

EVIDENCE BASED CASE REPORT (EBCR): PENGARUH PIJAT WOOLWICH TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS

Evidence Based Case Report (Ebc): The Effect Of Woolwich Massage On The Slowness Of Breast Milk Production In Public Mothers

Jen Astika Nuari^{1*}, Desi Hidayanti² Santi Sofiyanti³

^{1*} Program Studi Profesi Bidan, Poltekkes Kemenkes Bandung

Email: jenastikanuari@gmail.com

² Program Studi Profesi Bidan, Poltekkes Kemenkes Bandung

Email: desi.hidayanti21@gmail.com

³ Program Studi Profesi Bidan, Poltekkes Kemenkes Bandung

Email: bundanayya07@gmail.com

ABSTRACT

Background: Exclusive breast milk is pure breast milk without additional food or additional fluids such as formula milk, water, etc. which is given to newborn babies before the baby is 6 months old. Woolwich massage has several benefits, including increasing prolactin and oxytocin reflexes (let down reflex), preventing blockages, increasing breast milk production and preventing inflammation or breast dams.. **Objective:** To determine out that giving Woolwich massage can lead to smooth breast milk production for postpartum mothers. **Method:** The method for writing this EBCR is by searching for evidence through data based Pubmed and Google Scholar with the publication year 2018-2023, 4 articles were obtained for critical review. **Results:** After evaluation before and after the Woolwich massage, the mother's breast milk production became smooth.. **Conclusion:** Giving Woolwich massage is effective in helping to facilitate breast milk production.

Key words: Breast milk production, woolwich massage

ABSTRAK

Latar Belakang: ASI eksklusif merupakan ASI murni tanpa tambahan makanan lainnya atau tambahan cairan seperti susu formula, air putih, dan lain lain yang diberikan kepada bayi baru lahir sebelum usia bayi 6 bulan. Woolwich massage memiliki beberapa manfaat antara lain meningkatkan refleks prolaktin dan oksitosin (let down reflex), mencegah penyumbatan, meningkatkan produksi ASI dan mencegah peradangan atau bendungan payudara. **Tujuan:** Mengetahui pemberian pijat woolwich dapat berpengaruh pada kelancaran produksi ASI ibu nifas **Metode:** Cara penulisan EBCR ini adalah dengan mencari bukti melalui data berdasarkan Pubmed dan Google Scholar dengan tahun terbit 2018-2023, diperoleh 4 artikel untuk dikaji secara kritis. **Hasil :** Setelah dilakukan evaluasi seblum dan sesudah pemberian pijat Woolwich, produksi ASI ibu menjadi lancar. **Kesimpulan:** Pemberian pijat woolwich efektif unntuk membantu memperlancar produksi ASI.

Kata kunci: Produksi ASI, pijat woolwich

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik. ASI mengandung nutrisi, hormon, unsur kekebalan pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi. Nutrisi dalam ASI mencakup hampir 200 unsur zat makanan. Kolostrum merupakan cairan viscous yang kental dengan warna kekuningan yang keluar dari payudara pada beberapa jam pertama kehidupan yang kaya akan sekretori immunoglobulin A (Ig A) yang mengandung zat kekebalan tubuh untuk melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi terutama diare

ASI eksklusif merupakan ASI murni tanpa tambahan makanan lainnya atau tambahan cairan seperti susu formula, air putih, dan lain lain yang diberikan kepada bayi baru lahir sebelum usia bayi 6 bulan. Secara ilmiah telah dibuktikan bahwa pemberian ASI secara eksklusif bisa memenuhi kebutuhan nutrisi pada bayi¹

Data nasional tentang cakupan bayi mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2019 yaitu sebesar 67, 74%. Angka tersebut sudah melampaui target renstra tahun 2019 yaitu 50%, tetapi Indonesia menduduki peringkat ke-3 terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makanan pada bayi dan anak (*Infant-Young Child Feeding*). Hasil Riskeddas tahun 2018 menyatakan bahwa presentase proses bayi mulai mendapat ASI < 1 jam setelah bayi lahir sebanyak 84, 1% sedangkan >1 jam sebanyak 15, 9%. Kemudian sebanyak 41, 8% bayi tidak Inisiasi Menyusui Dini (IMD)²

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI agar tumbuh kembang bayi tidak terganggu dan nutrisi bayi tercukupi makan dilakukan beberapa cara seperti pijat oksitosin, woolwich massage, roll

massage dan lain sebagainya. Woolwich massage memiliki beberapa manfaat antara lain meningkatkan refleks prolaktin dan oksitosin (let down reflex), mencegah penyumbatan, meningkatkan produksi ASI dan mencegah peradangan atau bendungan payudara³

Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum yaitu dengan memberikan sensasi rileks pada ibu untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dengan melakukan woolwich massage. Adapun cara melakukan woolwich massage ini dilakukan dibagian area sinus laktiferus lebih tepatnya berada 1-1, 5 cm diluar aerolla mammae ibu dengan menggunakan kedua ibu jari dilakukan selama 15 menit⁴

Sebagai bidan harus dapat mempertimbangkan metode non-farmakologi yang dapat membantu untuk meningkatkan produksi ASI, dikarenakan metode non-farmakologi lebih sering diberikan seperti salah satunya dengan pijat woolwich. Penerapan penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pemberian asuhan kebidanan salah satunya pada persalinan ini dalam pemberian asuhan.

KASUS

Ny.S 24 tahun P2A0 datang ke Poned pada tanggal 14-10-2023 pukul 16.00 WIB ke Poned dengan keluhan ASI sedikit .Hasil pemeriksaan: Td : 110/70 mmhg N : 84x / menit R : 21 x /menit S : 36.6°C. Pemeriksaan fisik Wajah : tidak pucat dan tidak oedema Mata : simetris, konjungtiva merah muda, sklera putih Leher: tidak ada pembengkakan kelenjar limfe dan tiroid Payudara: simetris, puting susu menonjol, tidak teraba benjolan yang abnormal, tidak ada nyeri tekan Abdomen tidak ada luka bekas jahitan operasi (TFU: 3 jari dibawah pusat, kontraksi keras)

Genitalia : adanya pengeluaran lochea rubra, dan tampak bekas luka jaitan belum kering Ekstremitas : tidak ada oedema dan varises

RUMUSAN MASALAH

Rumusan pertanyaan klinis pada kasus ini adalah apakah pemberian pijat woolwich dapat berpengaruh pada kelancaran produksi ASI ibu nifas.

PICO

P : Nifas/Post Partum

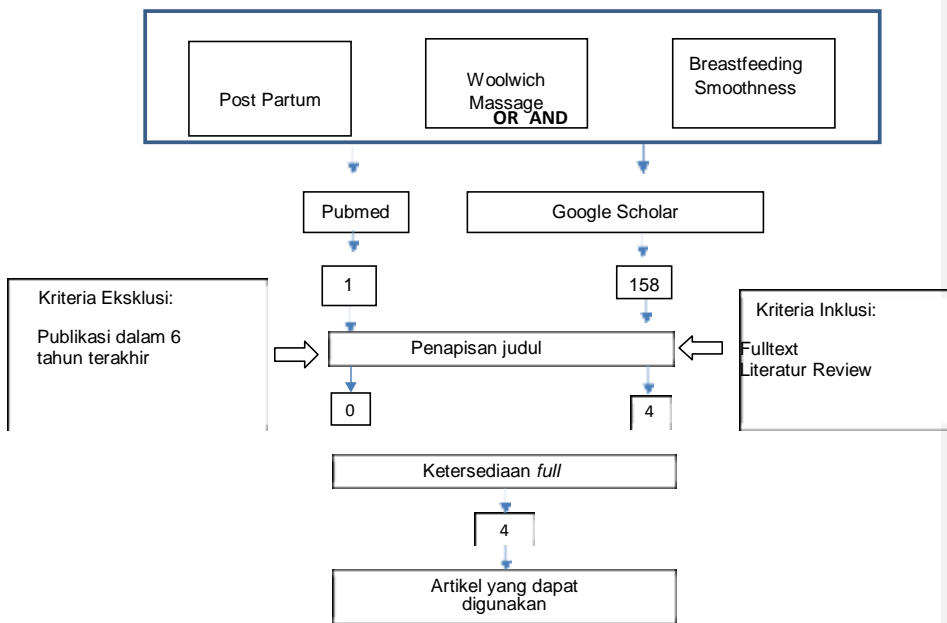
I : Pijat Woolwich/ Woolwich Massage

C : Tidak ada intervensi lainnya

O : Memperlancar produksi ASI/Breastfeeding Smoothness

METODE

Dilakukan penelusuran literature review. Penelusuran artikel dilakukan menggunakan Google Scholar 158 artikel dan Pubmed 1 artikel dengan kata kunci *Woolwich Massage AND Breastfeeding Smoothness*. Artikel yang dipilih adalah artikel berbahasa Indonesia dan Inggris yang dipublikasikan sejak tahun 2018 sampai dengan 2023 sebanyak 4 artikel yang dapat diakses fulltext. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pijat woolwich berpengaruh terhadap kelancaran ASI.



Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Berdasarkan hasil skringing diperoleh dua artikel yang digunakan. Kemudian artikel tersebut di identifikasi terkait rancangan penelitian, level of evidence, validity, importance, dan aplicability seperti yang tertuang pada Tabel

Commented [1]: Penulisan tabel pada telaah kritis disesuaikan seperti template dan ukuran diperhatikan

Tabel 1. Telaah Kritis

Artikel	Desain Penelitian	Level Of Evidence	Validity	Impotance	Applicability
Judul : Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Penulis : Sri Deningsih Tahun terbit : 2020	Quasi experiment	IIB	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment menggunakan rancangan pre and post test with control Sampelnya sebanyak 40 responden dibagi 2 kelompok 20 kelompok intervensi dan 20 responden kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive sampling.	Hasil nilai statistik deskriptif berupa rata-rata dan standar deviasi kecukupan ASI antara pengukuran sebelum (pre) dan sesudah dilakukan intervensi kombinasi pijat woolwich dan oksitosin. Rata-rata kecukupan ASI sebelum dilakukan pemijatan adalah 3050,00 dengan standar deviasi 320,590 Sedangkan setelah pemijatan didapatkan rata-ratanya adalah 321,.00 dengan standar deviasi 284,605. ada pengaruh yang signifikan BB sebelum diberikan pijatan dan setelah diberikan pijatan. Dari hasil penelitian bahwa kecukupan ASI setelah dilakukan pijat woolwich dan pijat oksitosin lebih banyak pada kategori produksi ASI lancar yaitu rata-rata 3210,00, sedangkan pada kategori produksi ASIkurang lancar rata-rata nilainya sebanyak 3050,00.	Hasil penelitian didapatkan setelah (post) pemijatan didapatkan rata-ratanya adalah 3210.00.Ada pengaruh yang signifikan antara kombinasi pijat woolwich dan oksitosin terhadap kecukupan ASI sesudah diberikan pijatan pada kelompok eksperimen dan kontrol dan tidak ada pengaruh yang signifikan antara kelompok kontrol dan intervensi sebelum dilakukan pemijatan pada Ibu Post Partum 1-7 hari ada pengaruh yang signifikan rata-rata kecukupan ASI antara kelompok Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Sesudah Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu Post Partum
Judul : Intervensi Asuhan Komplemen ter dengan Metode Massage terhadap	True eksperimental	IA	Jenis study ini adalah analisis dengan menggunakan tinjauan literatur tentang perawatan komplementer dengan metode pijat	Pengukuran dilakukan dengan lembar observasi (produksi ASI) dengan intervensi (pijat oksitosin) diobservasi sampai hari ke-3 Hasil uji statistik membuktikan	Hasil penelitian menunjukkan metode Oxytosin Massage, Oketani Massgae, Woolwich Massage, Marmet

<p>Peningkatan Produksi ASI : Literature Review Complementary Care Interventions with Massage Methods to Increase Breast Milk Production : Literature Review Penulis : Senditya Indah Mayasari, Nicky Danur Jayanti Tahun terbit : Februari 2023</p>			<p>untuk meningkatkan sekresi ASI. Desain penelitian yang diambil adalah desain true eksperimental. Tinjauan literatur terkait menyusui dan pijat menggunakan database elektronik.</p>	<p>pijat oksitosin memiliki efek meningkatkan laktasi bagi ibu setelah melahirkan</p>	<p>Wolwich Massage, metode kombinasi SPEOS, BOMB, Woolwich Massage dan Rolling Massage yang dilakukan pada ibu menyusui efektif melancarkan dan meningkatkan volume ASI. Prosedur pemijatan atau massage pada ibu menyusui merangsang sel saraf pada puyudara ke hipotalamus dan merangsang neuron payudara yang menghasilkan hormon prolaktin yang direspn oleh kelenjar hipofisis anterior. Hormon prolaktin dibawa oleh darah ke sel epitel payudara sehingga meningkatkan volume ASI. Selain itu, efek pijatan dapat menghilangkan rasa lelah dan stres, serta ibu merasa lebih nyaman dan rileks selama menyusui.</p>
<p>Judul : Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Massage Rolling (punggung)</p>	<p>Quasi Eksperimental</p>	<p>IIB</p>	<p>Quasi Eksperimental.</p>	<p>Kelompok perlakuan diberikan pijat woolwich dan pijat punggung dari hari pertama nifas sampai hari ke 3. Kelompok observasi tidak diberikan perlakuan.</p>	<p>Hasil menunjukkan kenaikan berat badan, frekuensi BAK dan BAB pada kelompok intervensi cukup (sesuai kecukupan ASI)</p>

mempengaruhi Kecukupan ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Mapane Kabupaten Poso				Observasi pengeluaran ASI dilakukan pada hari ke-3 dan ke-7	
Judul : Pemanfaatan woolwich Massage terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas Penerbit : Endah Tri Wahyuni, Ratri Noviyanti Tahun Terbit : 2019	One group pre-post	IIB	Metode eksperimen dan desain penelitian one group sebelum dan sesudah perlakuan	Dilakukan pijat Woolwich masing masing selama kurang lebih 15 menit, dilakukan 2x/hari selama 7 hari, setelah itu dilakukan penilaian sekresi ASI dengan kuesioner	Ada peningkatan sekresi dan produksi susu setelah pemberian pijat Woolwich

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan setelah (post) pemijatan didapatkan rata-ratanya adalah 3210.00. Ada pengaruh yang signifikan antara kombinasi pijat woolwich dan oksitosin terhadap kecukupan ASI sesudah diberikan pijatan pada kelompok eksperimen dan kontrol dan

PEMBAHASAN

Kasus ini adalah study deskriptif dengan pendekatan asuhan kebidanan berbasis bukti (*evidence based case report*). Studi kasus ini menggunakan 1 subjek yaitu Ny.S dengan diagnosis P2A0 Post Partum hari ke-1 dengan keadaan baik. Ny.S mengatakan ASI nya keluar sedikit.

Berdasarkan pengkajian Ny. S berumur 24 tahun dan suaminya berumur 25 tahun ini merupakan anak keduanya. Berdasarkan pengkajian data

tidak ada pengaruh yang signifikan antara kelompok kontrol dan intervensi sebelum dilakukan pemijatan pada Ibu Post Partum 1-7 hari ada pengaruh yang signifikan rata-rata kecukupan ASI antara kelompok Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Sesudah Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu Post Partum⁵

di dapatkan bahwa ASI yang keluar pada payudara ibu hanya sedikit. Tindakan non-farmakologi yang diberikan pada Ny. S untuk mengatasi ASInya yang sedikit adalah dengan pijat woolwich. Pijat woolwich adalah pemijatan yang dilakukan pada area sinus laktiferus tepatnya 1-1,5 cm di atas areola mammae, dengan tujuan untuk mengeluarkan ASI yang ada pada sinus laktiferus. Pijat Woolwich akan merangsang sel saraf pada payudara. Rangsangan tersebut akan diteruskan ke hipotalamus dan direspon oleh

hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin yang akan dialirkan oleh darah ke sel mioepitel payudara untuk memproduksi ASI.⁶ Rangsang ini kemudian dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis, sehingga hipotalamus akan menekan pengeluaran faktor yang menghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya akan merangsang pengeluaran faktor yang merangsang sekresi prolaktin, selanjutnya memicu hipofise anterior sampai dengan keluar prolaktin kemudian hormon prolaktin akan merangsang sel-sel alveoli yang berfungsi untuk membuat air susu⁷ Pijat woolwich adalah salah satu perawatan payudara bagi ibu menyusui setelah melahirkan agar dapat memberikan ASI secara maksimal pada buah hatinya. Dengan pijat woolwich ini yang memiliki beberapa manfaat yang baik untuk ibu menyusui diantaranya mencegah terjadinya penyumbatan, meningkatkan peradangan payudara, memperbanyak produksi ASI, dan melancarkan pengeluaran ASI⁸

Pada Ny. S hari ke 1 setelah melahirkan, didapatkan produksi ASI ibu sedikit, terlihat dari hasil pemeriksaan pada payudara ibu sekresi yang keluar hanya sedikit. Setelah itu diberikan pijat woolwich pada ibu selama 15 menit sebelum ibu menyusui anaknya selama. Ibu diajarkan acara untuk memijat woolwich di rumah dan dianjurkan untuk menereapkan selama 7 hari. Setelah itu dilakukan evaluasi pada saat pemeriksaan nifas hari ke 3 dan ke 7 di dapatkan bahwa pengeluaran ASI nya lancar dan produksi ASI nya pun meningkat terlihat dari frekuensi menyusui, frekuensi BAK bayi dan lamanya menyusui pada hari ke 7 setelah diberikan pijat woolwich⁹

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa rata-rata pengeluaran ASI ibu nifas sebelum diberikan woolwich massage sebesar 85,733 dengan standar deviasi 5,07020 dan rata – rata pengeluaran ASI ibu nifas setelah diberikan Woolwich Massage sebesar

59,4333 dengan standar deviasi 4,01440¹⁰ Data di atas menunjukkan bahwa ada kenaikan pengeluaran ASI sebelum diberikan massage woolwich dan setelah diberikan massage woolwich. juga mengatakan berdasarkan hasil dari penelitiannya didapatkan nilai rata-rata kenaikan kadar hormone prolactin pasca tindakan massage woolwich pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan pada kelompok kontrol, demikian juga volume ASI pasca tindakan pada kelompok intervensi yang diberikan massage woolwich memiliki nilai rata-rata kenaikan yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol⁵

Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian penelitian didapatkan setelah (post) pemijatan didapatkan rata-ratanya adalah 3210.00¹¹ Ada pengaruh yang signifikan antara kombinasi pijat woolwich dan oksitosin terhadap kecukupan ASI sesudah diberikan pijatan pada kelompok eksperimen dan kontrol dan tidak ada pengaruh yang signifikan antara kelompok kontrol dan intervensi sebelum dilakukan pemijatan pada Ibu Post Partum 1-7 hari ada pengaruh yang signifikan rata-rata kecukupan ASI antara kelompok Kombinasi Pijat Woolwich dan Oksitosin Terhadap Kecukupan ASI Sesudah Diberikan Pijatan pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol pada Ibu Post Partum⁸

Oleh karena itu pijat woolwich sangat bermanfaat dilakukan pada ibu postpartum yang memiliki masalah terhadap pengeluaran ASI. Karena keunikan dan kelebihan pijat woolwich ini dapat bermanfaat memicu rangsangan sel-sel mioepitel di sekitar kelenjar payudara, kemudian rangsangan tersebut menuju ke hipotalamus dan dapat memicu hipofisis anterior untuk memproduksi hormon prolactin sehingga dapat meningkatkan pengeluaran ASI, meningkatkan sekresi ASI dan mencegah peradangan payudara Mengingat pentingnya manfaat dari pemberian ASI kepada sang anak dan juga manfaat terhadap



sang ibu. Dan hasil penelitian dalam jurnal yang di dapat ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum⁵

SIMPULAN

Kesimpulan pemberian pijat woolwich berguna untuk memperlancar produksi ASI pada ibu nifas, ternyata efektif setelah pemberian pijat woolwich selama 15 menit selama 7 hari ASI ibu menjadi lancar dan ibu pun merasa senang karena dapat memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih penulis berikan kepada pihak puskesmas yang sudah memfasilitasi ibu nifas dalam mendapatkan intervensi pijat woolwich untuk memperlancar produksi ASI.

DAFTAR RUJUKAN

1. The F, Hasan M, Saputra SD. Edukasi Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Gambesi. *Surya Masyarakat*. 2023;5(2):208. doi:10.26714/jsm.5.2.2023.208-213
2. Handarini N, Galaupa R. Perilaku Pemberian ASI Eksklusif Oleh Ibu Dengan Usia Di Bawah 20 Tahun Di Puskesmas Danau Indah Kec. Cikarang Barat Kab. Bekasi. Published online 2023.
3. Nova Yulita, Sellia Juwita, Ade Febriani. Perilaku Ibu Nifas Dalam Meningkatkan Produksi ASI. *Oksitosin*. 2020;7(1):53-61. doi:10.35316/oksitosin.v7i1.619
4. Fatrin T, Soleha M, Apriyanti T, Sari Y, Aryanti A. Edukasi praktik pijat oksitosin terhadap peningkatan kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI). *Hummed*. 2022;3(1):39-46. doi:10.32539/Hummed.V3I1.73
5. Nurvitasari S, Pujiastuti R, Arfiana A. Effectiveness of Woolwich Massage to Meet Adequacy of Breast Milk in Newborns. *MANR*. 2019;1(1):57. doi:10.31983/manr.v1i1.4067
6. Badrus AR. Perbedaan Massage Woolwich Dan Massage Rolling (Punggung) Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *htc*. 2018;1(1):43. doi:10.25139/htc.v1i1.1081
7. Nurainun E, Susilowati E. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas : Literature Review. *JKK*. 2021;7(1):20. doi:10.30602/jkk.v7i1.611
8. Putri FRI, Soleman SR, Listyorini D. PENERAPAN PIJAT WOOLWICH UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM DI RSUD KABUPATEN KARANGANYAR. 2023;(8).
9. Sari VPU, Syahda S. PENGARUH PIJAT OKETANI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGKINANG KOTA. 2020;4(2).
10. Usman H. Kombinasi Metode Pijat Woolwich dan Massage Rolling (punggung) Mempengaruhi Kecukupan ASI pada Ibu Post Partum. 2019;1(2).
11. Dinengsih S. Pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich dan Pijat Oksitoksin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *jqwh*. 2020;3(2):133-139. doi:10.30994/jqwh.v3i2.62
12. Litasari R, Mahwati Y, Rasyad AS. Pengaruh pijat oksitosin terhadap pengeluaran dan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan STIKes Muhammadiyah Ciamis*. 2020;5(2):61-70. doi:10.52221/jurkes.v5i2.37
13. Nurahmawati D. Analisis faktor breast care pada ibu post partum terhadap produksi ASI di Rumah Sakit Angkatan



- Darat Kota Kediri. *Jurnal Nusantara Medika*. 2021;5(1):61-70.
14. Randayani Lubis D, Anggraeni L. Pijat Oksitosin terhadap kuantitas produksi Asi pada ibu menyusui yang memiliki bayi berusia 0-6 Bulan. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 2021;7(3) :576-583.
15. Widiyanti, F. A., Setyowati, H., Sari, K., & Susanti R. Perbedaan antara dilakukan Pijatan Oksitosin dan tidak dilakukan pijatan oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Ambarawa. *Journal Kebidanan Ngudi Waluyo*. 2014;1.