

## **PENGARUH *WOOLWICH MASSAGE* TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI IBU *POSTPARTUM* DI RUMAH SAKIT WILAYAH KABUPATEN WONOSOBO**

**Sapti Widadi<sup>1</sup>, Nazilla Nugraheni<sup>2</sup>, Marwiati<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> S1 Keperawatan Universitas Sains Al-Qur'an

<sup>2</sup> Prodi D3 Kebidanan Universitas Sains Al-Qur'an

<sup>3</sup> Prodi S1 Keperawatan Universitas Sains Al-Qur'an  
[fikesnazila@gmail.com](mailto:fikesnazila@gmail.com)

---

### **INFO ARTIKEL**

---

**Riwayat Artikel :**

Diterima : 10 Agustus 2023

Disetujui : 20 September 2023

---

**Kata Kunci :**

*postpartum, woolwich  
massage, kelancaran ASI*

---

### **ABSTRAK**

Air susu ibu (ASI) adalah susu yang mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh dan berkembang. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan hormon laktasi adalah dengan melakukan perawatan payudara. Merangsang oksitosin dan prolaktin pada ibu *postpartum* adalah dengan menciptakan perasaan rileks, salah satunya dengan melakukan *woolwich massage*. **Tujuan** penelitian untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *woolwich massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu *postpartum*. **Metode** penelitian yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan *non-equivalent control group design*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah kuota sampling dan analisis bivariat dengan *Mann Whitney U test*. **Hasil** penelitian menunjukkan ada perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan *p-value*  $0,013 < \alpha (0,05)$ . **Kesimpulan:** ada pengaruh yang signifikan *woolwich massage* terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum*.

---

### **ARTICLE INFO**

---

**Article History :**

Received : 10 August 2023

Accepted : 20 September 2023

---

**Keywords:** *postpartum, woolwich  
massage, fluidity breastfeeding*

---

### **ABSTRACT**

Breast milk is milk that contains all the nutrients a baby needs to grow and develop. One of the efforts that can be made to increase lactation hormones is to do breast care. Stimulating oxytocin and prolactin in *postpartum* mothers is to create a feeling of relaxation, one of which is by doing *woolwich massage*. **The purpose** of the study was to determine whether or not there was an effect of *woolwich massage* on the smooth production of breast milk in *postpartum* mothers. **The** research method used was *quasy experiment* with *non-equivalent control group design*. The sampling techniques used were quota sampling and bivariate analysis with *the Mann Whitney U test*. **The results** showed there was a difference between the experimental group and the control group with a *p-value* of  $0.013 < \alpha (0.05)$ . **Conclusion:** there is a significant effect of *woolwich massage* on the smooth milk production of *postpartum* mothers.

## PENDAHULUAN

WHO menyebutkan bahwa pemberian ASI eksklusif ini sangat bermanfaat bagi ibu dan bayi, yang paling utama adalah melindungi bayi dari infeksi gastrointestinal sehingga resiko kematian bayi akibat diare dan infeksi lainnya dapat diminimalisir.

Data pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada Tahun 2022 sebesar 72%, untuk Provinsi Jawa Tengah pencapaiannya sebesar 78,71% belum mencapai target yang telah ditetapkan Kementerian Kesehatan sebesar 80% (BPS, 2022). Sedangkan pencapaian ASI eksklusif pada bayi di Kabupaten Wonosobo Tahun 2020 sebesar 86,3% (Dinkes Kab.Wonosobo, 2021).

Proses laktasi merupakan peristiwa spiritual bagi ibu yang merupakan wujud menjalankan perintah agama dan memberikan hak bayi. Dalam ajaran agama Islam anjuran untuk menyusui telah di firmankan Allah SWT di dalam kitab suci Al-Quran surat Al-baqarah ayat 233:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ  
كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ  
وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ  
وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تَكْلَفُ  
نَفْسٌ إِلَّا أُوْسَعَهَا لَا تَضَارُّ وَالِدَةٌ  
بِوَالِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَالِدِهِ  
وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا  
فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ  
فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ  
تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ  
عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ  
بِالْمَعْرُوفِ وَأَتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا  
أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

yang sebagian artinya: “Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan...”

Pada ayat tersebut telah disebutkan dengan jelas dalam ayat tersebut terkait pentingnya ASI dan mekanisme laktasi termasuk kepada orang lain . Aktivitas laktasi

merupakan langkah awal membentuk kecerdasan spiritual seorang anak.

Cakupan pemberian ASI yang rendah dapat dikarenakan faktor pengeluaran ASI yang tidak lancar dan ASI yang jarang dikeluarkan yang berakibat ibu menggunakan susu formula dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya. Menurut Sukriana (2018) cakupan ASI yang rendah dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ibu cemas dikarenakan produksi ASI yang tidak lancar serta tidak dapat mencukupi sehingga hal ini membutuhkan pertolongan serta dukungan agar ASI dapat berproduksi dengan lebih lancar karena kondisi ibu yang stres menghambat pengeluaran oksitosin.

Studi menunjukkan bahwa 38% ibu di Indonesia berhenti meminum ASI karena produksi ASI yang tidak mencukupi, yang membuat ibu sangat khawatir, tidak menyusui bayinya sehingga menyebabkan ibu tidak melanjutkan menyusui. Payudara memproduksi kolostrum yang sangat dibutuhkan bayi karena mengandung antibodi yang bermanfaat untuk kekebalan alami serta kandungan zat gizi lainnya yang diperlukan bayi.

Perawatan payudara adalah tindakan yang dapat dilakukan oleh ibu *postpartum* secara mandiri maupun dengan bantuan orang lain. Pada penelitian Pamuji (2014) untuk merangsang produksi hormon oksitosin dan prolaktin ibu *postpartum* adalah dengan menciptakan perasaan rileks dengan memberikan *woolwich massage* dan tindakan ini memberikan rangsangan mekanik pada sel-sel saraf payudara yang akan diteruskan menuju hipotalamus yang kemudian akan direspon oleh hipofisis anterior untuk mengeluarkan prolaktin (reflek prolaktin) dan hipofisis posterior untuk mengeluarkan oksitosin (reflek let down), kemudian kedua hormon ini akan dibawa oleh darah menuju sel-sel mioepitel pada payudara untuk produksi dan pengeluaran ASI (Anggraeni, 2020).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada bulan April Tahun 2023 di RSI Wonosobo dan RSUD KRT. Setjonegoro Wonosobo pada 12 ibu nifas hari ke 1 didapatkan data bahwa 8 pasien ASInya belum keluar dan 4 pasien sudah keluar serta didapatkan ibu *postpartum* yang khawatir ASI belum keluar. Berdasarkan hasil wawancara pada 12 pasien tersebut didapatkan informasi bahwa mereka belum tahu teknik perawatan payudara untuk membantu kelancaran pengeluaran dan peningkatan produksi ASI.

Kedua Rumah Sakit tersebut belum menerapkan teknik pijat ASI *woolwich massage*. Salah satu kelebihan teknik pijat ini adalah dapat dilakukan oleh ibu secara mandiri, berbeda dengan pijat oksitosin yang pada pelaksanaannya memerlukan bantuan orang lain.. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk memberikan inovasi baru terkait pijat ASI dengan melakukan penelitian dengan berjudul “Pengaruh *Woolwich Massage* terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu *Postpartum* di Rumah Sakit Wilayah Kab. Wonosobo”.

#### **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan rancangan *non equivalent control group design*.. Desain penelitian ini hampir sama dengan *pretest-posttest group design*, hanya saja pada desain ini kedua kelompok tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2020). Dalam rancangan ini, pengelompokan anggota sampel pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak dilakukan secara acak. Oleh karena itu rancangan ini sering disebut juga *non randomized control group pretest posttest design* (Notoatmodjo, 2018).

Responden dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan sebuah perlakuan atau intervensi *woolwich massage* 2 kali sehari pada pagi dan sore hari selama 3 hari (H0 sampai H2) *postpartum* dan kelompok kontrol tanpa perlakuan. Pengukuran

terhadap kedua kelompok responden dilakukan *pretest* dan *posttest*.

#### **POPULASI DAN SAMPEL**

Pada penelitian ini populasinya adalah rata-rata ibu *postpartum* pervaginam dari bulan Januari sampai Mei Tahun 2023 di RSI Wonosobo dan RSUD KRT. Setjonegoro Wonosobo sebanyak 521. Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan kuota sampling yaitu menentukan sampel dengan ciri-ciri tertentu sampai dengan jumlah (kuota) yang diinginkan (Sugiyono, 2020).

Sampel untuk penelitian eksperimen yang sederhana (*true experiment* dan *quasi experiment*) yang menggunakan kelompok eksperimen dan kontrol, maka jumlah sampel masing-masing kelompok antara 10 sampai dengan 20 (Sugiyono, 2020). Dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel sebanyak 30 sampel dan membagi menjadi 2 kelompok, yaitu 15 untuk kelompok eksperimen dan 15 untuk kelompok kontrol. Sesuai dengan desain penelitian ini maka kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random.

#### **HASIL PENELITIAN**

Penelitian dilakukan pada bulan Juni Tahun 2023.

##### **1. Karakteristik Responden**

###### **a. Karakteristik Umur**

Tabel 4.1 Data umur

| Karakteristik | Kategori | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---------------|----------|---------------|----------------|
| Pendidikan    | Dasar    | 22            | 73.3           |
|               | Menengah | 7             | 23.3           |
|               | PT       | 1             | 3.3            |
| Total         |          | 30            | 100            |

Karakteristik responden berdasarkan tabel 4.1, data usia sebagian besar dengan umur 20-35 tahun sebanyak 21 orang (70%), sebagian kecil berusia > 35 tahun sebanyak 6 orang (20%) dan berusia < 20 tahun sebanyak 3 orang (10%).

### b. Karakteristik pendidikan

Tabel 4.2 Data pendidikan

| Karakteristik | Kategori | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---------------|----------|---------------|----------------|
| Pendidikan    | Dasar    | 22            | 73.3           |
|               | Menengah | 7             | 23.3           |
|               | PT       | 1             | 3.3            |
| Total         |          | 30            | 100            |

Karakteristik pendidikan responden pada tabel 4.2 sebagian besar adalah berpendidikan dasar (SD/MI, SMP/MTs) sebanyak 22 responden (73,3%), serta sebagian kecil dengan pendidikan menengah (SMA/SMK) 7 responden (23,3%) dan pendidikan tinggi (S2) sebanyak 1 responden (3,3%).

### c. Distribusi pekerjaan

Tabel 4.3 Data pekerjaan

| Karakteristik | Kategori      | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|---------------|----------------|
| Pekerjaan     | Bekerja       | 2             | 6.7            |
|               | Tidak bekerja | 28            | 93.3           |
|               | Total         | 30            | 100            |

Karakteristik pekerjaan pada tabel 4.3 didapatkan data responden hampir semuanya tidak bekerja sebanyak 28 orang (93,3%) dan sebagian kecil bekerja sebanyak 2 orang (6,7%).

### d. Distribusi menurut perawatan payudara

Tabel 4.4 Data perawatan payudara

| Karakteristik      | Kategori        | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------------|-----------------|---------------|----------------|
| Perawatan payudara | perawatan       | 21            | 70             |
|                    | tidak perawatan | 9             | 30             |
|                    | Total           | 30            | 100            |

Karakteristik perawatan payudara pada tabel 4.4 didapatkan data sebagian besar yaitu sebanyak 21 orang melakukan

perawatan payudara (70%) dan hampir setengahnya yaitu 9 orang tidak melakukan perawatan payudara (50%).

## 2. Analisis univariat

### a. Deskripsi kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum* sebelum dilakukan *woolwich massage*.

Tabel 4.5 Data deskripsi kelancaran pengeluaran ASI sebelum (*pretest*)

#### Pretest Eksperimen

|               | Freq | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|------|---------|---------------|--------------------|
| Cukup Lancar  | 4    | 26.7    | 26.7          | 26.7               |
| Kurang Lancar | 11   | 73.3    | 73.3          | 100.0              |
| Total         | 15   | 100.0   | 100.0         |                    |

#### Pretest Kontrol

|               | Freq | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|------|---------|---------------|--------------------|
| Cukup Lancar  | 2    | 13.3    | 13.3          | 13.3               |
| Kurang Lancar | 13   | 86.7    | 86.7          | 100.0              |
| Total         | 15   | 100.0   | 100.0         |                    |

dilakukan *woowwich massage*

Berdasarkan tabel 4.5 kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum* sebelum (*pretest*) dilakukan *woolwich massage* tidak satupun yang pengeluaran ASI lancar baik dalam kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen pengeluaran ASI cukup lancar hampir setengahnya yaitu sebanyak 4 responden (26,7%) sedangkan pada kelompok kontrol pengeluaran ASI cukup lancar sebagian kecil yaitu sebanyak 2 responden (13,33%). Kelompok eksperimen pengeluaran ASI kurang lancar dialami oleh sebagian besar responden yang berjumlah 11 responden (73,3%) sedangkan untuk kelompok kontrol pengeluaran ASI kurang lancar dialami oleh hampir semua responden yang berjumlah 13 responden (86,7%).

**b. Deskripsi kelancaran pengeluaran ASI ibu postpartum sesudah (posttest) dilakukan woolwich massage.**

Tabel 4.6 Data deskripsi kelancaran pengeluaran ASI sesudah (posttest)

| Posttest Eksperimen |      |         |               |                    |
|---------------------|------|---------|---------------|--------------------|
|                     | Freq | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Lancar              | 15   | 100.0   | 100.0         | 100.0              |
| Total               | 15   | 100.0   | 100.0         |                    |

  

| Posttest Kontrol |      |         |               |                    |
|------------------|------|---------|---------------|--------------------|
|                  | Freq | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Lancar           | 9    | 60.0    | 60.0          | 60.0               |
| Cukup Lancar     | 6    | 40.0    | 40.0          | 100.0              |
| Total            | 15   | 100.0   | 100.0         |                    |

dilakukan woolwich massage.

Berdasarkan tabel 4.6 kelancaran pengeluaran ASI setelah (posttest) dilakukan woolwich massage selama 3 hari (H0-H2 postpartum) pada kelompok eksperimen, semua responden keluaran ASI menjadi lancar yang berjumlah 15 responden (100%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar ASI lancar sejumlah 9 responden (60%) dan ASI cukup lancar dengan jumlah 6 responden (40%).

**3. Analisis Bivariat**

**a. Uji normalitas**

Sebelum dilakukan uji statistik untuk mengetahui pengaruh dari variabel-variabel dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Dan didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.7 Uji normalitas data

| Tests of Normality        |                     |           |    |      |
|---------------------------|---------------------|-----------|----|------|
| Shapiro-Wilk <sup>a</sup> |                     |           |    |      |
| Skor                      | Kelompok            | Statistic | df | Sig. |
|                           | Kelompok Eksperimen | .716      | 15 | .000 |
|                           | Kelompok Kontrol    | .875      | 15 | .040 |

Pada hasil uji normalitas tabel 4.7 dapat kita lihat hasil uji normalitas dengan *sphiro wilk* sebelum (pretest) dilakukan woolwich message pada kedua kelompok nilai signifikansi < 0,05 yaitu 0,000 pada kelompok eksperimen dan 0,040 pada kelompok kontrol yang artinya data terdistribusi tidak normal.

**b. Uji statistik**

Uji statistik non parametrik yang digunakan dengan *Mann Whitney U*

Tabel 4.8 Uji statistik *Mann Whitney U*

| Test Statistics <sup>a</sup>   |                   |
|--------------------------------|-------------------|
|                                | Kelancaran ASI    |
| Mann-Whitney U                 | 56.000            |
| Wilcoxon W                     | 176.000           |
| Z                              | -2.470            |
| Asymp. Sig. (2-tailed)         | .013              |
| Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)] | .019 <sup>b</sup> |

Berdasarkan tabel output uji statistik pada 4.8 dapat kita lihat bahwa nilai Asymp.Sig. (2-tailed) sebesar 0,013<0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada perbedaan setelah diberikan eksperimen (perlakuan) woolwich massage terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu postpartum. Karena ada perbedaan yang signifikan maka dapat dikatakan bahwa

ada pengaruh *woolwich massage* terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum*.

## PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan dua tempat yaitu RSI Wonosobo dan RSUD KRT. Setjonegoro pada tanggal 5 sampai 26 Juni 2023 di ruang nifas dan klinik obstetri ginekologi dengan responden ibu *postpartum* spontan sebanyak 30 responden yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen 15 responden dan kelompok kontrol 15 responden. Desain penelitian yang digunakan *quasy experiment* dengan rancangan *non equivalent control group design*.

### 1. Karakteristik responden

#### a. Usia

Berdasarkan hasil penelitian pada 30 responden didapatkan data bahwa sebagian besar berada di rentang umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 21 responden (70%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2019) dengan hasil data 73,3% responden berumur 20-35 tahun. Menurut Maritalia (2017) salah satu hal yang mempengaruhi kesiapan dan kemampuan seorang ibu pada masa nifas dan menyusui adalah umur.

Umur reproduksi yang sehat dan aman untuk kehamilan maupun menyusui adalah rentang umur 20-35 tahun. Oleh sebab itu pada umur ini adalah masa yang baik untuk reproduksi dan mendukung ASI eksklusif. Kondisi ibu hamil dengan umur < 20 tahun cenderung bersikap emosional dan tidak stabil, kehamilan dianggap sebagai beban berat dan beresiko kelahiran prematur (Maritalia, 2021).

#### b. Pendidikan

Berdasarkan karakteristik pendidikan responden sebagian besar berpendidikan dasar yaitu sebanyak 22 responden (73,3%). Menurut Maritalia (2017) bahwa tuntutan kualitas kesehatan akan semakin tinggi pada seseorang yang mempunyai

pendidikan yang semakin tinggi. Namun tingkat pendidikan seseorang tidak dapat digunakan sebagai patokan bahwa mereka akan berhasil menyusui.

Pengetahuan ibu tentang laktasi yang kurang dapat menjadikan hambatan dalam proses laktasi. Kemungkinan faktor lain yang dapat berpengaruh adalah kurangnya informasi mengenai ASI dan laktasi serta minimnya rasa ingin tahu seorang ibu dalam mencari informasi mengenai ASI. Para ibu juga dapat dengan mudah memperoleh informasi dari sumber-sumber terpercaya tentang ASI, laktasi dan *woolwich massage* serta perawatan payudara lainnya dari buku KIA, tenaga kesehatan, internet termasuk media sosial. Sejalan dengan penelitian Wahyuni (2021) bahwa informasi yang benar dan diterima oleh ibu *postpartum* tentang proses menyusui dan *woolwich massage* akan dapat memberikan keberhasilan ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya.

#### c. Pekerjaan

Berdasarkan data hasil dari karakteristik pekerjaan didapatkan data responden hampir semuanya tidak bekerja sebanyak 28 responden (93,3%). Ibu yang tidak bekerja dimungkinkan akan lebih sering menyusui bayinya sehingga akan semakin merangsang payudara untuk lebih banyak memproduksi ASI. Sejalan dengan penelitian Anggraeni (2020) bahwa semakin sering bayi menyusu maka produksi dan pengeluaran ASI dari ibu akan semakin bertambah banyak. Dikarenakan adanya hisapan di puting ibu yang akan merangsang pengeluaran prolaktin oleh hipofisis sehingga ASI makin banyak. Didukung oleh Aritonang (2021) yang menganjurkan kepada ibu *postpartum* untuk sering menyusui bayinya karena dengan daya hisapnya akan merangsang payudara memproduksi ASI, semakin kuat daya hisapnya maka akan memproduksi ASI lebih banyak.

#### d. Perawatan Payudara

Berdasarkan karakteristik perawatan payudara didapatkan data sebagian besar yaitu sebanyak 21 responden melakukan perawatan payudara (70%). Menurut Creasoft (2008) dalam Murti (2017) perawatan payudara *postpartum* memberikan manfaat dalam merangsang kelenjar susu agar dapat lebih lancar dalam mengalirkan ASI.

Stimulasi pengeluaran ASI dengan perawatan payudara antara lain melalui pijat sekitar area payudara (*woolwich massage*), pijat punggung bagian belakang (pijat oksitosin), kompres payudara dengan air hangat dan tetap menyusui bayi, karena semakin sering bayi menghisap akan merangsang ASI cepat keluar, kontak kulit dengan kulit (Kemenkes RI, 2021). Menurut Budiarti (2009) perawatan payudara akan lebih efektif apabila dilakukan dihari 1 dan ke 2 karena ASI belum diproduksi dengan banyak sehingga diperlukan tindakan dalam merangsang pengeluaran hormon laktasi (Murti, 2017).

## 2. Analisis univariat

### 1) Kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum* sebelum dilakukan *woolwich massage*.

Kelancaran pengeluaran ASI pada ibu *postpartum* mendapatkan data bahwa kelompok eksperimen pengeluaran ASI ibu *postpartum* kurang lancar dialami oleh sebagian besar responden yang berjumlah 11 responden (73,3%) sedangkan untuk kelompok kontrol pengeluaran ASI ibu *postpartum* kurang lancar dialami oleh hampir semua responden yang berjumlah 13 responden (86,7%).

Dari hasil penelitian ini, menurut peneliti sebelum dilakukan *woolwich massage* pengeluaran ASI ibu *postpartum* kurang lancar karena waktu pengeluaran ASI pada setiap ibu *postpartum* berbeda-beda dan perlu dilakukan stimulasi atau rangsangan payudara untuk

mempercepat pengeluaran ASI. Selain itu responden juga belum rutin menyusui bayinya karena responden beranggapan belum menyusui bayinya karena belum keluar ASI, sedangkan salah satu cara merangsang pengeluaran ASI adalah dengan menyusui bayi, dimana adanya rangsangan mekanis (hisapan) di puting akan merangsang pengeluaran prolaktin oleh hipofisis sehingga ASI makin banyak (Anggraeni, 2020).

### 2) Kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum* sesudah dilakukan *woolwich massage*.

Kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum* setelah dilakukan eksperimen *woolwich massage* didapatkan hasil pada kelompok eksperimen semuanya lancar yang berjumlah 15 responden (100%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar ASI ibu *postpartum* lancar sejumlah 9 responden (60%).

Peneliti mengajarkan langsung (praktik) teknik perawatan payudara *woolwich massage* kepada semua responden kelompok kontrol dan melakukan evaluasi untuk memastikan teknik yang dilakukan responden sudah benar dan memberikan edukasi kepada responden untuk melakukannya sehari 2 kali pada pagi dan sore hari selama 3 hari berturut-turut serta memberikan edukasi teknik menyusui yang benar.

Menurut peneliti kelancaran pengeluaran ASI setelah dilakukan *woolwich massage* pada ibu *postpartum* di Rumah Sakit Wilayah Kab. Wonosobo pengeluaran ASI ibu *postpartum* menjadi lancar. Payudara memproduksi kolostrum yang sangat dibutuhkan bayi karena mengandung

antibodi yang bermanfaat untuk kekebalan alami serta kandungan zat gizi lainnya yang diperlukan bayi.

Ibu *postpartum* pada hari 1 dan 2 pada keadaan normal dapat menghasilkan air susu sekitar 50-100 ml/hari dan jumlahnya bertambah hingga 500 ml pada minggu ke 2. Selanjutnya ASI semakin efektif berproduksi serta terus bertambah pada hari 10-14 paska bersalin (Chomaria, 2020). Sedangkan menurut Rini (2017), setiap ibu *postpartum* memiliki waktu yang berbeda-beda dalam pengeluaran ASI, tidak semua dapat secara langsung keluar ASI karena laktogenesis adalah kegiatan yang sangat kompleks antara rangsangan mekanis, saraf maupun berbagai hormon laktasi yaitu oksitosin dan prolaktin.

Dua hormon yang berperan penting dalam pengeluaran ASI adalah prolaktin dan oksitosin. Dengan melakukan *woolwich massage* dapat merangsang pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin karena adanya rangsangan mekanis pada puting dan sekitarnya serta memberikan rasa nyaman dan sensasi rileks pada ibu.

### 3. Analisis bivariat

Dari data hasil penelitian yang telah didapatkan menjelaskan bahwa 15 responden kelompok eksperimen *woolwich massage* mengalami pengeluaran ASI yang lancar pada seluruh responden (100%) dibandingkan dengan 15 responden kelompok kontrol yang hanya 9 responden (60%).

Setelah dilakukan uji statistik dengan *Mann Whitney U* test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0,013 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif

diterima karena ada perbedaan yang signifikan, dengan demikian maka dapat dikatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan *woolwich massage* terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu *postpartum*.

Peneliti beranggapan bahwa teknik *woolwich massage* memberikan ibu kenyamanan, rileks dan pikiran positif untuk dapat mengeluarkan ASI dengan lancar. Gerakan *massage* ini juga akan memberikan rangsangan mekanis oleh karena itu kombinasi pikiran positif dan rangsangan mekanis ini akan membuat tubuh kita memproduksi hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berpengaruh dalam kelancaran pengeluaran ASI.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Tiarnida (2021) didapatkan hasil bahwa seluruh (30) responden yang mendapatkan *woolwich massage* seluruhnya mengalami pengeluaran ASI yang lancar dan tidak ada responden yang mengalami sekresi ASI cukup dan kurang setelah diberikan intervensi *woolwich massage*.

Menurut hasil penelitian Pamuji (2014) bahwa *woolwich massage* mampu memberikan rangsangan pada sel-sel saraf dipayudara, kemudian dilanjutkan menuju hipotalamus, hipofisis anterior akan mengeluarkan prolaktin (reflek prolaktin) dan hipofisis posterior untuk mengeluarkan oksitosin (reflek let down), kemudian kedua hormon ini akan dibawa oleh darah menuju sel-sel mioepitel pada payudara untuk produksi dan pengeluaran ASI (Anggraeni, 2020)

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil serta pembahasan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Woolwich Massage* terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu *Postpartum* di Rumah Sakit Wilayah Kabupaten

Wonosobo” maka dapat diambil kesimpulan sesuai dengan yang telah disampaikan pada tujuan khusus yaitu:

1. Untuk mengetahui pengeluaran ASI pada ibu *postpartum* sebelum dilakukan *woolwich massage*.

Sebelum (*pretest*) dilakukan *woolwich massage* pada kelompok eksperimen pengeluaran ASI kurang lancar dialami oleh 11 orang (73,3%) sedangkan untuk kelompok kontrol berjumlah 13 orang (86,7%).

2. Untuk mengetahui pengeluaran ASI pada ibu *postpartum* setelah dilakukan *woolwich massage*.

Setelah (*posttest*) dilakukan *woolwich massage* yang mengalami pengeluaran ASI yang lancar pada kelompok eksperimen berjumlah 15 orang (100%) sedangkan pada kelompok kontrol sejumlah 9 orang (60%).

3. Untuk mengetahui pengaruh *woolwich massage* terhadap pengeluaran ASI ibu *postpartum*.

Didapatkan data bahwa hasil *p value*  $0,013 < \alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian perlakuan *woolwich massage* yang dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari pertama *postpartum* ada pengaruh yang signifikan untuk meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI Ibu *postpartum*.

## Saran

1. Bagi peneliti

Diharapkan faktor-faktor yang belum dapat diteliti seperti mengkonsumsi jamu atau ramuan tradisional pelancar ASI yang mungkin dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI pada saat dilakukan eksperimen atau intervensi *woolwich massage*.

2. Bagi rumah sakit

- a. Dapat menambah informasi bagi rumah sakit bahwa salah satu teknik untuk memperlancar keluaran ASI adalah dengan *woolwich massage*.
- b. Rumah Sakit dapat menambah Standar Prosedur Operasional (SPO) *woolwich massage* sehingga *woolwich massage* dapat diberikan kepada para ibu *postpartum* di kedua Rumah Sakit.

3. Bagi masyarakat

Dapat menambah pengetahuan masyarakat pengaruh *woolwich massage* terhadap kelancaran pengeluaran ASI dan meningkatkan cakupan ASI eksklusif.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan menambahkan karakteristik responden yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI seperti mengkaji lebih dalam faktor psikologis ibu, konsumsi obat atau ramuan jamu pelancar ASI dan lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, L. (2020). *Pengaruh Woolwich Massage terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum di RSUD Sekayu* (Vol. 21, Issue 1).
- Arikunto Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. In Jakarta: Rineka Cipta. PT. Rineka Cipta.
- Aritonang, J. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas* (Edisi I). Deepublish.
- Balitbangkes RI. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf*. In Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- BPS. (2022). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2020-2022*. <https://www.bps.go.id/indicator/30/1340/1/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>
- Chomaria, N. (2020). *Filosofi Payudara dan ASI (I)*. PT Elex Media Komputindo.
- Dewi, N. P. M. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Upt Kesmas Sukawati II. Poltekkes Kemenkes Denpasar*.
- Dinkes Kab.Wonosobo. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Wonosobo Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Kabupaten Wonosobo.
- Doko, T. M. (2019). *Pengaruh Pijat Oksitosin Oleh Suami terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas*. 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v21.2.529>
- Eunike, D., & Nataprawira, S. M. D. (2021). *Hubungan pemberian ASI eksklusif terhadap kejadian diare pada bayi usia 0-12 bulan di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar Jawa Tengah*. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(2), 282–290. <https://doi.org/10.24912/tmj.v4i1.13719>
- Fitriani, H., Dewi, S., Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak, J., Semparuk, P., & Kebidansater, I. (2021). *Pijat Woolwich dan Pijat Oksitoksin terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Puskesmas Semparuk Kabupaten Sambas*. *Prosiding.Uhb.Ac.Id*, 933–939. <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPK M/article/view/990>
- Hendrawati, N. P. R. (2021). *Hubungan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif dengan Pertumbuhan Bayi Usia 6-12 bulan di UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara Tahun 2021*.
- Kemenkes. (2015). *Penyelenggaraan Pemeriksaan Laboratorium untuk Ibu Hamil, Bersalin, dan Nifas di Fasilitas Pelayanan Kesehatan dan Jaringan Pelayanannya*. *Permenkes RI*, 1–46.
- Kemenkes RI. (2021). *Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA)*.
- Kusumastuti. (2019). *Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum*. *Journal Health of Science*, 12, 60–66.
- Maritalia, D. dkk. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan* (Paridah (ed.); Cetakan Pe). Syiah Kuala University Press.
- Mashluchi, Y. A. (2020). *Pengaruh Kombinasi Woolwich Massage Dan Rolling Massage Terhadap Kecukupan Asi Ibu Post Partum Di PMB Sri Wahyuningsih Kec.Pagelaran Kab.Malang*.
- Murti, N. N. (2017). *Pengaruh Perawatan Payudara terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Normal Di Wilayah Kerja Puskesmas Temindung Samarinda Tahun 2017*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Revisi Cet). PT. RinekanCipta.
- Nurmalasari, M. (2018). *Modul Statistik Inferens (MIK 441)* (Issue Mik 411). Universitas Esa Unggul.
- Peraturan Pemerintah No.33. (2012). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia tentang Pemberian ASI Eksklusif*.
- Purwanto, T. S. (2018). *Modul Ajar Nifas dan Menyusui* (A. H. Ngestiningrum (ed.); II). Poltekkes Kemenkes Surabaya.
- Rahmawati. (2018). *Asuhan Keperawatan Laktasi Dengan Pendekatan Berbasis Bukti (Evidence Based Approach)* (Cetakan I). Media Nusa Creative.
- Rini, S. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice* (Edisi Pert). Deepublish.
- Rismawati, D. (2021). *Penerapan Pijat Woolwich terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum*.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan* (Edisi Pert). CV. Alfabeta.
- Sujarweni, W. (2014). *Metodologi Penelitian Keperawatan* (Edisi Pert). Penerbit Gava media.
- Sukriana dkk. (2018). *Efektivitas Pijat Woolwich terhadap Produksi ASI Post Partum Di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru*. 5, 512–519.
- Sutanto, A. V. (2019). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Press, Pustaka Baru.
- Usman, H. (2019). *Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Massage Rolling (punggung) Mempengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Mapane Kabupaten Poso*. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(1), 28. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i1.148>

- Wahyuni, E. T., & Noviyanti, R. (2019). Pemanfaatan Woolwich Massage Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10(2), 100–106. <http://jurnalmadanimedika.ac.id/index.php/JMM/article/view/78>
- WHO. (2022). *Pekan Menyusui Sedunia: UNICEF dan WHO serukan dukungan yang lebih besar terhadap pemberian ASI di Indonesia seiring penurunan tingkat menyusui selama pandemi COVID-19*. <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/31-07-2022-world-breastfeeding-week--unicef-and-who-urge-greater-support-for-breastfeeding-in-indonesia-as-rates-decline-during-covid-19>
- Windi, W. A., Taufiq, M., & Muhammad, T. (2022). Implementasi Wilcoxon Signed Rank Test Untuk Mengukur Efektifitas Pemberian Video Tutorial Dan Ppt Untuk Mengukur Nilai Teori. *Jurnal Produktif*, 5(1), 405–410. <https://doi.org/10.35568/produktif.v5i1.1004>