

## Pengaruh Edukasi Dengan Video Teknik *Woolwich Massage* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peterongan Jombang

Ardiyanti Hidayah<sup>1</sup>, Fifi Ratna Aminati<sup>2</sup>, Rista Dian Anggraini<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang  
Email: [ardishj@gmail.com](mailto:ardishj@gmail.com)

### Abstrak

Banyak ibu hamil yang tidak menyadari bahwa teknik pijat *Woolwich* dapat membantu meningkatkan produksi ASI, sehingga mereka dapat menyusui bayinya terutama bayi yang berat badannya kurang, karena teknik ini dapat membantu bayi menambah berat badannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik video *Woolwich* terhadap tingkat pemahaman ibu hamil. Penelitian ini menggunakan desain praeksperimental dengan satu kelompok yang dilengkapi dengan tes awal dan tes akhir. Teknik sampling total digunakan untuk mengumpulkan sampel, yang terdiri dari sekitar 30 responden pada trimester ketiga. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan. Uji Wilcoxon nonparametrik digunakan untuk menganalisis data. Pemahaman ibu hamil terhadap teknik pijat *Woolwich* meningkat secara signifikan setelah menonton video tersebut, menurut hasil penelitian yang menunjukkan nilai  $p < 0,05$ , tepatnya 0,000. Karena kurangnya pemahaman sebelumnya, tingkat pengetahuan ibu hamil sangat rendah sebelum menonton video tersebut; namun, tercatat bahwa setelah menonton video tentang teknik pijat *Woolwich*, tingkat pengetahuan mereka meningkat.

Kata kunci: Ibu Hamil TM III, Pengetahuan, Video Teknik *Woolwich Massage*

### Abstract

*Because the Woolwich massage technique can help newborns gain weight, many pregnant women are unaware that it can assist improve breast milk supply, allowing them to breastfeed their babies, especially those who are underweight. This study sought to ascertain how the Woolwich video approach affected pregnant women's comprehension. This study included pre- and post-tests and employed a pre-experimental design with a single group. The sample, which included about thirty third-trimester respondents, was gathered using a complete sampling technique. A knowledge questionnaire was used to gather data. The data was analyzed using the nonparametric Wilcoxon test. According to research findings, pregnant women's comprehension of the Woolwich massage technique greatly improved after watching the movie, with a p-value of  $< 0.05$ , precisely 0.000. Before watching the movie, the pregnant women's level of knowledge was quite low due to a lack of prior information; nevertheless, it was observed that their level of knowledge increased after watching the video on the Woolwich massage technique.*

Keywords: Third-Trimester Pregnant Women, Knowledge, Woolwich Massage Technique Video

## 1. PENDAHULUAN

Mendorong pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu cara untuk menurunkan angka kematian bayi, karena ASI merupakan komponen penting yang dapat memengaruhi kondisi gizi bayi berusia 0 hingga 6 bulan serta menurunkan angka kematian dan kesakitan akibat penyakit pada masa kanak-kanak [1], terutama bagi bayi dengan berat badan lahir rendah (kurang dari 2.500 gram), yang 20 kali lebih berisiko meninggal atau mengalami masalah kesehatan dibandingkan bayi normal [2]. Penyebab utama kegagalan menyusui antara lain ibu yang bekerja, produksi ASI yang tidak mencukupi, masalah pada puting susu, pengaruh iklan susu formula, serta kegagalan dalam menerapkan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) segera setelah bayi lahir [3]. Selain itu, produksi ASI yang rendah atau aliran ASI yang terhambat merupakan masalah yang paling sering terjadi selama menyusui [4]. Selama dua tahun, bayi harus diberi ASI secara tepat, termasuk pemberian ASI eksklusif sejak lahir hingga usia enam bulan. Setelah itu, makanan pendamping ASI harus diperkenalkan hingga anak berusia dua tahun. Kurangnya

kesadaran ibu dan keluarga mengenai kesehatan selama kehamilan [5] dan masalah kesehatan pascapersalinan yang disebabkan oleh sejumlah faktor, termasuk rendahnya tingkat melek huruf dalam hal membaca dan menulis [6]. Trimester ketiga kehamilan merupakan waktu yang tepat untuk memberikan edukasi kesehatan mengenai teknik pijat Woolwich guna mendukung produksi ASI. Para ibu dan kerabatnya mungkin akan lebih mudah memahami dan melakukan teknik pijat Woolwich jika tersedia video yang mendemonstrasikan teknik tersebut [7]. Ada sebuah strategi baru yang menggabungkan berbagai media, khususnya video, untuk meningkatkan keberhasilan perawatan [8] dan teknik *Woolwich massage* Metode Video dirasa cocok dan menarik. Diperkirakan bahwa penggunaan video dalam pendidikan kesehatan lebih efektif dalam mengubah persepsi masyarakat [9] atau kemampuan untuk menggunakan ponsel pintar atau melakukan kunjungan rumah guna memutar video bagi ibu hamil trimester ketiga [10]. Wanita hamil pada trimester ketiga (39 minggu) dapat memperoleh manfaat besar dengan menonton video tentang teknik pijat Woolwich saat mereka bersiap untuk menyusui. Karena teknik pijat Woolwich merangsang sel-sel saraf payudara, hipotalamus dan kelenjar pituitari menerima rangsangan ini dan melepaskan hormon prolaktin, yang kemudian dibawa oleh aliran darah ke sel-sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI [11], sehingga meningkatkan produksi ASI dan membantu mencegah penumpukan ASI di payudara, yang dapat menyebabkan payudara membengkak [12].

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2017, prevalensi pemberian ASI eksklusif secara global hanya sebesar 38%. Pada tahun 2025, prevalensi pemberian ASI eksklusif pada enam bulan pertama kehidupan diperkirakan akan mencapai 50%. Cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2020 adalah 66,1%, sementara Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menargetkan cakupan ASI eksklusif selama 6 bulan sebesar 80%. Berdasarkan statistik dari Kabupaten/Kota, cakupan ASI eksklusif bayi < 6 bulan di Jawa Timur pada tahun 2021 adalah 71,7%. Meskipun demikian, tingkat informasi kesehatan dan kesadaran diri di wilayah Peterongan terkait kesehatan kehamilan dan pascapersalinan masih rendah. Hal ini disebabkan oleh sejumlah faktor, salah satunya adalah rendahnya tingkat melek huruf di kalangan penduduk berusia 15 tahun ke atas, baik dalam hal membaca maupun menulis.

Memperkuat upaya promosi kesehatan sejak masa remaja, mengoptimalkan pelayanan antenatal terpadu, meningkatkan kompetensi seluruh tenaga kesehatan terutama bidan dalam menangani bayi dengan berat badan lahir rendah dan asfiksia, serta menjamin ketersediaan ventilator dan mesin CPAP di rumah sakit rujukan tipe C untuk penanganan bayi dengan berat badan lahir rendah dan asfiksia merupakan langkah-langkah awal dalam upaya pemerintah untuk mengatasi penyebab kematian bayi [13]. Pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu strategi untuk menurunkan angka kematian bayi (AKB) [14]. Tanpa perlu tambahan makanan atau minuman, ASI menyediakan semua vitamin, mineral, dan nutrisi yang dibutuhkan bayi selama enam bulan pertama kehidupannya [15]. Selain itu, pemberian ASI eksklusif sangat penting untuk mengurangi risiko infeksi, gizi buruk, serta angka kematian bayi dan balita [16]. Teknik pijat Woolwich merupakan salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI karena diyakini dapat merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin. [17]. Teknik *Woolwich massage* merupakan alternative yang mudah di dapat dan juga mudah untuk di terapkan [18].

*Woolwich massage* dapat dijadikan sebagai salah satu metode terapi non-obat yang efektif dalam meningkatkan produksi ASI, dengan cara yang sederhana dan aman untuk dilakukan, serta memberikan manfaat positif terhadap jumlah ASI yang dihasilkan dengan menggabungkan media video. Mahasiswa kebidanan dapat memberikan pengetahuan terhadap teknik *woolwich massage* untuk ibu hamil dalam membantu persiapan laktasi post-partem. Berdasarkan latar belakang yang ada, peneliti berminat untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh pemutaran Video teknik *Woolwich massage* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil”

## 2. METODE PENELITIAN

Desain pra-eksperimental dengan desain pra-tes dan pasca-tes satu kelompok digunakan dalam studi kuantitatif ini. Pengambilan sampel menggunakan metode total sampling; pengukuran dilakukan pada sekelompok peserta yang sama baik sebelum maupun setelah intervensi atau terapi diberikan, dan tidak ada kelompok kontrol untuk perbandingan. Video metode pijat Woolwich berfungsi sebagai variabel independen, sedangkan pengetahuan ibu hamil berfungsi sebagai variabel dependen. Tiga puluh ibu hamil trimester ketiga menjadi populasi penelitian. Tiga puluh ibu hamil trimester ketiga dari wilayah Peterongan menjadi sampel penelitian.

Strategi pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini memastikan bahwa setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Semua individu yang relevan dalam populasi dipilih sebagai sampel dalam teknik pengambilan sampel komprehensif ini. Wanita hamil pada trimester ketiga dengan usia kehamilan 39 minggu yang bersedia berpartisipasi sebagai responden dan tidak memiliki masalah psikologis atau kelainan payudara memenuhi kriteria sampel. Formulir persetujuan tertulis, lembar pengamatan, kuesioner pengetahuan, dan video yang memperlihatkan teknik pijat Woolwich merupakan beberapa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai teknik pijat Woolwich, penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data formatif, yaitu formulir persetujuan tertulis, lembar pengamatan, kuesioner pengetahuan, dan video yang mendemonstrasikan teknik tersebut. Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) digunakan untuk menganalisis data penelitian ini dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Berdasarkan nomor 10940-KEPK-SHJ, Komite Etika Fakultas Ilmu Kesehatan Husada Jombang telah mengevaluasi dan menyetujui penelitian ini.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1) Karakteristik responden

Tiga puluh responden berpartisipasi dalam survei yang dilaksanakan di wilayah pelayanan UPT Puskesmas Peterongan. Dalam penelitian ini, digunakan kuesioner untuk mengumpulkan data. Responden penelitian ini dikelompokkan berdasarkan pekerjaan, usia, dan tingkat pendidikan.

Tabel 1. Data hasil karakteristik responden

No	Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1.	Usia ibu	17-19 tahun	2	6.6
		20-35 tahun	24	79.2
		>35 tahun	4	13,2
2.	Pekerjaan	Wiraswasta	4	13
		IRT	21	70.0
		PNS	5	17
3.	Pendidikan	S1	3	9.9
		SD	9	30.0
		SMA	10	33.3
		SMK	2	6.7
		SMP	6	20.0
4.	Paritas	Primipara	13	43.3
		Multipara	17	56.7

Tabel 1 menunjukkan bahwa 24 responden (79,2%) berusia antara 20 dan 35 tahun; 10 responden (33,3%) telah menyelesaikan pendidikan menengah atas; 21 responden (70,0%) adalah ibu rumah tangga; dan 17 responden (56,7%) termasuk dalam kategori multipara berdasarkan karakteristik paritas.

## 2) Observasi ke ikut sertaan ibu hamil dalam memperhatikan video teknik Woolwich massage

Tabel 2. data hasil observasi responden selama 3 minggu

	Minggu 1		Minggu 2		Minggu 3	
	Frekuensi (n)	Percent (%)	Frekuensi (n)	Percent (%)	Frekuensi (n)	Percent (%)
Ibu yang menonton video	30	100.0	10	33.3	7	23.3
Ibu yang tidak menonton video	-	-	20	66.7	23	76.7

Berdasarkan tabel 2 dapat di jelaskan bahwa pada minggu pertama ibu yang menonton video sebanyak 30 responden dengan persentase 100% berdasarkan pada minggu ke dua ibu yang menonton video sebanyak 10 responden dengan persentase 33.3 % sedangkan yang tidak menonton video sebanyak 20 responden dengan persentase 66.7% berdasarkan pada minggu ke tiga ibu yang menonton video sebanyak 7 responden dengan persentase 23.3% sedangkan ibu yang tidak menonton video sebanyak 23 responden dengan persentase 76.7%. Video ini di tonton setiap hari, hanya saja kalkulasi penilaian setiap minggu.

## 3) Hasil Penelitian Terhadap Variabel

### a. Pre-test

Tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan berupa video teknik *woolwich massage*. Adapun distribusi frekuensi tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan berupa video teknik *woolwich massage*, dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui video teknik *woolwich massage* di Wilayah Kerja Puskesmas Peterongan (n=30)

No	Tingkat pengetahuan ibu sebelum intervensi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Baik	-	-
2.	Cukup	1	3.3
3.	Kurang	29	96.7
	Total	30	100

Tabel 3 menunjukan bahwa distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan video teknik *woolwich massage*, memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak (-), cukup sebanyak 1 orang (3.3%), yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 29 orang (96.7%).

Beragam keuntungan yang dimiliki oleh media berbasis video adalah kemampuannya untuk menyampaikan informasi dengan lebih konsisten dan efektif, serta sangat bermanfaat dalam menjelaskan suatu proses. Mengatasi hambatan ruang dan waktu, lebih praktis, dapat dilakukan berulang kali dan dihentikan sesuai dengan kebutuhan [8]. Pengetahuan seorang ibu

tentang pentingnya perawatan payudara dan menyusui merupakan hal yang penting untuk keberhasilan menyusui [19]. Pengetahuan atau merupakan area penting dalam membentuk perilaku seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan yang baik akan melahirkan perilaku yang baik. Masyarakat yang tidak memiliki basis pengetahuan akan kesulitan mengambil tindakan dan implementasi. perilaku positif termasuk untuk melakukan perawatan payudara dan manfaat ASI untuk tumbuh kembang bayi [20]. Salah satu permasalahan yang sering dihadapi ibu nifas adalah ketidak mampuan memberikan ASI dini pada masa persalinan. Kondisi ini sering terjadi akibat tersumbatnya ASI yang terkumpul tanpa mengalir keluar. Jika ASI tidak mengalir dengan baik, saluran susu akan tersumbat. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif ditunjukkan oleh frekuensi, durasi, dan jumlah ASI yang dikeluarkan. Masalah yang terkait dengan terhambatnya laktasi pada minggu pertama antara lain penurunan jumlah ASI dan peningkatan jumlah ASI yang dapat diproduksi dengan merangsang atau memijat payudara [21]. Tidak menyusui dapat menyebabkan sejumlah masalah. Kondisi ini sering terjadi karena ASI menumpuk dan tidak bisa keluar. Dampak buruk yang terjadi jika ASI tidak mudah keluar adalah saluran susu tersumbat (*clogged duct*), payudara bengkak (bendungan ASI) sehingga timbul nyeri, payudara merah, *mastitis* dan bayi keluar. Tidak suka menyusui karena ASI tidak mengalir dengan baik. Jika ASI yang dikeluarkan kurang, maka akan mengental sehingga menyumbat saluran susu. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI setelah melahirkan, dengan tujuan merangsang produksi hormon *oksitosin* dan *prolaktin*. Salah satu teknik pijat payudara adalah dengan menggunakan pijat *Woolwich* untuk merangsangnya [22].

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan signifikan pada ibu hamil. Hal ini dapat dilihat dari pre-test, nilai rata-rata hasil tingkat pengetahuan ibu hamil 6.83% dengan kategori yakni kurang terdapat 30 ibu hamil persentase yaitu 99,5%, kategori baik 0 (0%) dan cukup 1 orang (3.3%), maka dari hasil yang diperoleh dapat dikatakan bahwa tingkat hasil pengetahuan ibu hamil sebelum pemutaran video teknik *Woolwich massage* adalah kurang dengan persentase kategori kurang 29 orang ibu hamil dengan persentasi 96.7%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Salsabila Ramadhani dkk [23], tentang Video edukasi membantu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang ASI eksklusif. Menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan secara *statistic* sebelum dan sesudah intervensi dengan nilai p-value sebesar 0,0001 (<0,05), dibuktikan dengan nilai rata-rata pengetahuan ibu sebelum bersekolah 62,93 dan setelah sekolah meningkat menjadi 89,43. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh media edukasi video dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang ASI Eksklusif. Menurut asumsi peneliti pemberian informasi tentang pengetahuan teknik *woolwich massage* terhadap ibu hamil itu sangat penting karena manfaat-manfaat dari teknik *woolwich massage* termasuk perawatan payudara, dimana itu semua sangat penting terutama dalam mempersiapkan menejemen laktasi ketika sudah melahirkan. Maka dari itu, ibu harus memiliki pengetahuan terhadap cara-cara agar bisa meningkatkan produksi ASI. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk memberikan pengetahuan ibu hamil terhadap teknik *woolwich massage* dengan menggunakan video yang umumnya akan cukup menarik perhatian ibu hamil untuk mempelajari dan mempraktekkan ilmu yang sudah di dapat.

#### b. Post -test

Tingkat pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan pendidikan kesehatan berupa video teknik *woolwich massage*. Adapun distribusi frekuensi tingkat pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan video teknik *woolwich massage* dapat dilihat pada tabel 4 berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui video teknik *woolwich massage* di Wilayah Kerja Puskesmas Peterongan (n=30)

No	Tingkat pengetahuan ibu sebelum intervensi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Baik	2	6.7
2.	Cukup	13	43.3
3.	Kurang	15	50.0
	Total	30	100.0

Tabel 4 menunjukkan bahwa distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan video teknik *woolwich massage*, memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 2 orang (6.7%), cukup sebanyak 13 orang (43.3%), yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 15 orang (50.0%).

Pemanfaatan media audiovisual atau video dianggap lebih efektif dalam mencapai tujuan pembelajaran, karena mampu menggugah indra pendengaran dan penglihatan serta lebih mampu menarik minat. Pernyataan ini sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Suraoka dan Supriasa, yang menyatakan bahwa individu akan mengingat 20% dari informasi yang didengar, 50% dari yang dilihat, dan 80% dari kombinasi antara melihat, mendengar, serta melakukan. Hal tersebut disebabkan oleh fakta bahwa media video memiliki daya pikat yang unik [24]. Pemahaman adalah hasil dari pengetahuan yang diperoleh setelah seseorang berinteraksi dengan suatu objek tertentu. Persepsi terbentuk melalui lima indra yang dimiliki manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Sebagian besar informasi yang dimiliki manusia diperoleh lewat penglihatan dan pendengaran [25]. Pemberian ASI yang tidak memadai dapat menjadi risiko bagi pertumbuhan dan perkembangan anak, yang pada gilirannya berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia secara keseluruhan. Usaha dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) supaya pertumbuhan dan perkembangan bayi serta asupan gizinya tetap terjaga. Cocok dapat dilakukan dengan berbagai metode, salah satunya adalah pijat Woolwich. Pijat ini berfungsi untuk merangsang sel-sel saraf di area payudara, yang kemudian mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan diteruskan ke kelenjar hipofisis anterior, sehingga memicu produksi hormone prolaktin. Bertugas untuk mengalirkan darah ke sel-sel mioepitel guna memproduksi dan meningkatkan volume ASI, serta menghindari terjadinya penyumbatan pada payudara yang dapat mengakibatkan pembengkakan [26].

Selanjutnya, hasil rata-rata post-test adalah 48.67%. jadi hasil dari tingkat pengetahuan setelah diberikan video teknik *woolwich massage* mempunyai hasil peningkatan pengetahuan lebih baik dibandingkan dengan sebelum pemutaran video teknik *woolwich massage*. Selain itu, presentasi kategori hasil tingkat pengetahuan juga meningkat yakni kategori baik 2 orang dengan persentase 6.7% kategori cukup 13 orang dengan persentase 43,3% kurang 15 orang dengan persentase 50.0%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Luhde [27] temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan pemahaman mengenai ASI eksklusif di kalangan ibu hamil sebelum dan setelah pemanfaatan media edukasi berupa video. Dilaporkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah diberikan video edukasi khusus mengenai ASI sebesar 27,667. Hasil analisis uji T menunjukkan nilai thitung sebesar 20,817 dengan p value yang lebih kecil dari 0,000. Dengan nilai alpha mencapai 0,05, hal ini menunjukkan bahwa media edukasi berupa video memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai ASI Eksklusif. Menurut asumsi peneliti berdasarkan data diatas pemutaran video teknik *woolwich massage* cukup berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu

hamil, di karenakan penyediaan media yang digunakan adalah video, sehingga ibu tidak perlu membaca cukup mendengarkan dan cukup melihat saja, dengan tampilan ilustrasi yang mendukung tentang teknik *Woolwich massage* yang dapat menarik perhatian ibu dalam memperhatikan serta bertanya ataupun menulis. Sehingga ibu dapat mengetahui tentang manfaat serta tujuan dari teknik woolwich massage pada saat hamil dan bagaimana cara mempraktikkannya.

c. Analisis Hasil Pre-Test dan Post-Test Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil

Data analisis Hasil dari Pre-Test dan Post-Test Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil

Tabel 5. hasil data deskriptif pre-test dan post-test

No	Statistik	Nilai statistik	
		<i>Pre - test</i>	<i>Post - test</i>
1.	Ukuran sampel	30	30
2.	Nilai tertinggi (Maximum)	45	100
3.	Nilai terendah (Minimum)	0	5
4.	Rentang nilai (Range)	45	95
5.	Median	0	52.50
6.	Nilai rata-rata ( mean)	6.83	48.67

Berdasarkan tabel 5 didapatkan nilai tertinggi data pre-test sebesar 45 data post-test sebesar 100, nilai terendah di dapatkan dari data pre-test sebesar 0 dan post-test sebesar 5, berdasarkan nilai range atau nilai rentang di dapatkan hasil pre-test sebesar 45 dan post-test 95, berdasarkan nilai tengah atau median di dapatkan nilai pre-test 0 dan post-test 52.50, berdasarkan dari nilai rata-rata atau mean pre-tes di dapatkan nilai 6.83 dan nilai post-test 48.67.

4) Uji Bivariat

Analisa bivariat bertujuan untuk menjawab rumusan masalah serta menegakkan hipotesa penelitian. Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak telah dilakukan uji normality dengan hasil sebagai berikut. Hasil uji normalitas menunjukkan data berdistribusi tidak normal, maka dari itu pada uji bivariat yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *non parametric* yaitu *wilcoxon signed right test*. Hasil uji bivariate untuk mengetahui pengaruh video teknik *woolwich massage* terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Peterongan. Adapun hasil analisa bivariat diuraikan pada Table 6

Tabel 6. Hasil pengaruh video teknik *woolwich massage* terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Peterongan

		<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum</i>	<i>Z</i>	<i>Sig</i>
<i>Post- pre</i>	<i>Negative Ranks</i>	0	.00	.00	-	.000
	<i>Positif Ranks</i>	28	14.50	406.00	-4.635	
	Ties	2				

Tabel 6 hasil data uji hipotesis didapat hasil bahwa nilai p-value < dari 0,05 sehingga ada pengaruh pemutaran video teknik *woolwich massage* dengan tingkat pengetahuan ibu hamil. Dengan nilai Sig 0.000, sehingga ada pengaruh pendidikan kesehatan video teknik *woolwich massage* dengan tingkat pengetahuan ibu hamil.

Pengetahuan jika disertai pemahaman yang benar dapat menghasilkan tingkah laku yang diinginkan. Pemahaman seorang ibu mengenai perawatan payudara dapat meningkatkan kesadaran dalam melaksanakan perawatan yang berfungsi merangsang kelenjar di payudara,

serta mempengaruhi kelenjar *hipofisis* untuk memproduksi hormon *prolaktin* dan oksitosin. Hal ini pada gilirannya berdampak pada kelancaran proses pengeluaran ASI. Perawatan payudara dimulai dari masa kehamilan hingga proses persalinan, terutama saat bersiap untuk menyusui bayi [28]. *Woolwich massage* merangsang sel-sel saraf di payudara, kemudian berlanjut ke hipotalamus sehingga menyebabkan hipotalamus memproduksi hormon prolaktin di kelenjar *hipofisis anterior*. *Prolaktin* bertanggung jawab untuk menyediakan aliran darah ke sel-sel *mioepitel*, yang pada gilirannya memproduksi dan meningkatkan produksi ASI, serta dapat mencegah kemacetan payudara dan pembengkakan payudara. Saat melakukan pemijatan *Woolwich* akan mempengaruhi saraf otonom dan jaringan subkutan, mengendurkan jaringan, meningkatkan aliran darah pada sistem saluran susu dan menghilangkan sel-sel sisa pada sistem saluran susu, agar tidak menghalangi aliran ASI agar ASI tetap mengalir dengan lancar. Selain itu, peradangan atau kemacetan payudara dapat dihindari sehingga teknik ini efektif dalam meningkatkan laktasi pada ibu nifas [29].

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan signifikan pada ibu hamil. Hal ini dapat dilihat dari pre-test, nilai rata-rata hasil tingkat pengetahuan ibu hamil 6.83% dengan kategori yakni kurang terdapat 30 ibu hamil persentase yaitu 99,5%, kategori baik 0 (0%) dan cukup 1 orang (3.3%), Maka, dari hasil yang diperoleh dapat dikatakan bahwa tingkat hasil pengetahuan ibu hamil sebelum pemutaran video teknik *Woolwich massage* adalah kurang dengan persentase kategori kurang 29 orang ibu hamil dengan persentase 96.7%. Hasil data observasi pada ibu hamil yang menonton video dan tidak menonton video, diketahui pada hari pertama pemutaran video ibu sangat antusias sehingga pada hari pertama mayoritas ibu memperhatikan video atau menonton video, minggu ke dua dan ke tiga. Ibu kurang memperhatikan video yang ada namun ibu lebih tertarik dengan bertanya secara langsung tentang apa yang mereka tangkap tentang teknik *Woolwich massage*. Dari hasil data deskriptif Pre-test dan Post-test di ketahui bahwa sampel pre dan post sebanyak 30 orang, dengan skor maximum dari data pre-test yang didapatkan adalah 45, minimum 0, rentang nilai (range) 45, nilai rata-rata (mean) 6.83, nilai tengah (median) 0. Sedangkan nilai dari post-test dapat di ketahui bahwa nilai maximum dari post-test 100, minimum 5, rentang nilai (range) 95, nilai rata-rata (mean) 48.67, dan nilai tengah (median) 52.50. Berdasarkan data hasil pengaruh video teknik *woolwich massage* terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil dengan uji wilcoxon singd reng test di dapatkan hasil p value <  $\alpha$  (0,05) yaitu p-value 0.000 yang berarti  $H_0$  ditolak. sehingga dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh pemutaran video terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil terhadap teknik *Woolwich massage*. Menurut dari hasil data karakteristik responden di ketahui bahwa responden berdasarkan usia paling banyak adalah 20-35 tahun dengan frekuensi 24 ibu hamil persentase 79.2%, mayoritas pekerjaan sebagai IRT dengan frekuensi 21 orang persentase 70%, mayoritas pendidikan terakhir adalah SMA frekuensi 10 orang presentase 33.3%, dan mayoritas kehamilan multipara dengan frekuensi 17 orang persentase 56.7%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Neneng Safitri [30]. Hasil ini menunjukkan terdapat nilai  $F=275,727$  dengan nilai  $\text{sig}=0,00<0,05$  dengan nilai Partial Eta Squared yaitu 0,80 yang artinya terjadi interaksi antara tahapan peningkatan pre-test dan post-test dengan kelompok media video, leaflet dan lembar balik meningkat yaitu 80%. Perubahan pengetahuan pada kelompok media video jika dibandingkan dengan media leaflet maka lebih baik media video dengan nilai (MD=5,46) dan  $\text{sig}=0,047<0,05$ . Untuk kelompok media video jika dibandingkan dengan media lembar balik lebih baik pada kelompok media video dengan nilai (MD=6,93) dan  $\text{sig}=0,007<0,05$ . Sedangkan kelompok leaflet lebih baik jika dibandingkan dengan media lembar balik dengan nilai (MD=1,48) dan nilai  $\text{sig}=1,000>0,005$ . Maka responden mengalami peningkatan pengetahuan. Menurut asumsi peneliti pengetahuan dengan video membuat indera penglihatan dan pendengaran aktif sehingga membuat responden lebih dapat mengaktifkan respon pada memorinya, dengan tampilan video yang berlangsung tidak terlalu lama dan

langsung pada inti dari videonya yaitu teknik *woolwich massage* sehingga para ibu-ibu yang hamil tidak terlalu terasa membosankan saat mengikuti proses pemutaran videonya. Menampilkan video dalam peningkatan pengetahuan mampu membuat ibu tidak terlalu merasa bosan dan juga dapat menarik perhatian sehingga bisa berkonsentrasi pada saat pemutaran video berlangsung. Berdasarkan hasil, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh video dalam peningkatan ibu hamil terhadap teknik *Woolwich massage* di Peterongan

#### 4. KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum diputar video teknik woolwich massage. Total responden 30 orang, kategori baik 0 (0%), cukup 1 (3.3%), kurang 29 (96.7%). Data menunjukkan bahwa responden memiliki kategori tingkat pengetahuan kurang dikarenakan masih banyak responden yang belum paham mengenai teknik woolwich massage. Tingkat pengetahuan ibu hamil sesudah diputar video teknik woolwich massage dari 30 responden memiliki kategori pengetahuan baik 2 (6.6%), cukup 13 (42.9%), kurang 15 (50.0%). Hal ini menunjukkan sebagian besar responden tingkat pengetahuan ibu meningkat dari sebelum pemutaran video ibu yang sebelumnya tidak mengetahui teknik woolwich massage setelah pemutaran video teknik Woolwich massage menjadi tahu tentang teknik woolwich massage. Analisis data dari pre-test dan post-test dengan sampel pre dan post sebanyak 30 orang, analisis data pre-test dari skor maximum 45, minimum 0, rentang nilai (range) 45, nilai rata-rata (mean) 6.83, nilai tengah (median) 0. Nilai dari post-test nilai maximum dari pot-test 100, minimum 5, rentang nilai (range) 95, nilai rata-rata (mean) 48.67, dan nilai tengah (median) 52.50, jadi dari data ini dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh dari tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemutaran video teknik Woolwich massage terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. Mulyanah, I. K. Rahmah, and S. Lisnawati, "Program pelatihan untuk ibu hamil dan menyusui berbasis layanan bimbingan dan konseling islami," *Annu. Semin. Islam. Stud.*, vol. 2, no. 1, pp. 655–666, 2018.
- [2] Dewi Andariya Ningsih, "Faktor-faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif," *J. Penelit. Kesehat. Suara Forikes*, vol. 9, no. 2, pp. 2013–2015, 2018, [Online]. Available: <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/9204/pdf>
- [3] D. A. Ningsih, F. D. Yunadi, and M. Retnowati, *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. 2021. [Online]. Available: [https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=luVcEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=info:ITmA64iV5ncJ:scholar.google.com&ots=Izwg3BpTda&sig=aIszhPUITIPfv1Owg4qKuo2FHnM&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=luVcEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=info:ITmA64iV5ncJ:scholar.google.com&ots=Izwg3BpTda&sig=aIszhPUITIPfv1Owg4qKuo2FHnM&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- [4] D. A. Ningsih, L. Fitria, and T. E. Rahayu, "Mengatasi Hambatan dalam Menyusui untuk Para Ibu," *Amalee*, vol. 5, no. 1, pp. 243–251, 2024, doi: 10.37680/amalee.v4i1.2554.
- [5] D. A. Ningsih, "Pengembangan Modul 'Peduli Ibu Hamil' Di Desa Sumberejo Banyuputih Situbondo," *JOMIS (Journal Midwifery Sci.*, vol. 4, pp. 55–62, 2020, [Online]. Available: <https://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/1073>
- [6] Y. J. Adams, M. L. Miller, J. S. Agbenyo, E. E. Ehla, and G. A. Clinton, "Postpartum care needs assessment: women's understanding of postpartum care, practices, barriers, and educational needs," *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 23, no. 1, p. 502, 2023.
- [7] D. Lin, Q. Zheng, Q. Li, X. Lai, P. Lin, and S. Guo, "Breastfeeding knowledge and body image affect breastfeeding attitude of pregnant women: a cross-sectional study," *Sci. Rep.*, vol. 15, no. 1, p. 36874, 2025.
- [8] A. T. Wika, A. Asrina, N. U. Mahmud, Y. Yusriani, F. P. Idris, and S. Sumiaty, "Effectiveness of an Interactive Educational Video on Exclusive Breastfeeding Knowledge Among Pregnant Women in Indonesia: A Quasi-Experimental Study," *An*

- Idea Heal. J.*, vol. 6, no. 01, pp. 79–85, 2026.
- [9] D. A. Ningsih, L. I. Reffita, and I. Zulfa, “The Effect Of Boomi ‘Booklet For Breastfeeding Mothers’ On The Level Of Knowledge Of Primiparous Breastfeeding Mothers: Pengaruh Boomi ‘Booklet Ibu Menyusui’ Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Primipara,” in *Proceeding of Universitas Al-Irsyad National Conference*, 2025, pp. 99–110.
- [10] N. Azizah, H. M. Denny, M. S. Adi, and S. Sulistiyan, “Workplace Lactation Education with Short Videos to Improve Knowledge, Attitudes, and Support,” *Indones. J. Occup. Saf. Heal.*, vol. 15, no. 1, pp. 16–27, 2026.
- [11] D. A. Ningsih and I. Ludvia, *Buku Saku Pintar ASIP*. Penerbit NEM, 2021. [Online]. Available: [https://books.google.co.id/books/about?id=9wgeEAAAQBAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.id/books/about?id=9wgeEAAAQBAJ&redir_esc=y)
- [12] F. Septiana, D. Lukmawati, N. A. Andera, and R. Mildawati, “The Effectiveness of Aloe vera Compress on Changes in Breast Swelling of Breastfeeding Women in the Working Area of the Srengat Health Center,” *J. Sci. Res. Educ. Technol.*, vol. 1, no. 2, pp. 571–579, 2022.
- [13] H. Husnah, S. Sakdiah, and H. Andayani, “Dampak Inisiasi Menyusui Dini Terhadap Penurunan Angka Kematian Bayi,” *J. Kedokt. Nanggroe Med.*, vol. 7, no. 1, pp. 34–42, 2024.
- [14] D. A. Ningsih, *Persiapan Masa Nifas Yang Menyenangkan Berdasarkan Evidence Based*. Serang: CV. AA RIZKY, 2020.
- [15] D. A. Ningsih and M. Rohmah, “The Contents of Islamic Character Values in Breast Milk Handbook,” *Int. J. Nurs. Midwifery Sci.*, 2021, doi: 10.29082/IJNMS/2021/Vol5/Iss3/367.
- [16] M. Kalhor *et al.*, “Predictors of exclusive breastfeeding: a systematic review and meta-analysis,” *Int. Breastfeed. J.*, vol. 20, no. 1, p. 52, 2025.
- [17] D. A. Ningsih *et al.*, “Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich Dan Do’a Pilihan Menggunakan Roll On Saun Oil terhadap Efikasi Diri Ibu Menyusui,” *JOMIS (Journal Midwifery Sci.*, vol. 9, no. 2, pp. 232–243, 2025, doi: <https://doi.org/10.36341/jomis.v9i2.5637>.
- [18] D. P. Seruni and M. Jannah, “The Effectiveness of Woolwich Massage and Relaxation Music on Increasing Breast Milk Production: A Literature Review,” *J. Multidisiplin Sahombu*, vol. 6, no. 01, pp. 273–279, 2026.
- [19] D. A. Ningsih and R. Fakhurrizi, *Urgensi ASI bagi Bayi dari Perspektif Islam dan Medis*. Sijunjung: PT. Insan Cendekia Mandiri Group, 2026. [Online]. Available: [https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=E67PEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&ots=ILllywjmIF&sig=P-r81rmklHqt-uhXAAjSippDyp4&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=E67PEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA3&ots=ILllywjmIF&sig=P-r81rmklHqt-uhXAAjSippDyp4&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- [20] P. Qian *et al.*, “Decision-making process of breastfeeding behavior in mothers with gestational diabetes mellitus based on health belief model,” *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 23, no. 1, p. 242, 2023.
- [21] D. McGuinness *et al.*, “Breastfeeding related knowledge, attitudes, perceptions and practices of primary healthcare professionals in Ireland: A national cross-sectional survey,” *PLoS One*, vol. 20, no. 4, p. e0320763, 2025.
- [22] D. H. Sukma and S. Novelia, “The effectiveness of Woolwich massage on the smooth flow of breast milk in postpartum mothers in the Kampung Melayu sub-district, Bengkulu City,” *Int. J. Midwifery Heal. Sci.*, vol. 4, no. 1, pp. 39–50, 2026.
- [23] S. Ramadhani, L. Sitoayu, Y. P. Fitri, Y. Ismawati, and P. Ronitawati, “Edukasi melalui video meningkatkan pengetahuan Ibu hamil tentang ASI eksklusif,” *J. Ris. Gizi*, vol. 12, no. 1, pp. 52–59, 2024.

- [24] R. Komalasari, N. Khofiyah, and M. S. Daryanti, "Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang ASI Eksklusif Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Danurejan 1 Yogyakarta," *Borneo Nurs. J.*, vol. 8, no. 1, pp. 227–237, 2026.
- [25] W. O. S. Nurhaliza, S. I. Kom, and M. I. Kom, "Menggali Lebih Dalam: Peran Sensasi Dan Persepsi Dalam Komunikasi Interpersonal".
- [26] B. Pommeret-de Villepin, C. Barasinski, and V. Rigourd, "Initiating and supporting breastfeeding: guidelines for interventions during the perinatal period from the French National College of Midwives," *J. Midwifery Womens. Health*, vol. 67, pp. S56–S73, 2022.
- [27] L. S. Widiadnyani, N. W. Armini, and R. Tedjasulaksana, "Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil yang Bekerja Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi Tentang ASI Eksklusif Melalui Media Video," *RIGGS J. Artif. Intell. Digit. Bus.*, vol. 5, no. 1, pp. 3196–3207, 2026.
- [28] N. Çınar, Ö. K. Suzan, S. Topal, and S. Pekşen, "Mothers' breastfeeding attitudes when lactation overlaps with a new pregnancy," *Malawi Med. J.*, vol. 34, no. 1, p. 53, 2022.
- [29] P. Douglas, "Re-thinking benign inflammation of the lactating breast: classification, prevention, and management," *Women's Heal.*, vol. 18, p. 17455057221091348, 2022.
- [30] N. Safitri, "Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester III di Palangka Raya: Family-Based Health Education Using Video to Improve the Knowledge and Attitude on Exclusive Breastfeeding Among Pregnant Women in the 3rd Trimester in the Working Area of Pahandut Public Health Center, Palangka Raya," *J. Surya Med.*, vol. 8, no. 1, pp. 54–64, 2022.