
EFEKTIFITAS WOOLWICH MASSAGE TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK PRATAMA SUNGGAL TAHUN 2021

Tiarnida Nababan¹, Vivi Lestari Solin², Rejeki Ritonga³, Indah Lestari Pratiwi Zai⁴, Julpien Buulolo⁵

Program Studi S1 Kebidanan Universitas Prima Indonesia solinvivilestari@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL:

Riwayat Artikel:

Tanggal di Publikasi:
Maret 2021

Kata kunci:

Woolwich Massage;
Kelancaran Produksi ASI

ABSTRAK

Word Health Organisation (WHO) menyarankan konsumsi ASI dengan Eksklusif bayi selama 6 bulan tanpa disertai tambahan asupan apapun, namun masih banyak ibu yang menghasilkan ASI Eksklusif untuk bayi mereka dikarenakan ASI nya tidak keluar dengan hingga tidak mencukupi keperluan bayinya. Woolwich massage adalah contoh terapan yang diberikan kepada ibu nifas untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI. Woolwich massage diaplikasikan pada daerah sinus laktiferus sekitar 1-1,5 cm diatas areola mammae dengan tujuan untuk mempercepat pengeluaran ASI yang berada di sinus laktiferus. Studi ini memiliki tujuan untuk memahami dampak woolwich massage terhadap kelancaran sekresi ASI pada ibu nifas. Desain penelitian ini menggunakan pra eksperimen atau *pre experimental* dengan rancangan one group pre-test dan post-test design. Sampel pada studi ini adalah ibu nifas yang berkunjung ke Klinik Pratama Sunggal dengan subyek penelitian sejumlah 10 orang. Teknik pengambilan data memanfaatkan teknik analisis Bivariat dan Uji t dengan lembar observasi. Hasil studi menyatakan bahwa semua partisipan (100%) mengalami kelancaran ASI yang lancar. Hasil analisa data didapatkan dengan uji Wilcoxon menggunakan software SPSS, nilai Z = -4,344^b dan nilai p-value = 0,000 dengan taraf signifikansi $0,05$. Berdasarkan hasil studi ini disimpulkan bahwa kelancaran pengeluaran ASI dapat meningkat dengan pemberian terapi Woolwich Massage.

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang diekskresi oleh kelenjar payudara. ASI merupakan nutrisi paling baik untuk bayi terkhusus bagi bayi berusia 0-6 bulan, karena pada ASI terkandung banyak gizi yang diperlukan bayi dalam proses tumbuh kembang yang baik. Proses menyusui atau laktasi mempengaruhi peningkatan produksi air susu pada ibu, karena hisapan yang semakin sering dilakukan bayi dapat meningkatkan produksi ASI (William, dkk, 2017).

Menyusui secara eksklusif dapat membantu membangun antibody pada bayi, sehingga terlindung dari berbagai penyakit seperti diare dan pneumonia. Peningkatan angka menyusui secara internasional memiliki kesempatan untuk berpotensi menolong lebih dari 820.000 nyawa anak usia balita serta mampu memperlambat peningkatan 20.000 kasus kanker payudara setiap tahunnya pada wanita (UNICEF, 2020). Pengeluaran ASI akan berkurang menjadi 500-600 ml saat melebihi 6 bulan pertama. Menurut studi, 38% ibu di Indonesia berhenti meminum ASI akibat kurangnya sekresi ASI, yang mengakibatkan ibu menjadi khawatir dan tidak menyusui bayinya yang akan mengakibatkan tidak adanya hisapan pada puting susu ibu. Sehingga mempengaruhi produksi dan fungsi kerja hormone oksitosin serta hormone prolaktin yang mengakibatkan produksi ASI semakin berkurang (Doko, dkk, 2019).

Berdasarkan data pada tahun 2017 bayi yang sudah diberikan ASI Eksklusif di Sumatera Utara adalah satu dari lima Provinsi yang belum memenuhi ketentuan Renstra Nasional yaitu 36,93% sedangkan target Renstra tahun 2017 44%. Cakupan data bayi yang sudah menerima ASI Eksklusif di Sumatera Utara sebesar 34,86% pada tahun 2018. Sebanyak 2,07% penurunan terjadi dari sebelumnya yang mengakibatkan ketidakberadaan kenaikan cakupan bayi yang sudah menerima ASI Eksklusif serta target

Renstra Nasional belum terpenuhi (Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2018).

Banyak hal yang dapat dilaksanakan untuk memperbanyak produksi ASI pada ibu sehabis persalinan dengan tujuan untuk memberi rangsangan akan produksi hormon oksitosin serta prolaktin. Contoh teknik yang dapat diterapkan guna memperlancar produksi ASI yaitu dapat distimulasi memanfaatkan woolwich massage. Woolwich massage diaplikasikan pada daerah sinus laktiferus kurang lebih 1-1,5 cm di atas areola mammae, yang bertujuan untuk mengsekresi ASI yang terdapat di sinus laktiferus. Pijat woolwich akan memberi rangsangan bagian sel syaraf payudara, yang kemudiandilanjutkan ke hipotalamus sehingga diterimadi hipofisis anterior guna memproduksi hormone prolaktin yang bertugas mengalirkan darah menuju sel mioepitelagarmenghasilkan dan meningkatkan volume ASI serta menghalangi penyumbatan pada payudara yang dapat mengakibatkan pembengkakan pada payudara (Yulianti, 2017).

Menurut data survey awal yang diperoleh dari Klinik Pratama Sunggal pada tanggal 7 November 2020, jumlah seluruh Ibu Nifas dari bulan September, Oktober, dan November sebanyak 26 Ibu nifas. Setelah dilakukan wawancara kepada 10 Ibu Nifas ternyata terdapat 5 Ibu Nifas yang tidak menyusui bayinya akibat mengalami gangguan terhadap pengeluaran ASI, sehingga peneliti mengambil judul tentang “Efektifitas Woolwich Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2020”.

METODE PENELITIAN

Studi ini merupakan studi kuantitatif dengan metode *pre-eksperimen*. Studi ini memanfaatkan perencanaan *one group pre-test design* yaitu subyek diobservasi sebelum dilaksanakan intervensi dan *post-test design* yaitu subyek di observasi setelah dilaksanakan intervensi

(Notoadmodjo,2016). Penelitian ini diselenggarakan pada bulan Januari 2021. Populasi pada studi ini adalah seluruh ibu nifas yang berada di Klinik Pratama Sunggal Medan Tahun 2021 sebanyak 30 orang. Melalui studi ini sample diperoleh dengan Total Sampling, dimanasesua populasi akan dijadikan sampel. Jumlah sampel pada studi ini berjumlah 30 individu. Data dianalisa dengan analisa bivariat dan analisa univariat yang memanfaatkan SPSS dengan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden yang Mendapat *Woolwich Massage* di Klinik Pratama Sunggal Medan Tahun 2021.

No.	Variable	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Umur (Tahun)		
	25-30	14	46,7
	31-35	12	40,0
	36-40	4	13,3
	Total	30	100
2.	Pekerjaan		
	IRT	16	53,3
	Wiraswasta	9	30,0
	Pegawai	5	16,7
	Total	30	100
3.	Pendidikan		
	SMA	20	66,7
	D III	6	20,0
	S 1	4	13,3
	Total	30	100

4.	Perawatan Payudara		
	Pernah	8	26,7
	Tidak Pernah	22	73,3
	Total	30	100
5.	Paritas		
	Primipara	5	16,7
	Sekundipara	13	43,3
	Multipara	12	40,0
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 3.1 mengenai karakteristik partisipan, mayoritas partisipan berumur 25-30 tahun sebanyak 14 (46,7%), sedangkan partisipan berumur 31-35 tahun sebanyak 12 (40%) dan minoritas partisipan berumur 36-40 orang sebanyak 4 (13,3%). Berdasarkan karakteristik pekerjaan partisipan, mayoritas partisipan mempunyai profesi sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 16 (53,3%), minoritas responden memiliki pekerjaan sebagai pegawai sebanyak 5 (16,7%) serta partisipan yang mempunyai profesi sebagai wirausaha berjumlah 9 orang (30%). Kategoripartisipan menurun tingkat pendidikan, Sebagian besar partisipan berpendidikan SMA 20 (66,7%), sedangkan partisipan berpendidikan D3 sebanyak 6 (20%), dan minoritas partisipan berpendidikan S1 sebanyak 4 (13,3%). Karakteristik responden berdasarkan perilaku perawatan payudara, mayoritas partisipan tidak pernah melakukan perawatan payudara sebanyak 22 (73,3%), dan minoritas partisipan pernah melakukan perawatan payudara sebanyak 8 (26,7%). Karakteristik partisipan berdasarkan paritas, mayoritas secundipara sebanyak 13 (43,3%), sedangkan primipara sebanyak 12 (40%) dan minoritas primipara sebanyak 5 (16,7%).

Analisa Univariat

Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum (*Pre Test*)

Woolwich Massage pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Lancar	7	23,3
Cukup	9	30,0
Kurang	14	46,7
Total	30	100

Menurut tabel 3.2 diperoleh hasil yakni dari 30 partisipan, mayoritas partisipan mempunyai kelancaran pengeluaran ASI kurang sebanyak 14 (46,7%), sedangkan responden yang memiliki kelancaran pengeluaran ASI cukup sebanyak 9 (30%), dan minoritas responden memiliki kelancaran pengeluaran ASI lancar sebanyak 7 (23,3%), sebelum dilakukan *Woolwich Massage*.

Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI Sesudah (Post Test) Woolwich Massage pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021.

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Lancar	30	100
Cukup	0	0
Kurang	0	0
Total	30	100

Menurut tabel 3.3 didapatkan hasil bahwa seluruh responden yang mendapatkan *Woolwich Massage* sebanyak 30 (100%) mengalami pengeluaran ASI yang lancar, tidak ada responden yang mengalami sekresi ASI yang cukup dan kurang setelah dilakukan *Woolwich Massage*.

Analisa Bivariat

Tabel 3.4 Efektifitas Woolwich Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021

Intervensi N Mean Z p-value
Woolwich Massage

<i>Pre test</i>	30	12.0	-	0.000
<i>Post test</i>	30	0.0	4.344 ^b	

Berdasarkan tabel 3.4 hasil uji *Wilcoxon signed rank* sesudah (*post test*) serta sebelum (*pre test*) pengaplikasian *Woolwich Massage* untuk semua partisipan yang berjumlah 30 orang, nilai $Z = -4.344^b$ dan $p\text{-value} = 0.000$ dengan taraf signifikan $p < 0.05$, menyatakan keberadaan kemampuan *Woolwich Massage* atas kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021.

PEMBAHASAN

Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum dilakukan Woolwich Massage

Berdasarkan hasil studi sebelum dilaksanakan terapi *Woolwich Massage* pada ibu nifas, yaitu dari seluruh responden mayoritas yang mengalami sekresi ASI kurang sebanyak 14 orang (46,7%) dengan nilai $mean = 12.0$, hal ini ditandai dengan hasil pengisian kuesioner yang diisi oleh responden sebelum dilakukan *Woolwich Massage*. Mayoritas paritas pada studi ini yakni secundipara yang berjumlah 13 individu (43,3%) yang masih mempunyai pengetahuan serta pengalaman yang kurang dalam perawatan payudara pada masa nifas.

Menurut *UNICEF* dalam penelitian yang dilakukan oleh Liberty B dan Faradila U (2018) dengan judul “Efektifitas Pijat Woolwich Terhadap Produksi ASI di BPM APPI Amelia Bibis Kasihan Bantul”, menyatakan bahwa pengaplikasian intervensi pijat woolwich akan memberi rangsangan sekresi hormon endorpin yang adalah protein yang dihasilkan oleh sel-sel dari system saraf yang berguna untuk mengurangi rasa sakit serta stress, sehingga produksi hormon oksitosin meningkat dan mempengaruhi produksi ASI. Hal ini juga didukung oleh Iffrig (2017), dalam jurnalnya yang berjudul “Pengaruh Pijat Woolwich dalam Produksi ASI ibu Nifas” yang

menyampaikan bahwa contoh stimulasi yang ampuh untuk pengeluaran ASI yaitu melakukan pijat pada payudara.

Menurut WHO (*World Health Organisation*) dalam penelitian Liberty B dan Faradila U (2018), salah satu usaha yang dapat diperbuat untuk memberi stimulus pmebentukanhormone oksitosin dan prolaktin pada ibu setelah nifas yaitu menyarankan ibu supaya dalam keadaan tenang dan rileks, sehingga pijat woolwich dapat dilakukan dengan baik. Dimana pijatan akan menstimulasi sel saraf pada payudara, yang akan dilanjutkan ke hipotalamus sehingga diproses hipofisis anterior agar menghasilkan hormon prolaktin yang akan meningkatkan pengeluaran produksi ASI.

Kelancaran Pengeluaran ASI Setelah dilakukan Woolwich Massage

Menurut hasil penelitian setelah terapi *Woolwich Massage* yang diterapkan pada ibu nifas, responden yang mengalami kelancaran pengeluaran ASI yang signifikan dari nilai mean=12.0 menjadi mean=0.0 dan semua partisipan merasakan kenaikan pada sekresi ASI. Hal ini menandakan bahwa kelancaran sekresi ASI pada ibu nifas mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan terapi *Woolwich Massage*.

Penemuan tersebut sesuai dengan studi Badrus (2018), yang memberikan contoh usaha yang dapat diterapkan guna menstimulushormone oksitosin dan prolaktin bagi ibu nifas yaitu dengan menghasilkan perasaan tenang bagi ibu yakni lewat penerapan *woolwich massage*. Dimana pada studi tersebut diperoleh hasil bahwa setelah *woolwich massage* diberikan maka terjadi peningkatan produksi ASI.

Hal ini juga sejalan dengan hasil studi Pamuji (2017), yang menurut hasil penelitiannya menyimpulkan rata-rata peningkatan kadar hormone prolaktin setelah pemberian *woolwich massage* pada kategori intervensi lebih tinggi jika disandingkan dengan kategori control, demikian juga volume ASI mempunyai nilai rata-rata kenaikan yang signifikan. Menurut observasi ini, dampak *Woolwich Massage* yang diaplikasikan untuk ibu nifas merupakan contoh unsur yang berpengaruh besar terhadap kenaikan pada sekresi ASI. Oleh

sebab itu, saat intervensi *Woolwich Massagediberi* secara berkala untuk ibu nifas, ibu tidak usah mengkhawatirkan sekresi ASI serta pemenuhan gizi yang didapatkan oleh bayi, karena ASI yang dikeluarkan akan bertambah dengan otomatis.

Efektifitas Woolwich Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI

Berdasarkan hasil studi yang dilaksanakan oleh peneliti, diperoleh kenaikan yang signifikan atas kelancaran sekresi ASI pada ibu nifas setelah dilakukan terapi *Woolwich Massage*. Sebanyak 30 responden diberikan terapi *Woolwich Massage* dan setelah dilakukan uji *Wilcoxon signed ranks* sudah (*post test*) serta sebelum (*pre test*) kepada semua partisipan dengan nilai $Z = -4,344^b$ dan $p\text{-value} = 0.000$ dan dengan taraf signifikansi $p < 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi *Woolwich Massage* yang diberikan pada ibu nifas di Klinik Pratama Sunggal mempunyai hasil yang signifikan dalam peningkatan kelancaran produksi ASI, dimana terapi *Woolwich Massage* yang diterapkan untuk seluruh partisipan menurut metode *Woolwich Massage*.

Hasil penelitian ini sudah sejalan dengan jurnal studi yang dilaksanakan oleh Fadriah 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_0 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 melalu cara woolwich massage merupakan contoh cara untuk merawat ibu nifas agar sekresi ASI menjadi lancar.

Kesimpulan

Hasil yang diperoleh dari penelitian yang berjudul “Efektifitas Woolwich Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Klinik Pratama Sunggal Tahun 2021”

menyatakan bahwa sebelum intervensi Woolwich Massage dilakukan, kelancaran pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas didapatkan nilai mean adalah 12.0, sedangkan setelah intervensi Woolwich Massage dilakukan, kelancaran pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas mengalami perubahan yang signifikan dengan nilai mean menjadi 0.0 dan nilai p-value =0.000. sehingga dapat disimpulkan bahwa kelancaran produksi ASI pada ibu nifas di klinik Pratama Sunggal efektif dapat ditingkatkan dengan melakukan terapi woolwich massage.

DAFTAR PUSTAKA

- Artanty, Wenny. Susanty Lesmana. (2018). Panduan Pintar Menyusui. Yogyakarta: Andi.
- Astuti, dkk. (2016). Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Erlangga, Jakarta.
- Bidan dan Dosen Kebidanan Indonesia. (2018). Kebidanan : Teori dan Asuhan. Jakarta : EGC.
- Budiasih, Kun Sri. (2017). Handbook Ibu Menyusui. Bandung: PT. Karya Kita.
- Jahriani, N. (2019). Pengaruh Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Kelurahan Serdang. *ExcellentMidwiferyJournal*, 2 (2), 14-20.
- Jiwantoro, Y. A. (2017). Riset Keperawatan: Analisis Data Statistik Menggunakan SPSS. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- M, Rochmah, dkk. (2017). Asuhan Neonatus, Bayi dan Balita. Kedokteran EGC, Jakarta.
- Masruroh. (2017). Buku Panduan Praktik Keterampilan Asuhan Nifas. Yogyakarta: PatamaPublishing.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. PT. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nugroho, Taufan. (2018). ASI dan Tumor Payudara. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Siti Emiyati berkah Pamuji, dkk. (2019). Pengaruh Metode Pijat Woolwich Terhadap Kadar Hormon Prolaktin. *Jurnal Undip Semarang*, Semarang.
- Soetjningsih. (2018). ASI: Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan. Jakarta: EGC.
- Sri, Purwati. (2017). Konsep Penerapan ASI Eksklusif. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Widayanti, W. (2016). Efektifitas Metode ‘SPEOS’ Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin dan Sugestif Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas. *Diponegoro Universitas Institutional Repository*, Semarang.
- William, dkk. (2017). Proses Menyusui dan Laktasi. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Yulianti, ND. (2017). The ImpactOfCombinationOfRollingAndOketaniMassage On Prolacting Level andBreast Milk. Jakarta.