

**Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich Dan Endorphine Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Di RSUD Labuang Baji**

**<sup>1\*</sup>Fadjriah Ohorella, <sup>2</sup>Nurqalbi Sampara, dan <sup>3</sup>Hasriani**

<sup>1</sup>Prodi Diploma IV Kebidanan, Universitas Megarezky

<sup>2,3</sup>Prodi Pendidikan Profesi Kebidanan, Universitas Megarezky

Corresponding Author : [riaoreals@yahoo.com](mailto:riaoreals@yahoo.com)

**Abstrak**

Pemijatan ini diberikan pada ibu postpartum dapat memberikan rasa tenang dan nyaman sehingga pada masa laktasi dapat meningkatkan respon *hipofisis posterior* untuk memproduksi hormone oksitosin yang dapat meningkatkan *let down reflex*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat woolwich dan endorphine terhadap kelancaran ASI. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasy Eksperiment* dengan pendekatan one group pre test post test. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas pada bulan Maret - Mei tahun 2018. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu nifas yang dan berada di RSUD Labuang Baji Makassar pada bulan Maret - Mei tahun 2018 sebanyak 34 orang dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling*, didapatkan hasil nilai  $P$  0,004 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  yang berarti punya hubunga yang bermakna antara kombinasi pijat *woolwich* dan pijat *endorphine* terhadap kelancaran ASI.

**Kata Kunci:** Kelancaran ASI, Pijat *Woolwich* dan *Endorphine*

**PENDAHULUAN**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah bayi dengan kandungan gizi paling sesuai untuk pertumbuhan optimal. Begitu pentingnya memberikan ASI kepada Bayi tercermin pada rekomendasi organisasi kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan agar setiap bayi baru lahir mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan, menurut data dari UNICEF, anak – anak yang mendapat ASI 14 kali lebih mungkin untuk bertahan hidup dalam enam bulan pertama kehidupan dibandingkan dengan anak yang tidak menyusui. namun pada sebagian ibu tidak memberikan ASI eksklusif karena alasan ASInya tidak keluar atau keluarnya sedikit sehingga tidak memenuhi kebutuhan bayinya. (Widayanti, 2014).

ASI bisa mencerdaskan dan meningkatkan kualitas generasi muda bangsa, setiap bayi yang diberi ASI akan mempunyai kekebalan alami terhadap penyakit karena ASI banyak mengandung antibodi, zat kekebalan aktif yang akan melawan masuknya infeksi ke dalam tubuh bayi. Saat ini sekitar 40% kematian balita terjadi pada satu bulan pertama kehidupan bayi, dengan pemberian ASI akan mengurangi 22 % kematian bayi dibawah 28 hari, dengan demikian

kematian bayi dan balita dapat dicegah melalui pemberian ASI Eksklusif secara dini dari sejak bayi dilahirkan di awal kehidupan (Jamilah dkk, 2013).

Pada Sidang Kesehatan Dunia ke 65, negara – negara anggota WHO menetapkan target di tahun 2025 bahwa sekurang – kurangnya 50 % dari jumlah bayi dibawah usia enam bulan diberi ASI Eksklusif. Di Asia Tenggara tercapai ASI eksklusif menunjukkan angka yang tidak banyak perbedaan. (Widayanti, 2014).

Secara Nasional cakupan pemberian ASI 0-6 bulan di Indonesia berfluktuasi dalam empat tahun terakhir, menurut data Susenas cakupan ASI eksklusif sebesar 34,6 % pada tahun 2009, Tahun 2010 menunjukkan bahwa baru 33,6 % bayi kita mendapatkan ASI, tahun 2011 angka itu naik menjadi 42 % dan menurut SDKI tahun 2012 cakupan ASI eksklusif sebesar 27 %. (Widayanti, 2014).

Tidak semua ibu post partum langsung mengeluarkan ASI karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Penurunan produksi ASI pada hari – hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolaktin yang sangat berperan dalam kelancaran ASI, sehingga menyebabkan ASI tidak segera keluar setelah melahirkan, bayi kesulitan dalam menghisap keadaan puting susu ibu yang tidak menunjang. Pengeluaran hormon oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistim duktus, bila duktus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofisis yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli galndula mammae (Soetjijingsih, 2011).

Untuk mendukung ibu menyusui secara eksklusif, pemerintah mengatur tentang pemberian ASI eksklusif, pemerintah mengatur tentang pemberian Asi dalam undang – undang Nomor 33 tahun 2012 tentang Pemberian ASI eksklusif. Peraturan ini menyatakan kewajiban ibu untuk menyusui bayinya secara eksklusif sejak lahir sampai berusia enam bulan. Upaya pemerintah ini lantas mendapatkan sambutan positif dari dunia internasional, tetapi pada kenyataannya, realisasi tersebut masih kurang. selain itu kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa faktor, anatra lain faktor ibu, faktor bayi dan faktor psikologis dan faktor tenaga kesehatan, faktor sosial budaya. Penelitian yang dilakukan oleh Diana (2007) dalam

penelitian Kualitatif menunjukkan faktor penghambat berupa keyakinan yang keliru tentang makanan bayi, promosi susu formula, dan masalah kesehatan pada ibu dan bayi menyebabkan kegagalan pemberian ASI eksklusif. (Nazwati dkk, 2014; (Widayanti, 2014).

Faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI adalah pengeluaran ASI. Masalah pengeluaran ASI pada hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh berkurangnya rangsangan hormon Prolaktin dan Oksitosin. Faktor psikologis merupakan hal yang perlu diperhatikan setelah melahirkan, ibu mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang mengakibatkan perubahan psikisnya. Kondisi ini dapat mempengaruhi proses laktasi, fakta menunjukkan bahwa cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis. Persiapan ibu secara psikologis sebelum menyusui merupakan faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan menyusui. Stres, rasa takut, yang berlebihan, ketidakbahagiaan pada ibu sangat berperan dalam mensukseskan pemberian ASI eksklusif.

Salah satu alternatif dalam membantu memperlancar ASI adalah dengan melakukan Pijat *woolwich* merupakan pemijatan yang dilakukan pada area sinus laktiferus tepatnya 1-1,5 cm diatas areola mammae, dengan tujuan untuk mengeluarkan ASI yang ada pada sinus laktiferus. Pemijatan tersebut akan merangsang sel pada payudara, rangsangan tersebut diteruskan di hipotalamus dan direspon oleh hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormone prolactin yang akan dialirkan oleh darah ke sel miopitel payudara untuk memproduksi ASI. Kemudian pijat *endorphine* adalah tehnik sentuhan dan pemijatan ringan yang dapat membuat bulu-bulu halus pada permukaan kulit berdiri. Keadaan ini membuktikan bahwa tehnik ini meningkatkan pelepasan hormone *endorphine* (memberi rasa nyaman dan tenang) dan hormone oksitosin. Sehingga bila mana pemijatan ini diberikan pada ibu postpartum dapat memberikan rasa tenang dan nyaman sehingga pada masa laktasi dapat meningkatkan respon hipofisis posterior untuk memproduksi hormone oksitosin yang dapat meningkatkan *let down reflex* (Siti Emiyati Berkah Pamuji, 2015). Dengan kombinasi metode pijat *woolwich* dan *endorphine* dimungkinkan dapat meningkatkan produksi dan pengeluaran ASI yang ditandai dengan meningkatnya volume ASI.

Keingintahuan peneliti mengenai penyebab masyarakat tidak memberi ASI eksklusif, sehingga peneliti melakukan wawancara langsung kepada 8 orang pasien yang dirawat di bagian Nifas RSUD labuang baji pada tanggal 29 november 2017 didapatkan hasil sebagai berikut: 2 orang melakukan ASI eksklusif, 2 orang tidak memberi ASI karena Putingnya tenggelam dan 4

orang mengatakan ASI tidak keluar. Dari hasil inilah peneliti tertarik untuk meneliti sejauh mana pengaruh pijat *woolwich* dan pijat *endorphin* terhadap banyaknya volume ASI di RSUD Labuang Baji. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat *woolwich* dan *endorphine* terhadap kelancaran ASI.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan Quasi eksperimen, dan menggunakan metode one group pre test post tes yaitu observasi dilakukan sebanyak dua kali yang sebelum eksperimen disebut pretest dan sesudah eksperimen disebut posttes. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang berada di RSUD Labuang Baji Makassar pada bulan April - Mei 2018 sebanyak 152 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu nifas yang dan berada di RSUD Labuang Baji Makassar pada bulan April - Mei 2018. Dengan mengambil sampel ada asumsi bahwa diharapkan mampu mewakili populasi serta tidak mengubah komposisinya sebanyak 34 orang, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *proposive sampling* yaitu ibu nifas Primipara, ibu nifas hari ke 3, ibu nifas yang memberikan ASI pada bayinya, ibu nifas yang tidak memiliki kelainan payudara ibu nifas yang bersedia menjadi responden.

Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi, analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah univariat dan bivariat, data dalam penelitian ini selanjutnya diolah menggunakan program SPSS versi 23 untuk melihat karakteristik responden dan pengaruh kedua variabel. alat dan bahan digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan *brust pump* sebagai alat ukur untuk mengukur kelancaran ASI

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### ***Karakteristik Responden***

Responden berjumlah 34 responden, yang mana umur 25-30 tahun sebanyak 14 orang (41,2%) dan umur 31-35 tahun sebanyak 20 orang (58,8%). dan karakteristik responden berdasarkan pendidikan yaitu Pendidikan S1 9 responden (26,4%), dan responden yang memiliki tingkat pendidikan SMA adalah 25 responden (73,5%), selanjutnya karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dari 34 responden yang bekerja sebanyak 19 responden (55,8%), dan responden yang tidak bekerja sebanyak 15 responden (44,1%).

### ***Analisis Univariat***

Berdasarkan hasil penelitian, kelancaran ASI sebelum diberikan intervensi menunjukkan bahwa jumlah responden berdasarkan pretest kelancaran ASI pada kelompok perlakuan sebelum diberikan pijat *woolwich* dan *Endorphin* menunjukkan bahwa jumlah responden yang dengan Kelancaran ASI >20 cc sebanyak 26 orang (76,5%) dan responden dengan kelancaran ASI <20 cc sebanyak 8 orang (23,5%). Kelancaran ASI setelah intervensi menunjukkan bahwa jumlah responden berdasarkan kelancaran ASI pada kelompok perlakuan setelah diberikan pijat *woolwich* dan *endorphin* menunjukkan bahwa jumlah responden yang dengan kelancaran ASI >20 cc sebanyak 32 orang (94,1%) dan responden dengan volume ASI <20 cc sebanyak 2 orang (5,9%).

### ***Analisis Bivariat***

Jumlah responden berdasarkan pretest volume ASI pada kelompok perlakuan sebelum diberikan pijat *woolwich* dan *Endorphin* menunjukkan bahwa jumlah responden yang dengan volume ASI >20 cc sebanyak 26 orang (76,5%) dan responden dengan volume ASI <20 cc sebanyak 8 orang (23,5%). Sedangkan *postets* volume ASI pada kelompok perlakuan setelah diberikan pijat *woolwich* dan *endorphin* menunjukkan bahwa jumlah responden yang dengan volume ASI >20 cc sebanyak 32 orang (94,1%) dan responden dengan volume ASI <20 cc sebanyak 2 orang (5,9%).

Berdasarkan uji *Wilcoxon* kelompok perlakuan menunjukkan bahwa nilai  $p=0.004$  lebih > dari  $\alpha = 0,05$  sehingga  $H_a$  diterima, maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kombinasi pijat *woolwich* dan pijat *endorphine* terhadap banyaknya volume ASI di RSUD Labuang Baji Makassar Tahun 2018.

### **Pembahasan**

Kelancaran produksi ASI adalah suatu proses keluarnya ASI dari payudara ibu dengan atau tanpa pengisapan oleh bayi. ASI sebenarnya baru keluar setelah hari kelima. Ibu harus menjulurkan payudaranya kemulut bayi hingga seluruh puting areola terenggam oleh mulut bayi (Hegar, 2008).

Studi penelitian yang telah dilakukan oleh Arminah (2015) di Puskesmas Sidomulyo menunjukkan bahwa dari 46 orang yang dijadikan sampel terdapat 28 orang yang mengalami

volume ASI lancar setelah diberikan pijat *woolwich* dan pijat *endorphine* dengan nilai  $p = 0,059$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Begitu juga penelitian yang telah dilakukan oleh Wunarti (2014) di Wilayah Kerja Puskesmas Girianyar Kutai Kartanegara menunjukkan bahwa dari 32 orang yang dijadikan sampel terdapat 24 orang yang mengalami volume ASI lancar setelah diberikan pijat *woolwich* dan pijat *endorphine* dengan nilai  $p = 0,083$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Selain itu Hisapan bayi akan merangsang puting susu dan kalang payudara, karena ujung-ujung saraf sensoris yang berfungsi sebagai reseptor mekanik. Rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis hipotalamus dan akan menekan pengeluaran faktor penghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya merangsang pengeluaran faktor pemacu sekresi prolaktin. Faktor pemacu sekresi prolaktin akan merangsang hipofise anterior sehingga keluar prolaktin. Hormon ini merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat air susu. Kadar prolaktin pada ibu menyusui akan menjadi normal 3 bulan setelah melahirkan sampai penyapihan anak dan pada saat tersebut tidak akan ada peningkatan prolaktin walau ada isapan bayi, namun pengeluaran air susu tetap berlangsung. Rangsangan puting susu tidak hanya diteruskan sampai ke kelenjar hipofisis depan tetapi juga ke kelenjar hipofisis bagian belakang, yang mengeluarkan hormone oksitosin (Perinasia, 2013).

Maka Peneliti dapat berasumsi bahwa Pemijatan *woolwich* yaitu tehnik pemijatan dengan menekan secara ringan pada area sinus *laktiferus* diatas *areola mammae*. ASI lebih penting dari sekresi ASI oleh kelenjar ASI. Sedangkan pijat *endhorpin* adalah tehnik sentuhan dan pemijatan ringan pada permukaan kulit, yang membuat bulu-bulu halus pada permukaan kulit berdiri. Pemijatan ini digunakan pada ibu bersalin dan menyusui, dimana riset membuktikan bahwa tehnik ini meningkatkan pelepasan hormon *endorphin* yang memberikan rasa nyaman dan tenang. Serta merangsang hormon *oksitosin* yang baik untuk kontraksi uterus. Jadi kombinasi pijat *woolwich* dan pijat *endorphin* adalah tehnik pemijatan dengan menggabungkan antara tehnik menekan secara ringan pada area sinus *laktiferus* pada *areola mamma* dan tehnik sentuhan ringan pada kulit yang membuat bulu-bulu halus berdiri, dimana keduanya berfungsi untuk merangsang produksi ASI.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dilaksanakan pada bulan Maret - Mei 2018 di RSUD Labuang Baji Makassar. Jenis penelitian ini adalah pendekatan eksperimen yang bersifat kuantitatif yaitu *Quasy Eksperiment pre test post tes designe* maka diperoleh kesimpulan bahwa: terdapat pengaruh yang signifikan kombinasi pijat woolwich dan Endorphin terhadap kelancaran ASI dengan hasil nilai  $P = 0,0004$  artinya nilai  $\alpha < 0,05$  maka  $H_0$  di Tolak dan  $H_a$  diterima . Diharapkan kepada pihak rumah sakit agar melaksanakan setiap asuhan berdasarkan asuhan kebidanan terutama untuk ibu post partum dalam usaha untuk melancarkan ASI agar bisa melakukan pijat *woolwich* dan *endorphin* dalam memperlancar volume ASI sebagai alternatif dalam memberikan Asuhan Kebidanan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penyelesaian penelitian ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan serta kerjasama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada: Bapak Dr.H. Alimuddin, S.H.,M.Kes, selaku Pembina Yayasan Pendidikan Islam Mega Rezky Makassar; Ibu Hj. Suryani, SH.,MH, Selaku Ketua yayasan Pendidikan Islam STIKes Mega Rezky; Bapak Prof.Dr. dr. H. M. Rusli Ngatimin, MPH Selaku Ketua STIKes Mega Rezky Makassar; dan teristimewa kepada Kedua Orang Tua, Suami tercinta dan Saudara Terkasih atas segala doa, suport yang tiada henti - hentinya untuk peneliti sehingga bisa selesaikan penelitina ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hegar, B. (2008). *Bedah ASI*. Balai Pustaka FKUI, Jakarta.
- Jamilah dkk. (2013). *Efektifitas Kombinasi Pijat Oksitosin Tehnik Effeleurage dan Aromaterapy terhadap kadar prolakrin post partum normal*, Pasca Sarjana Universitas Deponegoro Semarang.
- Soetjiningsih. (2011). Personal Abortion. *Medical Journal New Jersey*.
- Siti Emiyati berkah Pamuji, dkk. (2014). Pengaruh Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Endorphine Terhadap Kadar Hormone Prolactin dan Volume ASI Pada Ibu Post Partum DiGriya Hamil Sehat Mejasem Kabupaten tegal. *Tesis Undip Semarang*. Semarang.

Widayanti, W. (2014). Eefektivitas Metode "SPEOS" (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosen dan Sugestif ) Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas. *Diponegoro Universitas Institutional Repository*