

**PERBEDAAN PIJAT WOOLWICH DAN PIJAT OKSITOSIN TERHADAP
KELANCARAN ASI PADA IBU NIFAS HARI KE 1 – 3 DI PRAKTIK
MANDIRI BIDAN DINCE SAFRINA KOTA PEKANBARU**

Yeni Aryani¹, Zuchrah Hasan¹, Pratiwi Atikasari²
¹Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau
²Alumni Prodi D-IV Kebidanan

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama dan utama untuk bayi diawal kehidupannya. Salah satu kendala dalam pemberian ASI secara dini adalah ketidaklancaran pengeluaran ASI pada ibu setelah melahirkan sebesar 67%. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk melancarkan ASI adalah dengan melakukan pijat *woolwich* dan pijat oksitosin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pijat *woolwich* dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas hari ke 1-3 di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan rancangan *two group post test design*, penelitian ini dilakukan dari bulan Maret-Juni 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas normal di PMB Dince Safrina, sampel diambil dengan metode *purposive sampling*, jumlah responden 30 orang ibu nifas, kelompok intervensi pijat *woolwich* 15 responden dan kelompok intervensi pijat oksitosin 15 responden. Hasil penelitian didapatkan rata-rata pijat *woolwich* adalah 9,00 dan rata-rata pijat oksitosin adalah 9.93. Hasil uji statistik *Mann Whitney U* dengan taraf signifikansi 95% didapatkan hasil bahwa ada perbedaan kelancaran ASI antara ibu yang dilakukan pijat *woolwich* dan ibu yang dilakukan pijat oksitosin dengan *p-value* 0.001. Disarankan kepada para bidan untuk dapat menerapkan intervensi pijat oksitosin pada ibu nifas sebagai alternatif untuk melancarkan produksi ASI.

Kata Kunci : Pijat Woolwich, Pijat Oksitosin, Kelancaran ASI
Daftar Pustaka : 33 (2008-2018)

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan pertama dan utama untuk bayi diawal kehidupannya sehingga tidak ada jenis makanan lainnya yang mampu menandingi kualitas ASI. Pemberian ASI sebagai salah satu tindakan yang memberikan pengaruh paling besar terhadap kelangsungan hidup anak, baik pertumbuhan, dan perkembangannya (Astutik, 2014).

World Health Organization (WHO) merekomendasikan standar emas pemberian ASI sejak lahir sampai dengan umur 6 bulan dan meneruskan pemberian ASI hingga anak berumur 2 tahun (Kemenkes, 2014). Negara Indonesia juga sudah memiliki peraturan resmi yang mengatur tentang pemberian ASI yaitu tercantum dalam Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI dan pola pemberian nutrisi terbaik untuk bayi baru lahir sampai usia 2 tahun (Kemenkes, 2012).

Pemberian ASI berdasarkan Data Kemenkes Indonesia di Indonesia tahun 2018 jumlah bayi yang mendapatkan ASI mencapai 37,3%, angka tersebut mengalami penurunan dibandingkan pada tahun 2017 yang mencapai 46,7%, sedangkan cakupan pemberian ASI di Provinsi Riau tahun 2018 yaitu sebesar 37,0%. Capaian ini sedikit meningkat dibandingkan tahun 2017 sebesar 32,7% (Kemenkes, 2018), namun angka tersebut masih terbilang rendah. Sementara di kota Pekanbaru pemberian ASI pada tahun 2016 mencapai 50,67%. Dari 20 Puskesmas yang berada di kota Pekanbaru Puskesmas Rumbai termasuk dalam cakupan pemberian ASI terendah yaitu sebesar 42,67% (Dinkes Kota Pekanbaru, 2017).

Rendahnya pemberian ASI dikarenakan oleh beberapa kendala

antara lain kurangnya pengetahuan ibu tentang ASI, ibu menghentikan pemberian ASI karena merasa ASI keluar sedikit dan kurang untuk mencukupi kebutuhan nutrisi bayinya dan gencarnya promosi susu formula sehingga ibu-ibu memilih alternatif memberikan susu tambahan kepada bayinya (Astuti, 2014).

Pemberian ASI secara dini akan merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dalam merangsang pengeluaran ASI. Pengeluaran ASI yang lancar akan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan proses menyusui. Penurunan jumlah produksi ASI pada hari pertama sampai hari ke tiga setelah melahirkan dapat disebabkan karena kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran produksi ASI (Roesli, 2009).

Berbagai alternatif dapat dilakukan untuk meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu setelah melahirkan serta untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin selain dengan memeras ASI, dapat juga dilakukan dengan melakukan perawatan payudara, Inisiasi Menyusu Dini (IMD), nutrisi, pijatan-pijatan seperti metode pijat *woolwich*, pijat oksitosin, teknik marmet dan lain-lain (Yuliati, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan Pamuji (2014) dengan judul “pengaruh kombinasi metode pijat *woolwich* dan endorphine terhadap kadar hormon prolaktin dan volume ASI” menyatakan bahwa hasil pijat *woolwich* dapat menstimulus pengeluaran ASI dengan hasil volume ASI pada kelompok pra dan pasca tindakan terdapat perbedaan dengan $p\text{-value} 0,005 < \alpha (0,05)$. Selain penelitian diatas ada penelitian lain yang

mendukung bahwa pijat woolwich dapat. Penelitian tersebut adalah penelitian yang dilakukan oleh Nuraningsih (2016) yang membuktikan bahwa pijat woolwich dapat menstimulasi pengeluaran ASI dengan hasil p-value 0,035.

Cara lain yang dapat dilakukan adalah metode pijat oksitosin yaitu suatu tindakan pemijatan yang memberikan sensasi rilek dan memberikan rasa nyaman pada ibu setelah melahirkan yang dilakukan pada daerah punggung yang merangsang prolaktin dan oksitosin untuk pengeluaran ASI (Susanto, 2018).

Hasil penelitian yang mendukung pijat oksitosin dapat menstimulus pengeluaran ASI adalah penelitian yang dilakukan Rahayu dan Yunarsih (2018) dalam jurnalnya yang menyebutkan bahwa ada perbedaan peningkatan produksi ASI yang signifikan setelah dilakukan pijat oksitosin dengan hasil nilai $p = 0,013$. Dari berbagai penelitian tentang pijat woolwich dan pijat oksitosin yang terbukti dapat menstimulus pengeluaran ASI dan dapat meningkatkan kenyamanan pada ibu setelah persalinan. Peneliti melakukan survei pendahuluan di PMB Dince Safrina karena memiliki angka persalinan tertinggi dengan Jumlah persalinan fisiologis di BPM Dince Safrina dari bulan Oktober 2018 – Desember 2018 sejumlah 63 orang, dengan rata-rata perbulan nya 21 ibu nifas.

Wawancara yang dilakukan peneliti kepada 6 ibu nifas pada tanggal 19 sampai 28 Januari 2019 di peroleh informasi sebanyak 4 orang (67%) ibu nifas mengatakan ASI nya keluar sedikit setelah melahirkan dan merasa takut tidak dapat memberikan ASI yang cukup pada bayinya dan mengubah pandangan ibu untuk tidak memilih alternatif lain seperti menambah

menstimulus pengeluaran ASI. pemberian susu formula kepada bayinya dan di pihak PMB sendiri hanya memberikan konseling serta dukungan pemberian ASI dengan menyusui bayinya sesering mungkin serta di PMB sendiri belum ada penatalaksanaan khusus yang di berikan kepada ibu-ibu nifas dalam melancarkan ASI.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Perbedaan pijat woolwich dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru 2019”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental*. Pengumpulan data menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu nifas normal di PMBDince Safrina Kota Pekanbaru pada bulan Maret-Juni 2019. Sampel yang digunakan terdiri dari 15 orang kelompok pijat woolwich dan 15 orang kelompok pijat oksitosin dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisa data yang digunakan yaitu *Uji Mann Whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Tabel 1

Distribusi Rata-rata Kelancaran ASI pada Ibu Nifas dengan Intervensi Pijat woolwich dan pijat oksitosin di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru Tahun 2019

No	Kelompok	n	Mean	SD	Min-Max
1	Pijat Woolwich	15	9,00	0,926	7-10
2	Pijat Oksitosin	15	9,93	0,258	9-10

Pada tabel 1 dapat dilihat rata-rata kelancaran ASI pada ibu nifas kelompo pijat *woolwich* adalah sebesar 9,00 dan pada ibu nifas kelompok pijat oksitosin adalah sebesar 9,93. Artinya rata-rata produksi ASI yang dilakukan pijat oksitosin lebih tinggi dibandingkan yang dilakukan pijat *woolwich*.

Analisis Bivariat

Tabel 2
Perbedaan Kelancaran ASI pada Ibu Nifas dengan Intervensi Pijat Woolwich dan Pijat Oksitosin.

N	Kelompok	n	Mea	Mea	Nilai
O			n	n	P
				Rank	
1	Pijat woolwich	1 5	9,00	10,8 7	0,001
2	Pijat oksitosin	1 5	9,93	20,1 3	

Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa hasil uji statistik *Mann Whitney* didapatkan nilai *p value* yaitu sebesar 0,001 karena nilai *p value* lebih kecil dari pada nilai α 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pijat *woolwich* dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI ibu nifas di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru.

PEMBAHASAN

Rata-Rata Kelancaran ASI

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Dince Safrina

didapatkan hasil rata-rata kelancaran ASI yang dapat dilihat pada tabel 5.2 dapat dilihat hasil rata-rata kelancaran ASI pada kelompok ibu nifas dengan intervensi pijat *woolwich* 9,00 (SD= 0,926) sedangkan rata-rata kelancaran ASI pada kelompok ibu nifas dengan pijat oksitosin 9,93 (SD= 0,258).

Hormon oksitosin disebut juga hormon cinta kasih, sehingga bila kondisi ibu senang, tenang, dan nyaman produksi oksitosin akan meningkat sebaliknya sekresi oksitosin akan menurun pada saat ibu berada dalam keadaan khawatir, takut, atau bahkan cemas. Pijat oksitosin yaitu pemijatan sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang kosta ke lima atau ke enam akan memberikan rasa nyaman dan rilek pada ibu setelah mengalami proses persalinan sehingga sekresi hormon prolaktin dan oksitosin tidak terhambat. Hormon oksitosin ini yang akan merangsang miopitel payudara untuk berkontraksi sehingga ASI akan dikeluarkan dengan lancar (Roesli, 2008).

Hal ini di perkuat oleh penelitian suciawati (2017) didapatkan hasil bahwa rata-rata kelancaran pengeluaran ASI yang dialami oleh ibu nifas yang dipijat oksitosin adalah 1,00 sedangkan untuk ibu nifas tanpa dipijat oksitosin adalah 1,70 . Hasil uji statistik didapatkan *p-value* = 0,000, berarti pada α 5% terlihat ada hubungan yang bermakna antara pelaksanaan pijat oksitosin dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas.

Menurut asumsi peneliti, lebih tingginya nilai rata-rata pijat oksitosin dibandingkan pijat *woolwich* karena adanya rasa nyaman yang dirasakan ibu setelah dilakukan pijat oksitosin, sehingga hormon oksitosin dapat memproduksi dengan baik. Bersamaan dengan terbentuknya hormon oksitosin, hipofise anterior mengeluarkan hormon

prolaktin yang berfungsi untuk membuat air susu sehingga proses laktasi lancar dan bayi mendapatkan cukup ASI. Teori yang dikemukakan oleh sulistyawati (2009) bahwa hal-hal yang dapat mengurangi produksi oksitosin antara lain malu untuk menyusui, rasa khawatir, kurang dukungan dan sebagainya. Hal tersebut tidak terjadi karena ketika selesai diberi pemijatan ibu mengatakan tubuhnya menjadi rileks dan rasa nyaman ketika memberikan ASI kepada bayinya.

Perbedaan Pijat *Woolwich* dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran ASI

Secara fisiologis sejak hari ketiga sampai hari keenam setelah persalinan, ASI secara normal dihasilkan payudara menjadi sangat penuh. Hal ini bersifat fisiologis karena pengeluaran ASI dengan hisapan dari bayi dapat merangsang produksi ASI (Prasetyono, 2009). Pada penelitian ini didapatkan hasil pengukuran ASI hari keempat dengan hasil p -value 0,001 artinya bahwa ada perbedaan kelancaran ASI antara ibu nifas yang diberi intervensi pijat *woolwich* dan pijat oksitosin. Hal tersebut dapat diasumsikan ibu nifas yang diberikan intervensi pijat *woolwich* dan pijat oksitosin memiliki perbedaan dalam kelancaran ASI.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Latifah (2015) dengan judul “Perbandingan *Breast Care* dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum Normal” didapatkan hasil bahwa nilai p -value $0,008 < 0,005$ yang berarti bahwa ada perbedaan antara *breast care* dengan pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu postpartum normal.

Penghisapan atau rangsangan pada payudara tidak saja merangsang pelepasan hormon oksitosin tetapi juga merangsang produksi prolaktin. Selama

laktasi, setiap kali ada hisapan pada payudara ASI yang berada didalam sinus laktiferus tertekan keluar. Semakin sering bayi menyusui, semakin banyak susu yang keluar melalui puting payudara maka semakin banyak susu yang di produksi untuk pemberian berikutnya (Sherwood, 2011).

Perawatan payudara dengan metode pijat *woolwich* adalah salah satu metode perawatan pada ibu nifas yang dapat meningkatkan kelancaran ASI. Metode ini didasarkan bahwa pengaliran ASI lebih penting dari sekresi ASI. Metode pijat *woolwich* ini dapat mempengaruhi saraf vegetatif dan jaringan bawah kulit menjadi melemas sehingga memperlancar aliran darah pada sistem duktus sehingga aliran ASI akan menjadi lancar (Pamuji, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian kelancaran ASI ibu nifas di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru menunjukkan bahwa kelancaran ASI dengan intervensi pijat *woolwich* mempunyai rata-rata 9,00 (SD: 0,926) lebih rendah dibanding yang dilakukan pijat oksitosin. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Retnowati (2016) didapatkan hasil nilai p -value $0,043 < 0,05$ artinya ada perbedaan lama waktu pengeluaran ASI yang di lakukan perawatan payudara dengan nilai rata-rata 4,73.

penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian yang dilakukan Nuraningsih (2016) didapatkan hasil bahwa kecukupan ASI setelah dilakukan pijat *woolwich* sebagian besar adalah sebanyak 10 orang (62,5%) lebih sedikit dibanding pijat marmet. Pada penelitian ini rendahnya rata-rata kelancaran ASI pada pijat *woolwich* disebabkan karena ibu jarang menyusui bayinya sesering mungkin. Menurut Barokah (2017) selain memperlancar ASI, pijat *woolwich* juga memberikan kenyamanan pada ibu nifas, mengurangi

sumbatan ASI, serta dapat mempertahankan produksi ASI. Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan data bahwa pijat oksitosin lebih tinggi karena sebagian besar paritas ibu adalah multipara. Menurut Sinaga (2015) produksi ASI mengalami peningkatan meskipun tidak terlalu banyak sesuai dengan peningkatan jumlah kelahirannya karena seseorang yang sudah pernah melahirkan akan memiliki pengalaman yang lebih dalam proses pemberian ASI, dimana pada penelitian ini jumlah paritas yang terbanyak adalah multipara sebanyak 11 orang (73,3%) dan sebanyak 86,7% berhasil IMD selama 1 jam pertama kehidupan yang berperan dalam meningkatkan produksi ASI.

KESIMPULAN

- Rata-rata kelancaran ASI pada ibu nifas yang dilakukan pijat *woolwich* adalah 9,00.
- Rata-rata kelancaran ASI pada ibu nifas yang dilakukan pijat oksitosin adalah 9,93.
- Terdapat perbedaan kelancaran ASI antara ibu nifas yang dilakukan pijat *woolwich* dan pijat oksitosin. Didapatkan nilai $p (0,001) < \alpha (0,05)$. Maka, Ada perbedaan pijat *woolwich* dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di PMB Dince Safrina Kota Pekanbaru.

SARAN

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan, referensi pembelajaran dan penelitian selanjutnya di Poltekkes Kemenkes Riau khususnya serta mahasiswa kesehatan lainnya.

2. Bagi Instansi Tempat Penelitian

Diharapkan bagi PMB Dince Safrina dapat menerapkan intervensi pijat oksitosin dan menjadikan sebagai SOP dalam pelayanan masa nifas sebagai alternatif untuk mengatasi ketidaklancaran ASI.

3. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan dapat untuk melanjutkan penelitian tersebut dengan jumlah sampel yang lebih banyak, homogen, dapat mengkombinasikannya dengan metode non farmakologi lainnya yaitu pijat oksitosin dengan teknik marmet.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, Dkk. 2015. *Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Erlangga.
- Barokah, L. (2017) *Pengaruh Pijat Woolwich terhadap Produksi ASI Di BPM Appi Amelia Bibis Kasihan Bantul. Pengembangan Sumber Daya Pedesaan Dan Kearifan Local Berkelanjutan*. 7, 17-18.
- Dinkes Provinsi Riau. 2017. *Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2016*. Pekanbaru : Dinkes Profinsi Riau.
- _____. Kota Pekanbaru. 2017. *Profil Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2016/2017*. Pekanbaru : Dinkes Profinsi Riau.
- Kemenkes RI .2012. *Peraturan Pemerintah RI Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI Eksklusif*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI

- _____.2018. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Jakarta : Kementerian Kesehatan .
- _____.2018. InfoDATIN Menyusui Sebagai Dasar Kehidupan. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi.
- _____.2018. *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Latifah, L (2015). *Perbandingan Breast Care Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Normal*.
- Pamuji., Supriyana., & Rahayu. (2014) *Pengaruh Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Endorphine Terhadap Kadar Hormon Prolaktin dan Volume ASI (Studi Pada Ibu Postpartum Di Griya Hamil Sehat Mejasem Kabupaten Tegal)*. 5(1).
BHAMADA, JITK.
- Prasetyono,D.S.2009.*ASI Eksklusif Pengenalan, praktik dan kemanfaatan kemanfaatannya*. Diva Press.Yogyakarta.
- Roesli, U.2008.*Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Sinaga, & Oktarina, N. (2015). *Perbandingan pengaruh breast care dan pijat oksitosin terhadap produksi air susu ibu post sectio caesaria di ruang nifas RSUD kota Bandung* (p. 8)
- Suciawati, A. (2017). *Efektifitas Pijat Oksitosin terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas*. (61), 201–206.
- Sulistiyawati, A .2 009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Yulianti, ND. (2017) *The Impact Of Combination Of Rolling And Oketani Massage On Prolactin Level And Breast Milk*.