production by activating oxytocin and prolactin reflexes. **Objective:** This study aimed to evaluate the effect of video-based education on maternal skills in performing Woolwich massage to improve breast milk production among postpartum mothers in Kupang City and Kupang Regency. **Methods:** This research used a quantitative approach with a quasi-experimental design, namely a one-group pretest-posttest design without a control group. A total of 30 respondents were selected using accidental sampling. The instruments were an educational video on Woolwich massage as the intervention medium and a checklist for assessing massage skills. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results:** Before the intervention, all respondents (100%) were in the poor skills category. After the intervention, 87% were in the good category and 13% in the fair category. The Wilcoxon test yielded a p -value = 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant difference between pretest and posttest scores. **Conclusion:** Video-based education proved effective in improving postpartum mothers' skills in performing Woolwich massage, thereby supporting breast milk production and the success of exclusive breastfeeding.

Keywords: Educational video, Woolwich massage, postpartum mothers

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya yang telah memberikan berbagai petunjuk, kemudahan serta karunia kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan Edukasi Menggunakan Video terhadap Keterampilan Melakukan Pijat *Woolwich* untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum di Kota Kupang dan Kabupaten Kupang” dengan baik.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak dapat diselesaikan, Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Ibu Mariana Oni Betan S.Kep.,Ns.,MPH selaku pembimbing I dan Ibu Fitri Handayani S.Kep, MPH. Ns selaku pembimbing II, yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi dan semangat kepada penulis. Ucapan terimakasih juga penulis sampaikan kepada Ibu Riny Pujiyanti S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen penguji dan juga Ibu Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp.M.Kes selaku dosen penguji pengganti yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan demi penyempurnaan skripsi ini. Pada kesempatan ini juga Saya mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Irfan SKM.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
3. Ibu Ns.Yoany M. V. B. Aty., S.Kep.,M.Kep, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
4. Dr. Aemilianus Mau, S.Kep., Ns., M. Kep, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis.
5. Seluruh dosen Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang yang telah mendidik, memberi dukungan dan bimbingan selama ini.

6. Kedua orang tua penulis, almarhum bapak tercinta yang semasa hidup sampai sekarang selalu menjadi motivasi penulis dan juga mama tercinta yang telah memberikan bantuan berupa dukungan, motivasi dan doa kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Kedua kaka tercinta yang telah menjadi sosok yang sangat berarti dalam hidup penulis. Terimakasih atas segala pengorbanan, kerja keras, dan dukungan finansial yang telah diberikan selama penulis menempuh pendidikan. Tanpa bantuan dan kasih sayangmu, mungkin langkah ini tidak akan pernah sampai sejauh ini.
8. Kepada teman-teman angkatan VI Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan, terutama yang telah memberikan informasi, semangat dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah dengan tulus hati dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari adanya keterbatasan di dalam penyusunan skripsi ini. Besar harapan penulis akan kritik dan saran yang bersifat membangun. Akhirnya penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca sekalian.

Kupang, 13 Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	iv
BIODATA PENULIS	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan umum	5
1.3.2 Tujuan khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat teoritis	6
1.4.2 Manfaat praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9

2.1	Konsep Dasar Post Partum.....	9
2.1.1	Defenisi post partum.....	9
2.1.2	Tahapan post partum	9
2.1.3	Perubahan adaptasi fisiologis masa nifas.....	10
2.1.4	Adaptasi psikologis pada masa nifas.....	11
2.2	Konsep Manajemen Laktasi.....	12
2.2.1	Defenisi manajemen laktasi.....	12
2.2.2	Pengertian ASI.....	14
2.2.3	Fisiologi laktasi.....	14
2.2.4	Kandungan ASI.....	16
2.2.5	Manfaat ASI.....	18
2.2.6	Tanda bayi cukup ASI.....	20
2.2.7	Faktor mempengaruhi kelancaran ASI.....	20
2.2.8	Upaya memperbanyak ASI.....	23
2.3	Konsep video.....	24
2.4	Konsep keterampilan	26
2.5	Konsep Pijat <i>Woolwich</i>	28
2.5.1	Pengertian pijat <i>Woolwich</i>	28
2.5.2	Manfaat pijat <i>Woolwich</i>	29
2.5.3	Prosedur pelaksanaan pijat <i>Woolwich</i>	29
2.6	Kerangka Teori.....	32
2.7	Kerangka Konsep.....	33
2.8	Hipotesis.....	33
	BAB 3 METODE PENELITIAN	34
3.1	Jenis dan Desain Penelitian.....	34

3.2	Populasi, Sample dan Teknik Sampling.....	34
3.2.1	Populasi.....	34
3.2.2	Sampel.....	35
3.2.3	Teknik sampling.....	35
3.3	Variabel penelitian.....	36
3.4	Defenisi Operasional.....	37
3.5	Instrumen penelitian.....	37
3.6	Metode Pengumpulan Data.....	38
3.7	Langkah-langkah penelitian.....	38
3.8	Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	39
3.9	Analisis dan Penyajian Data.....	39
3.9.1	Analisis Data.....	39
3.9.2	Penyajian Data.....	40
3.10	Etika Penelitian.....	41
3.11	Keterbatasan Penelitian.....	42
	BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	43
4.2	Karakteristik Responden.....	44
4.3	Pembahasan Hasil Penelitian.....	46
	BAB 5 KESIMPULAN.....	52
5.1	Kesimpulan.....	52
5.2	Saran.....	52
	DAFTAR PUSTAKA.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian penelitian.....	7
Tabel 3.1	Defenisi operasional.....	37
Tabel 4.1	Distribusi responden berdasarkan karakteristik.....	44
Tabel 4.2	Keterampilan Ibu Melakukan Pijat <i>Woolwich</i> Sebelum diberikan Intervensi.....	45
Tabel 4.3	Keterampilan ibu melakukan pijat <i>Woolwich</i> setelah diberikan intervensi.....	45
Tabel 4.4	Analisis Pengaruh Edukasi Terhadap Keterampilan Ibu Melakukan Pijat <i>Woolwich</i>	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gerakan I Pijat <i>Woolwich</i>	30
Gambar 2. 2 Gerakan II Pijat <i>Woolwich</i>	30
Gambar 2. 3 Gerakan III Pijat <i>Woolwich</i>	30
Gambar 2. 4 Gerakan IV Pijat <i>Woolwich</i>	30
Gambar 2. 5 Gerakan V Pijat <i>Woolwich</i>	31
Gambar 2. 6 Kerangka teori.....	32
Gambar 2. 7 Kerangka konsep.....	33
Gambar 3. 1 Rancangan Penelitian.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar permohonan menjadi responden.....	60
Lampiran 2. Lembar informed consent.....	61
Lampiran 3. Lembar SOP pijat <i>Woolwich</i>	62
Lampiran 4. Daftar Tilik Pijat <i>Woolwich</i>	64
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Satu Pintu.....	66
Lampiran 6 Lembar Bimbingan Proposal/Skripsi.....	67
Lampiran 7. Surat Kelayakan Etik.....	69
Lampiran 8. Surat Keterangan Bebas Plagiat.....	70
Lampiran 9. Data Mentah.....	71
Lampiran 10. Analisis Uji Spss.....	72
Lampiran 11. Dokumentasi.....	74

