

PERCEPATAN LACTOGENESIS II MELALUI KOMBINASI
PIJAT WOOLWICH DAN LOVING LACTATION MESSAGE

Nurul Kaamilah^{1,2✉}, Gatot N.A Winarno³, Firman F. Wirakusumah³, Dini Fitri
Damayanti²

¹Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran Bandung, Indonesia

² Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak, Pontianak, Indonesia

³ Departemen Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Padjadjaran/RSUD Dr. Hasan
Sadikin, Bandung, Indonesia
Email: nrlkaamilah@gmail.com

| Info Artikel | Abstrak |
|--|---|
| <p><i>Kata Kunci:</i> Onset Laktasi; Pijat Laktasi; Lactogenesis II;</p> | <p>Latar Belakang: Keterlambatan keluarnya ASI (Delayed Onset Lactogenesis II) dapat menyebabkan penghentian menyusui dini. Upaya nonfarmakologis seperti pijat Woolwich dan Loving Lactation Massage dapat membantu mempercepat keluarnya ASI dengan merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Tujuan: Mengetahui perbedaan efektivitas pijat Woolwich, Loving Lactation Massage, dan kombinasi keduanya terhadap percepatan lactogenesis II pada ibu nifas. Metode: Penelitian kohort prospektif non-randomized control group dilakukan pada 51 ibu nifas normal di PMB Kota Pontianak. Subjek dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu tanpa pijat, pijat Woolwich, dan pijat gabungan Woolwich serta Loving Lactation Massage. Setiap intervensi dilakukan selama ±30 menit oleh bidan terlatih pada hari pertama dan kedua postpartum. Analisis data menggunakan ANOVA satu arah dengan $p < 0,05$. Hasil: Rata-rata waktu lactogenesis II pada kelompok tanpa pijat 47,45 jam, pijat Woolwich 44,65 jam, dan pijat gabungan 31,50 jam ($p=0,001$). Kesimpulan: Kombinasi pijat Woolwich dan Loving Lactation Massage terbukti lebih efektif mempercepat lactogenesis II dibandingkan pijat tunggal maupun tanpa</p> |

ACCELERATING LACTOGENESIS II THROUGH A COMBINATION OF
WOOLWICH MASSAGE AND LOVING LACTATION MESSAGE

| Article Info | Abstract |
|---|---|
| <p><i>Keywords:</i> Onset of lactation; Lactation Massage; Lactogenesis</p> | <p>Background: Delayed Onset of Lactogenesis II can lead to premature cessation of breastfeeding. Non-pharmacological interventions such as Woolwich massage and Loving Lactation Massage can accelerate milk secretion by stimulating prolactin and oxytocin. Objective: To determine the difference in effectiveness between Woolwich massage, Loving Lactation Massage, and their combination in accelerating Lactogenesis II among postpartum mothers. Methods: This prospective cohort study with a non-randomized control group involved 51 normal postpartum mothers in Pontianak. Participants were divided into three groups: no massage, Woolwich massage, and a combination of Woolwich and Loving Lactation Massage. Each massage was performed for approximately 30 minutes by trained midwives on the first and second postpartum days. Data were analyzed using one-way ANOVA with a significance level of $p < 0.05$. Results: The average time to Lactogenesis II was 47.45 hours (no massage), 44.65 hours (Woolwich), and 31.50 hours (combined massage) ($p=0.001$). Conclusion: The combination of Woolwich and Loving Lactation Massage is more effective in accelerating Lactogenesis II compared to a single massage or no intervention</p> |

Pendahuluan

Undang-undang nomor 17 Tahun 2007 tentang Rencana Pembangunan Jangka Panjang Nasional (RPJMN) Tahun 2005-2025 menyebutkan bahwa pembangunan kesehatan hakikatnya adalah upaya yang dilaksanakan oleh semua komponen bangsa Indonesia yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi. Rencana pembangunan berwawasan kesehatan yang berkesinambungan atau *Health in All Policies* (HiAPs), yaitu dimana seluruh komponen bangsa mempunyai tanggung jawab terhadap pembangunan kesehatan, baik itu anggota masyarakat, pemerintah, swasta, organisasi kemasyarakatan, maupun profesi. Seluruh pembangunan sektoral harus mempertimbangkan kontribusi dan dampaknya terhadap kesehatan. Kementerian Kesehatan memiliki tanggung jawab besar untuk pencapaian target strategi nasional di bidang kesehatan, yaitu kesehatan ibu dan anak, perbaikan gizi masyarakat, pencegahan dan pengendalian penyakit, Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) dan penguatan sistem kesehatan melalui transformasi kesehatan. Kementerian Kesehatan terus melakukan terobosan dan inovasi guna percepatan pencapaian target nasional pada tahun 2024 dan target *Sustainable Development Goals* (SDGs) tahun 2030 di bidang Kesehatan. (Kementerian Kesehatan 2020)

Secara nasional cakupan ASI eksklusif pada tahun 2020 sebesar 66,1 % dan pada tahun 2021 terjadi peningkatan menjadi 82,7 % (Kementerian Kesehatan n.d.-a, n.d.-b). Cakupan bayi mendapat ASI Eksklusif di Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2020 sebesar 61,6% dan pada tahun 2021 sebesar 52,1% (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat n.d.-a, n.d.-b). Capaian pemberian ASI Eksklusif pada Kota Pontianak tahun 2020 sebesar 64,4% dan pada tahun 2021 sebesar 64,5% (Dinas Kesehatan Kota Pontianak n.d.-a, n.d.-b). Dari data tersebut didapatkan kenaikan cakupan pemberian ASI Eksklusif di Kota Pontianak sebesar 0,1%.

Onset laktasi adalah masa permulaan untuk memperbanyak air susu sampai air susu keluar pertama kali atau persepsi ibu kapan air susunya keluar (*come in*) yang ditandai dengan payudara terasa keras, berat, bengkak sampai air susu atau

kolostrum keluar. Onset laktasi disebut juga laktogenesis tahap II, dimulai sejak 24 jam *postpartum*, ditandai dengan payudara terasa penuh, payudara terasa besar atau membengkak dan air susu merembes (Rocha et al. 2020a). *Delayed Onset Lactogenesis II* didefinisikan sebagai onset laktogenesis II lebih dari 72 jam pasca persalinan. *Delayed Onset Lactogenesis II* dapat menyebabkan penghentian menyusui dini (Donna J. Chapman n.d.). Pada penelitian yang dilakukan oleh Nommsen-Rivers menyatakan 44% ibu mengalami *Delayed Onset Lactogenesis*. Wanita yang mengalami *Delayed Onset Lactogenesis* memiliki risiko lebih besar mengalami durasi menyusui yang pendek. (Brownell et al. 2012). Penelitian Preusting. I (2017) menyatakan Wanita yang mengalami *Delayed Onset Lactogenesis II* cenderung mengalami obesitas dan tidak berhasil dalam melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) (Preusting et al. 2017). Sembiring RN (2020) menyatakan Inisiasi menyusui dini (IMD) berhubungan dengan keterlambatan onset laktasi. Bayi yang mengalami inisiasi menyusui dini, delapan kali lebih berhasil menyusui secara eksklusif dan dapat merangsang produksi air susu pada masa laktogenesis II. (Kebidanan et al. n.d.)

Berbagai alternatif dapat dilakukan untuk meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu setelah melahirkan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin selain dengan memeras ASI, dapat juga dilakukan dengan melakukan perawatan payudara, Inisiasi Menyusu Dini (IMD), nutrisi, pijat-pijatan seperti metode pijat *woolwich*, pijat oksitosin, teknik marmet dan lain-lain (Dwi Yuliati et al. n.d.). 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 memengaruhi saraf vegetatif dan jaringan bawah kulit menjadi melemas sehingga memperlancar aliran darah pada sistem ductus sehingga aliran ASI akan menjadi lancar (Erniyati Berkah Pamuji et al. n.d.). Aryani. Y (2019) mencoba meneliti tentang perbedaan pijat *Woolwich* dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas hari ke 1-3 di Praktik Mandiri Bidan Dince Safrina Kota Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata pijat *Woolwich* mempunyai rata-rata 9,00 (SD: 0,926) lebih rendah dibanding yang dilakukan pijat oksitosin. 9.93. (Aryani, Hasan, and Atikasari 2019)

Menyusui merupakan proses alami yang penting bagi kesehatan ibu dan bayi, namun dalam praktiknya sering kali menghadapi kendala seperti keterlambatan keluarnya ASI (*Delayed Onset Lactogenesis II*). Kondisi ini dapat menghambat keberhasilan menyusui eksklusif. Salah satu upaya

nonfarmakologis untuk mempercepat keluarnya ASI adalah melalui pijat laktasi, seperti metode Woolwich dan Loving Lactation Massage, yang bekerja dengan merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas pijat Woolwich, Loving Lactation Massage, dan kombinasi keduanya terhadap percepatan lactogenesis II pada ibu nifas.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain kohort prospektif dengan rancangan non-randomized control group. Subjek penelitian dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu kelompok tanpa perlakuan, kelompok pijat Woolwich, dan kelompok pijat gabungan Woolwich serta Loving Lactation Massage. Setiap intervensi pijat dilakukan selama ± 35 menit oleh bidan terlatih pada hari pertama postpartum. Analisis data dilakukan menggunakan uji ANOVA satu arah untuk melihat perbedaan waktu terjadinya lactogenesis II antar kelompok, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Sampel pada penelitian ini yaitu 17 orang pada masing masing kelompok. Sehingga total responden menjadi 51 responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Langkah-langkah pemijatan metode *Woolwich*, langkah-langkah Pemijatan Gabungan *Woolwich* dan Metode *Loving Lactation Massage* dan lembar observasi *lactogenesis II* yang ditandai dengan payudara terasa keras, berat, bengkak sampai air susu keluar menggunakan *Lembar observasi* dan dilaporkan oleh ibu sendiri (*Self Reported*) dan dilakukan pengecekan kembali oleh bidan. Hasil ukur yaitu durasi waktu dari jam persalinan sampai terjadinya *lactogenesis II* dalam satuan jam.

Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan surat kelayakan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran dalam bentuk Pembebasan Etik (*Ethical Exemption*) No: 286/UN6.KEP/EC/2023. Dalam riset ini subjek dilindungi dengan etika riset dengan memperhatikan aspek-aspek *self determination, privacy, anonymity, justice, protection from discomfort*. Peneliti juga membuat *informed consent* sebelum riset dilakukan

Hasil dan Pembahasan

Riset ini dilaksanakan di Kota Pontianak Kalimantan Barat pada 3 (tiga) Praktik Mandiri Bidan (PMB) di Kota Pontianak yaitu PMB Heti Setianingsih, PMB Marsini Karni dan PMB Eqka Hartikasih. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dari 51 subjek penelitian.

Tabel 1. Perbedaan Gabungan pijat laktasi metode woolwich dengan metode loving lactation massage dalam mempercepat lactogenesis II.

| No. | Jenis Perlakuan | N | Waktu Onset laktasi | | p |
|-----|-----------------|----|---------------------|------------------|-------|
| | | | Mean (\pm SD) | Median (Min-Max) | |
| 1 | Tanpa Perlakuan | 17 | 47,45 | 30-78 | 0,001 |
| 2 | Pijat Woolwich | 17 | 44,65 | 25-78 | |
| 3 | Pijat Gabungan | 17 | 31,50 | 16-53 | |

*uji anova

Hasil uji ANOVA pada tabel 1 menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara ketiga kelompok ($p=0,001$). Ibu yang mendapatkan pijat gabungan mengalami onset laktasi lebih cepat 13,15 jam dibandingkan kelompok pijat Woolwich dan 15,95 jam dibandingkan kelompok tanpa perlakuan. Hasil ini menunjukkan bahwa kombinasi kedua metode pijat memiliki efek sinergis dalam mempercepat proses lactogenesis II.

Tabel 2. Variabel perancu dengan variable terikat

| Karakteristik | Tanpa perlakuan | Woolwich | Gabungan | p |
|----------------------|-----------------|----------|----------|------|
| 1. Umur | | | | |
| 20-35 thn | 1 | 2 | 1 | ,205 |
| <20->35 thn | 16 | 15 | 16 | |
| Jumlah | 17 | 17 | 17 | |
| 2. Pendidikan | | | | |
| Dasar | 0 | 3 | 0 | ,286 |
| Menengah | 17 | 12 | 12 | |
| Tinggi | 0 | 2 | 5 | |
| Jumlah | 17 | 17 | 17 | |
| 3. Pekerjaan | | | | |
| Tidak bekerja | 16 | 16 | 12 | ,850 |
| Bekerja | 1 | 1 | 5 | |
| Jumlah | 17 | 17 | 17 | |
| 4. Paritas | | | | |
| Primigravida | 8 | 4 | 4 | ,630 |
| Multigravida | 9 | 12 | 13 | |
| Grandemulti | 0 | 1 | 0 | |
| Jumlah | 17 | 17 | 17 | |

Hasil analisis pada tabel Tabel 2 menunjukkan tidak ada hubungan antara umur, pendidikan, pekerjaan dan gravida ($p > 0,05$) dengan waktu terjadinya *lactogenesis II* di Kota Pontianak. Tidak ada satu pun variable perancu yang memiliki nilai korelasi yang bermakna terhadap skor waktu terjadinya *lactogenesis II*

Hubungan Karakteristik Subjek Penelitian dengan waktu terjadinya *Lactogenesis II*

Karakteristik subjek pada penelitian ini meliputi umur, pendidikan, pekerjaan dan gravida dengan jumlah responden sebanyak 51 orang. Hasil penelitian menunjukkan faktor perancu umur, pendidikan, pekerjaan dan gravida tidak memiliki hubungan terhadap waktu terjadinya *lactogenesis II*.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden dalam kategori umur tidak beresiko yaitu 20-35 tahun sebanyak 47 responden (92,2%) dan responden umur beresiko sebanyak 4 responden (7,8%). Hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan umur ibu dengan waktu terjadinya *lactogenesis II* ($p=0,264$). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Parker. L dkk (2015) dengan hasil tidak ada hubungan umur ibu dengan *lactogenesis II* ($p=0,710$). (Parker et al. 2015) namun tetapi usia ibu berhubungan dengan BMI Pra kehamilan dan BMI pra kehamilan tidak memiliki hubungan terhadap waktu terjadinya *lactogenesis II*. (Rocha et al. 2020b) Hasil penelitian ini didapatkan 4 orang ibu nifas dengan usia resiko tinggi (<20 - >35 tahun) dan tidak mengalami *delay onset lactogenesis II*.

Variabel selanjutnya yaitu Pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan Sebagian besar responden berpendidikan menengah sebanyak 41 orang (80,4%). Hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan Pendidikan ibu dengan waktu terjadinya *lactogenesis II* ($p=0,318$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pramesi, dkk (2021) yang menunjukkan ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi sebagian besar mengalami onset laktasi yang cepat. (Yusi et al. n.d.) Hal ini disebabkan semakin tinggi tingkat pendidikan ibu maka akan semakin luas wawasan dan mempermudah ibu menerima pengetahuan yang baru terutama tentang menyusui sehingga akan memperlancar terjadinya onset laktasi. Menurut Notoatmodjo (2012), pendidikan merupakan proses menumbuh kembangkan seluruh kemampuan dan perilaku manusia melalui pengetahuan. Tingkat pendidikan yang semakin tinggi akan membuat pengetahuan seseorang menjadi lebih baik. Dengan pendidikan yang baik seseorang akan memperoleh pengalaman yang diterima oleh pemikiran yang kritis, sehingga akan dapat menambah wawasan. Tingkat pendidikan yang tinggi juga memungkinkan seseorang untuk lebih terbuka, karena dengan pengetahuan dan tingkat intelegasi yang dimiliki menjadi salah satu faktor keberhasilan seseorang dalam memahami

sesuatu informasi terutama dalam hal ini informasi tentang menyusui.

Variabel perancu selanjutnya yaitu pekerjaan. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden tidak bekerja yaitu sebanyak 44 orang (86,3%). Hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan pekerjaan ibu dengan waktu terjadinya *lactogenesis II* ($p=0,850$). Dari hasil penelitian didapatkan sebanyak 2 (3,9%) responden mengalami *Delayed Onset Lactogenesis* pada kelompok tanpa perlakuan dan kelompok *Woolwich*. Pada penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan status pekerjaan dengan waktu terjadinya *Lactogenesis II*.

Variabel perancu paritas didapatkan Sebagian besar responden dengan status multipara sebanyak 34 responden (66,7%). Hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan paritas ibu dengan waktu terjadinya *lactogenesis II* ($p=0,743$). Hasil ini didukung oleh penelitian Ningsih. I (2015) tidak ada hubungan paritas dengan onset laktasi ibu. (Ningsih n.d.) Sejalan dengan penelitian Sembiring. R (2017) tidak terdapat hubungan paritas dengan keterlambatan onset laktasi. (Sembiring n.d.) Dalam proses penelitian, peneliti melihat ibu primipara lebih banyak didampingi oleh keluarga saat melahirkan anak pertama dibandingkan dengan multipara. Hal ini memberikan dukungan positif bagi ibu untuk keberhasilan menyusui.

Perbedaan Gabungan Pijat Laktasi Metode Woolwich Dengan Metode Loving Lactation Massage Dalam Mempercepat *Lactogenesis II* Di Kota Pontianak

Laktogenesis II adalah masa permulaan untuk memperbanyak air susu sampai air susu keluar pertama kali atau persepsi ibu kapan air susunya keluar (come in) yang ditandai payudara terasa keras, berat, bengkak sampai air susu keluar, perasaan penuh pada payudara secara tiba-tiba identifikasi permulaan *laktogenesis II*, yang biasanya terjadi antara 30 dan 40 jam setelah kelahiran bayi cukup bulan (Neville and Morton 2001)

Laktogenesis II yang gagal adalah suatu kondisi di mana ibu tidak dapat mencapai laktasi penuh. Terdapat dua faktor gagalnya *lactogenesis II* pada ibu, yaitu ketidakmampuan primer untuk menghasilkan volume ASI yang memadai, atau kondisi sekunder akibat manajemen menyusui yang tidak tepat dan/atau masalah terkait bayi. Kemungkinan penyebab kegagalan laktasi sekunder termasuk kondisi apapun pada bayi yang mengakibatkan hisapan yang tidak efektif/lemah, kondisi apa pun pada ibu yang mengakibatkan pengosongan payudara yang tidak sempurna seperti pelekatan yang tidak tepat (Hurst 2007).

Hasil penelitian ini menunjukkan ibu yang diberikan pijat laktasi metode *woolwich* tidak

mengalami *delayed onset lactation*, ibu kelompok perlakuan pijat *Woolwich* mengalami lactogenesis II rata rata 44,65 jam, lebih cepat 2,8 jam dibanding dengan kelompok tanpa perlakuan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Brokah dkk (2017) menyatakan pijat *Woolwich* memengaruhi produksi ASI. Pemberian intervensi pijat *Woolwich* akan merangsang keluarnya hormon endorfin. Endorfin merupakan molekul protein yang diproduksi sel-sel dari sistem saraf dan beberapa bagian tubuh yang berguna untuk bekerja sama dengan reseptor sedativa untuk mengurangi rasa sakit (Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan et al. 2017). Pada penelitian ini didapatkan 2 responden yang mengalami keterlambatan onset laktasi, 1 responden pada kelompok tanpa pijat dengan waktu 78,92 jam dan 1 responden pada kelompok *Woolwich* dengan waktu 78,43 jam.

Hasil penelitian pada kelompok pijat gabungan *woolwich* dan *Loving Lactation Massage* didapatkan ibu yang diberikan pijat gabungan mengalami onset laktasi rata-rata 31,50 jam yaitu 13,15 jam lebih cepat dari kelompok yang diberikan pijat metode *woolwich* dan 15,95 jam lebih cepat dari kelompok tanpa perlakuan. Hasil ini membuktikan ibu nifas diberikan pijat gabungan *woolwich* dan *Loving lactation massage* lebih cepat mengalami onset laktasi dibanding dengan ibu nifas yang diberikan pijat metode *woolwich*.

Pada pemijatan metode *Loving Lactation Massage* dilakukan pemijatan pada bagian tubuh tertentu pada titik-titik rangsangan hormon oksitosin. Pemijatan metode *Loving Lactation Massage* ini merupakan penggabungan dari pijat laktasi dan pijat oksitosin. Pijat laktasi dilakukan pada bagian bagian tubuh tertentu seperti kepala, leher, bahu, punggung, dan payudara untuk memperlancar proses menyusui. Sedangkan pijat oksitosin dilakukan pemijatan tulang belakang pada daerah punggung mulai dari costae (tulang rusuk) ke 5-6 memanjang kedua sisi tulang belakang sampai ke scapula (tulang belikat) yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis, saraf yang berpangkal pada medula oblongata dan pada daerah sacrum dari medula spinalis, merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin, oksitosin menstimulasi kontraksi sel-sel otot polos yang melingkari duktus laktiferus kelenjar mammae menyebabkan kontraktilitas mioepitel payudara sehingga dapat meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae.

Kombinasi pijat *Woolwich* dan *Loving Lactation Massage* memengaruhi dua jalur refleksi neuroendokrin utama. Pijat *Woolwich* merangsang ujung saraf sensorik di payudara dan meningkatkan aliran darah lokal, sementara

Loving Lactation Massage menstimulasi saraf parasimpatis di sepanjang tulang belakang yang memicu pelepasan oksitosin dari hipofisis posterior. Sinergi kedua mekanisme ini mempercepat kontraksi sel mioepitel payudara sehingga meningkatkan pemancaran ASI.

Hasil penelitian Septiani dkk (2018) menunjukkan bahwa ibu yang dilakukan pijat laktasi terjadi onset laktasi lebih cepat dengan nilai rata-rata 35,05 jam, sedangkan yang dilakukan pijat oksitosin rata-rata onset laktasinya 49,14 jam. Terdapat perbedaan yang bermakna ($p\text{-value}=0,002$) antara pijat laktasi dan pijat oksitosin terhadap onset laktasi. Perbedaan onset laktasi yang bermakna dalam hal ini dapat disebabkan karena pada pijat laktasi dilakukan pemijatan pada lebih banyak titik pada bagian tubuh seperti di leher, bahu, punggung, dan payudara, serta durasi pemijatan yang lebih lama yaitu ± 30 menit. Sedangkan pijat oksitosin dilakukan pemijatan hanya pada daerah punggung dengan durasi pemijatan selama ± 15 menit (Septiani, Martini, and Andini 2019).

Pijat laktasi adalah Gerakan pemijatan pada bagian-bagian tubuh tertentu seperti kepala, leher, bahu, punggung dan payudara untuk memperlancar proses menyusui. Jaringan payudara banyak berisi pembuluh getah bening dan pembuluh darah, pembuluh darah yang terhambat menjadi penyebab kurang lancarnya produksi dan alisan ASI (Dewi and Aprilianti 2018).

Percepatan lactogenesis II pada kelompok pijat gabungan kemungkinan disebabkan oleh stimulasi simultan terhadap saraf parasimpatis dan peningkatan sekresi hormon oksitosin serta prolaktin. Pijat *Woolwich* meningkatkan aliran darah dan merelaksasi jaringan payudara, sedangkan *Loving Lactation Massage* menstimulasi refleks oksitosin melalui pemijatan di sepanjang tulang belakang dan daerah belikat. Kombinasi kedua teknik ini memberikan efek fisiologis yang lebih optimal terhadap pengeluaran ASI. Temuan ini sejalan dengan penelitian Dewi dan Aprilianti (2018) serta Suprihatin dan Maemonah (2018) yang melaporkan peningkatan kadar prolaktin dan percepatan onset laktasi setelah dilakukan intervensi pemijatan.

Penelitian ini menawarkan pendekatan baru dengan menggabungkan dua metode pijat yang selama ini diteliti secara terpisah, yaitu pijat *Woolwich* dan *Loving Lactation Massage*. Kombinasi keduanya diharapkan memberikan efek sinergis terhadap percepatan lactogenesis II, yang hingga saat ini belum banyak dilaporkan dalam literatur Indonesia. Temuan ini memberikan kontribusi baru dalam praktik kebidanan nonfarmakologis dengan menegaskan bahwa kombinasi teknik pijat memiliki efek sinergis terhadap stimulasi hormon laktasi.

Penutup

Kombinasi pijat Woolwich dan Loving Lactation Massage terbukti lebih efektif dalam mempercepat waktu terjadinya lactogenesis II dibandingkan pijat Woolwich tunggal maupun tanpa pijat. Metode ini dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis sederhana untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada ibu nifas. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa intervensi kombinasi pijat Woolwich dan Loving Lactation Massage merupakan strategi efektif untuk mempercepat laktogenesis II melalui stimulasi refleksi oksitosin dan prolaktin yang sinergis.

Daftar Pustaka

- Aryani, Yeni, Zuchrah Hasan, and Pratiwi Atikasari. 2019. *Perbedaan Pijat Woolwich Dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Hari Ke 1-3 Di Praktik Mandiri Bidan Dince Safrina Kota Pekanbaru*. Vol. 7.
- Brownell, Elizabeth, Cynthia R. Howard, Ruth A. Lawrence, and Ann M. Dozier. 2012. "Delayed Onset Lactogenesis II Predicts the Cessation of Any or Exclusive Breastfeeding." *Journal of Pediatrics* 161(4):608–14. doi:10.1016/j.jpeds.2012.03.035.
- Dewi, Riana Andam, and Cia Aprilianti. 2018. "Pijat Pada Ibu Postpartum Dengan Onset Laktasi." *Jurnal Kesehatan* 9(3):376. doi:10.26630/jk.v9i3.1097.
- Dinas Kesehatan Kota Pontianak. n.d.-a. *Profil Kesehatan Kota Pontianak Tahun 2020*. <http://dinkes.pontianakkota.go.id/>.
- Dinas Kesehatan Kota Pontianak. n.d.-b. "Profil Kesehatan Kota Pontianak Tahun 2021."
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat. n.d.-a. "Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat 2020."
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat. n.d.-b. "Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat 2021."
- Donna J. Chapman, MS, RD, Rafael Perez-Escamilla, PhD. n.d. "Identification of Risk Factors for Delayed Onset of Lactation."
- Dwi Yuliati, Nia, Sri Rahayu, Noor Pramono, Donny Kristanto Mulyantoro, Magister Terapan Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Semarang, KSM Forensik RSUP Kariadi Semarang, Jurusan Kebidanan, KSM Obstetri-Ginekologi RSUP Kariadi Semarang, Nia Dwi Yuliati Magister Terapan Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Semarang Jl Tirta Agung, and Kota Semarang. n.d. *The Impact Of Combination Of Rolling And Oketani Massage On Prolactin Level And Breast Milk Production In Post-Cesarean Section Mothers*. Vol. 3. <http://belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/>.
- Erniyati Berkah Pamuji, Siti, Sri Rahayu, STIKes Bhamada Slawi, Program Pasca Sarjana Undip Semarang, and Poltekkes Kemenkes Semarang. n.d. *Studi Pada Ibu Postpartum Di Griya Hamil Sehat Mejasem Kabupaten Tegal*.
- Hurst, Nancy M. 2007. "Recognizing and Treating Delayed or Failed Lactogenesis II." *Journal of Midwifery and Women's Health* 52(6):588–94. doi:10.1016/j.jmwh.2007.05.005.
- Kebidanan, Prodi, Pematangsiantar Poltekkes, Kemenkes Medan, Jalan Pane, No 36 Kel, Tomuan Kec, Siantar Timur, and Kota Pematangsiantar. n.d. "Keterlambatan Onset Laktasi Pada Ibu Postpartum Normal Ribka Nova Sartika Sembiring." *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)* 4(1). doi:10.33757/jik.v4i1.254.g119.
- Kementerian Kesehatan. 2020. "Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2020-2024." 6–30. <https://farmalkes.kemkes.go.id/2021/03/rencana-strategis-kementerian-kesehatan-tahun-2020-2024/>.
- Kementerian Kesehatan. n.d.-a. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*.
- Kementerian Kesehatan. n.d.-b. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*.
- Neville, Margaret C., and Jane Morton. 2001. *Symposium: Human Lactogenesis II: Mechanisms, Determinants and Consequences Physiology and Endocrine Changes Underlying Human Lactogenesis II 1,2*. <https://academic.oup.com/jn/article-abstract/131/11/3005S/4686700>.
- Ningsih, Ida. n.d. "Hubungan Paritas Dengan Onset Laktasi Pada Ibu Post Partum Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2015."
- Parker, Leslie A., Sandra Sullivan, Charlene Krueger, and Martina Mueller. 2015. "Association of Timing of Initiation of Breastmilk Expression on Milk Volume and Timing of Lactogenesis Stage II among Mothers of Very Low-Birth-Weight Infants." *Breastfeeding Medicine* 10(2):84–91. doi:10.1089/bfm.2014.0089.
- Preusting, Irma, Jessica Brumley, Linda Odibo, Diane L. Spatz, and Judette M. Louis. 2017. "Obesity as a Predictor of Delayed Lactogenesis II." *Journal of Human*

- Lactation* 33(4):684–91.
doi:10.1177/0890334417727716.
- Rocha, Beatriz de Oliveira, Marcia Penido Machado, Livia Lima Bastos, Livia Barbosa Silva, Ana Paula Santos, Luana Caroline Santos, and Maria Candida Ferrarez Bouzada. 2020a. “Risk Factors for Delayed Onset of Lactogenesis II Among Primiparous Mothers from a Brazilian Baby-Friendly Hospital.” *Journal of Human Lactation* 36(1):146–56.
doi:10.1177/0890334419835174.
- Rocha, Beatriz de Oliveira, Marcia Penido Machado, Livia Lima Bastos, Livia Barbosa Silva, Ana Paula Santos, Luana Caroline Santos, and Maria Candida Ferrarez Bouzada. 2020b. “Risk Factors for Delayed Onset of Lactogenesis II Among Primiparous Mothers from a Brazilian Baby-Friendly Hospital.” *Journal of Human Lactation* 36(1):146–56.
doi:10.1177/0890334419835174.
- Sembiring, Ribka. n.d. “Keterlambatan Onset Laktasi Pada Ibu Postpartum Normal.” *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan)* 4(1).
doi:10.33757/jik.v4i1.254.g119.
- Septiani, Ranny, Martini Martini, and Lia Fitri Andini. 2019. “Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Aromaterapi Clary Sage Terhadap Onset Laktasi.” *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik* 14(2):211.
doi:10.26630/jkep.v14i2.1309.
- Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan, Pengembangan, Gizi dan Kesehatan, Oleh Liberty Barokah, Faradila Utami, Amd Keb, and Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Achmad Yani Yogyakarta. 2017. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Papers DI BPM Appi Amelia Bibis Kasihan Bantul*.
- Suprihatin, Kusmini, and Siti Maemonah. 2018. *Prolaktin Pada Ibu MENYUSUI Primipara Di Puskesmas Kabupaten Sidoarjo*. Vol. XI.
- Yusi, Dina, Ayu Pramesi, Afnani Toyibah, and Reni Wahyu. n.d. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Onset Laktasi Pada Ibu Post Partum Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Puri Bunda Malang*. Vol. 10.