
PENGARUH KOMBINASI PIJAT WOOLWICH DAN DO'A PILIHAN MENGGUNAKAN ROLL ON SAUM OIL TERHADAP EFIKASI DIRI IBU MENYUSUI

¹⁾Dewi Andariya Ningsih, ²⁾Liana Devi Oktavia

¹⁾Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibrahimy

²⁾Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang

¹⁾Jl. Banyuwangi Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah – Situbondo – Indonesia

²⁾Jl. Pulau Bangka, Padang Baru - Bangka Belitung - Indonesia

E-mail : ¹⁾dewiandariya01@gmail.com, ²⁾devipangkalpinang@gmail.com

Kata Kunci:

Pijat Wolwich, Efikasi Diri,
Primigravida

Keywords:

Wolwich Massage, Self-
Efficacy, Primigravida

Info Artikel

Tanggal dikirim:14-01-2025

Tanggal direvisi:19-02-2025

Tanggal diterima:07-03-2025

DOI Artikel:

10.36341/jomis.v9i2.5637

[Creative Commons Attribution-
NonCommercial-ShareAlike
4.0 International License.](#)

ABSTRAK

Kendala pada saat proses menyusui sering kali menjadi hambatan dan ketidakpercayaan diri ibu dalam memberikan ASI secara maksimal. Salah satu terapi komplementer yang mudah dilakukan oleh ibu menyusui yaitu Pijat Wowich. Sehingga ibu menyusui dapat menerapkan pemijatan secara mandiri dengan mendengarkan do'a pilihan dan setelah selesai dilakukan pemijatan. Ibu dapat mengoleskan Roll On Saum Oil di bagian punggung ibu sebagai penambah rasa rileks. Tujuan penelitian untuk mengetahui hasil uji organoleptik pembuatan Roll On Saum Oil sebagai minyak pijat bagi ibu menyusui dan pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich Dan Do'a Pilihan Menggunakan Roll On Saum Oil Terhadap Efikasi Diri Pada Ibu Primipara. Langkah awal penelitian dengan melakukan uji organoleptik terlebih dahulu. Responden uji organoleptik Roll On Saum Oil sebanyak 30 orang. Setelah di tentukan hasil terbaik dari Roll On tersebut, maka satu sampel uji organoleptik akan digunakan oleh responden penelitian (ibu menyusui). Uji Organoleptik menggunakan uji normal Shapiro dan uji bedanya menggunakan krusial walis. Responden penelitian ini adalah ibu menyusui sebanyak 38 orang. Berdasarkan hasil tersebut, dilakukan uji Wilcoxon dan persentase korelasi karena data tidak normal. Satu kelompok digunakan untuk tes pra dan pasca dalam investigasi penelitian. Hasil dari penelitian ini terdapat perbedaan signifikan Efikasi Diri sebelum dan sesudah intervensi dengan ditandai nilai Sig. 0,000 (<0,050). Sedangkan peningkatan dialami seluruh responden ditunjukkan nilai N positive ranks sebanyak 38. Rekomendasi penelitian selanjutnya dapat mengkaji secara komprehensif makna penggunaan do'a yang spesifik untuk dapat disertakan saat pemijatan.

ABSTRACT

Obstacles during the breastfeeding process often become obstacles and mothers' lack of confidence in providing maximum breast milk. One of the complementary therapies that is easy for breastfeeding mothers to do is Wowich Massage. So that breastfeeding mothers can apply massage independently by listening to the prayer of choice and after the massage is finished. Mothers can apply Roll On Saum Oil on the mother's back as an additional sense of relaxation. The purpose of the study was to determine the results of the organoleptic test of making Roll On Saum Oil as a massage oil for breastfeeding mothers and the effect of the Combination of Woolwich Massage and Prayer of Choice Using Roll On Saum Oil on Self-Efficacy in Primiparous Mothers. The initial step of the study was to conduct an organoleptic test first. The respondents for the Roll On Saum Oil organoleptic test were 30 people. After determining the best results from the Roll On, one sample of the organoleptic test will be used by the research respondents (breastfeeding mothers). The Organoleptic test used the Shapiro normal test and the difference test used the Walis crux. The respondents for this study were 38 breastfeeding mothers. Based on these results, the Wilcoxon test and correlation percentage were conducted because the data were not normal. One group was used for pre- and post-tests in the research investigation. The results of this study showed a significant difference in Self-Efficacy before and after the intervention as indicated by the Sig. value of 0.000 (<0.050). Meanwhile, the increase experienced by all respondents was indicated by the N positive ranks value of 38. Further research recommendations can comprehensively examine the meaning of using specific prayers to be included during massage.

PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan yang kompleks dan dinamis dengan berbagai manfaat bagi bayi baru lahir dan ibunya [1]. Untuk anak di bawah usia enam bulan, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Kementerian Kesehatan menyarankan pemberian ASI eksklusif; untuk anak berusia dua tahun atau lebih, mereka menyarankan pemberian suplemen [2] Tindakan menyusui lebih dari sekadar memberi makan anak, dan melibatkan interaksi antara ibu dan anak, yang berdampak pada pertumbuhan yang memadai, perlindungan terhadap infeksi, perkembangan kognitif dan emosional, dan perlindungan di masa depan terhadap perkembangan penyakit kronis yang umum terjadi pada orang dewasa. Usia ibu telah diidentifikasi sebagai faktor penting dalam penghentian dini pemberian ASI [3]. Beberapa faktor mengganggu durasi pemberian ASI oleh ibu remaja, seperti kurangnya dukungan dan/atau informasi dari keluarga, tidak adanya pasangan, kembali bekerja atau sekolah, pemberian makanan lain pada bayi terlalu dini, dan penggunaan dot [4] Faktor relevan lainnya yang mempengaruhi perilaku wanita selama menyusui adalah keyakinan ibu terhadap kemampuannya dalam menyusui juga disebut self-efficacy menyusui [5]. Beberapa bukti telah menunjukkan bahwa peningkatan self-efficacy ibu dalam menyusui berkontribusi pada pencegahan penyapihan dini dengan mempromosikan perawatan holistik dan manusiawi, berkontribusi pada bantuan yang efektif, yang bertujuan untuk meningkatkan waktu menyusui eksklusif, dan akibatnya mengurangi morbiditas dan mortalitas anak [6].

Sasaran Pembangunan Berkelanjutan Agenda Pembangunan Berkelanjutan 2030 bertujuan untuk menurunkan angka kematian bayi baru lahir menjadi 12 per 1.000 kelahiran hidup dan kematian anak di bawah usia 5 tahun menjadi 25 per 1.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Hal ini dapat dicapai antara lain melalui penerapan pemberian ASI eksklusif yang tepat [7]. Menurut WHO 2021, Kematian neonatal mencapai 17 per 1000 kelahiran hidup (90% UI 17 sampai 19)

pada tahun 2019, yang merupakan penurunan 52% dari 37 pada tahun 1990 (90% UI 36 sampai 38) [8]. Hanya 44% bayi baru lahir di seluruh dunia yang disusui selama jam pertama kelahiran mereka, dan bahkan lebih sedikit bayi yang berusia di bawah enam bulan yang hanya diberi ASI. Di negara-negara miskin, 46% wanita menyusui anak-anak mereka secara eksklusif. Kurang dari setengah bayi yang berusia di bawah enam bulan disusui secara eksklusif [9]. Sasaran WHO untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif hingga setidaknya 50% selama enam bulan pertama tidak terpenuhi oleh hal ini. Pada tahun 2025, ini adalah sasaran kelima WHO [7]. 29,5% bayi di Indonesia diberi ASI eksklusif hingga berusia enam bulan [10]. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015–2019 menyatakan bahwa 50% bayi di bawah usia 6 bulan harus disusui secara eksklusif. Hal ini tidak sejalan dengan tujuan tersebut. Target global gizi 2025 menyebutkan bahwa praktik menyusui yang optimal adalah kunci untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat. Inisiasi dini dan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan memberikan perlindungan terhadap infeksi gastrointestinal, yang dapat menyebabkan stunting [11]. Menurut profil Kabupaten Situbondo Cakupan ASI Eksklusif Kabupaten Situbondo tahun 2020 berdasarkan laporan bulanan adalah sebesar 74,2%, yakni 758 bayi dari 1022 bayi yang diperiksa. Cakupan bayi usia 6 bulan mendapat ASI Eksklusif ditahun 2020 telah melebihi 50% target yang ditetapkan Propinsi [12]. Di puskesmas Arjasa Pada Tahun 2021, angka kematian bayi terjadi sebanyak 4 kasus. Angka kematian neonatus 0-6 hari sebanyak 2 kasus dan kasus kematian neonatus 7-28 hari sebanyak 2 kasus [13].

Ada beberapa strategi untuk merelaksasi tubuh dan pikiran seperti hypnobreastfeeding, terapi musik, teknik pernapasan dalam, teknik Benson, dan sebagainya. Penggunaan minyak saum merupakan salah satu metode relaksasi. Produksi ASI diprediksi akan meningkat saat ibu merasa lebih tenang dan rileks berkat

penggunaan minyak saum. Minyak saum merupakan salah satu minyak yang terbuat dari campuran minyak zaitun (minyak atsiri). Linalool dan linalil asetat adalah komponen aktif utama dalam minyak saum yang berkontribusi terhadap efek anti-kecemasan (relaksasi). [14]. Aroma spearmint bersifat vegetatif dan sedikit menyenangkan. Anak-anak, orang tua, dan mereka yang berkulit sensitif dapat menggunakan spearmint dengan aman [15].

Mendengarkan ayat-ayat suci Al-Quran, seorang Muslim, baik yang berbicara bahasa Arab atau tidak, mungkin merasakan perubahan fisiologis yang besar. Mereka melaporkan perasaan tidak terlalu melankolis, tidak bahagia, dan khawatir secara keseluruhan [16]. Pemberian murottal Al Quran memiliki dampak besar dalam menurunkan tingkat stres. Hal ini menunjukkan bahwa mendengarkan Al Quran dalam terapi dapat membantu pasien rileks dan mengurangi ketegangan karena menciptakan sensasi menenangkan [17].

Kombinasi antara Woolwich Massage dan Doa-doa Pilihan Menggunakan Minyak Roll On Saum merupakan kombinasi teknik yang dapat merangsang produksi oksitosin pada ibu menyusui, namun belum banyak diketahui, dipraktikkan dan disosialisasikan kepada ibu menyusui. Tambahan relaksasi dari Saum Oil dan murottal Al-Qur'an banyak manfaat hanya saja belum diterapkan maksimal oleh ibu menyusui. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti ke 20 responden ibu menyusui. Dua belas diantaranya belum pernah mendengar dan mengetahui terkait Pijat Woolwich dan 8 mengatakan pernah dengar tetapi lupa cara menerapkannya. Berdasarkan fenomena tersebut sehingga peneliti ingin mengetahui " hasil uji organoleptik pembuatan Saum Oil sebagai minyak pijat bagi ibu menyusui dan pengaruh Kombinasi Pijat Woolwich Dan Do'a Pilihan Menggunakan Roll On Saum Oil Terhadap Efikasi Diri Pada Ibu Primipara Di wilayah kerja puskesmas Arjasa?"

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pijat Wolwich

Salah satu perawatan yang digunakan untuk membantu ibu menyusui memproduksi ASI lebih banyak secara teratur adalah pijat woolwich. Perawatan ini dapat dilakukan dua kali sehari, pagi dan malam, selama minimal tiga hari. Pijat Woolwich akan menargetkan sel-sel mioepitel yang mengelilingi kelenjar susu dalam upaya meningkatkan respons prolaktin, yang sangat penting untuk produksi ASI, serta respons oksitosin, yang memfasilitasi kelancaran aliran ASI.

B. Doa Pilihan

Mendengarkan Al-Quran dapat menimbulkan rasa rileks, maka Al-Quran dapat digunakan sebagai terapi untuk membantu orang rileks dan mengurangi stres. Surat Al-Baqarah ayat 60 merupakan ayat Al-Quran yang digunakan dalam penelitian ini.

C. Roll On *Saum Oil*

Minyak ini diberi sebutan *Saum Oil* yang artinya Spearmint untuk Ibu Menyusui. Saat ini aromaterapi cukup digemari oleh masyarakat luas karena dapat digunakan sebagai media untuk mengurangi timbulnya gejala seperti mual dan pusing maupun sebagai media untuk menenangkan pikiran (relaksasi), terutama dalam bentuk aromaterapi roll-on.

D. Efikasi Diri

Efikasi diri menyusui telah diidentifikasi sebagai faktor pelindung terhadap penyapihan dini, pembentukan dan pemeliharaan pemberian ASI Eksklusif dalam jangka pendek dan panjang. Teori efikasi diri menyusui menyimpulkan bahwa tindakan menyusui dipengaruhi secara langsung oleh pengalaman pribadi perempuan, pengamatan terhadap pengalaman perempuan lain, persuasi verbal orang-orang terdekat dan berpengaruh, serta respons emosional. Dalam hal ini, rasa percaya diri terhadap kondisi dirinya sebagai ibu menyusui merupakan aspek positif. Persepsi efikasi diri dapat menentukan bagaimana individu berpikir, merasakan dan berperilaku dalam

suatu situasi tertentu, menunjukkan waktu dan usaha yang akan digunakan untuk mencapai hasil yang diinginkan

METODE

Langkah awal penelitian dengan melakukan uji organoleptic terlebih dahulu. Responden uji organoleptik Roll On *Saum Oil* sebanyak 30 orang. Setelah di tentukan hasil terbaik dari Roll On tersebut, maka satu sampel uji organoleptik akan digunakan oleh responden penelitian (ibu menyusui). Uji Organoleptik menggunakan uji normal Shapiro dan uji bedanya menggunakan krusial walis. Responden penelitian ini adalah ibu menyusui sebanyak 38 orang. Penelitian ini menggunakan total sampling untuk pengambilan sampel Pengujian Kombinasi pijat Wolwich menggunakan Roll On Saum Oil dengan Do'a pilihan terhadap efikasi diri ibu menyusui menggunakan uji Shapiro untuk menentukan normalitas. Berdasarkan hasil tersebut, dilakukan uji Wilcoxon dan persentase korelasi karena data tidak normal. Satu kelompok digunakan untuk tes pra dan pasca dalam investigasi penelitian. Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo menjadi lokasi penelitian. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai dengan Mei 2024.

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tentang data karakteristik responden meliputi: usia ibu, paritas, pendidikan, tinggal dengan keluarga inti atau keluarga besar, pengambil keputusan dalam keluarga. Kuesioner efikasi diri juga

disertakan dalam instrumen pengumpulan data ini [18]. Kuesioner tersebut di isi sebelum dan pasca intervensi. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan SOP Pijat Wolwich dengan do'a pilihan menggunakan *Roll On Saum Oil*, lembar observasi harian pijat wolwich dengan *Saum oil* dan mendengarkan murottal al-qur'an. Kuesioner dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas. Alur penelitian yaitu peneliti mengurus administrasi perizinan penelitian kemudian duduk bersama enumerator untuk persamaan persepsi. Peneliti menguraikan tujuan penelitian, keuntungannya, dan cara menerapkan intervensi Pijat Woolwich dengan doa-doa khusus dan minyak saum. Do'a pilihan yang dimaksud, di share lewat media Whatshapp kepada semua responden. Untuk enumerator, peneliti meminta bantuan kepada alumni Prodi D3 kebidanan yang mempunyai pandangan yang sama dengan peneliti terhadap penelitian ini. Mereka diberikan penjelasan tentang menilai efikasi diri dan observasi Pijat Wolwich dengan do'a pilihan menggunakan *Roll On Saum Oil*. Penggunaan *Roll On Saum oil* yang di berikan saat setelah dilakukan pijat Wolwich dibagian punggung ibu menyusui untuk dapatnya merasakan sensasi rileks pada ibu menyusui. Penelitian ini telah disetujui oleh komisi etik penelitian Kesehatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi Jawa timur Indonesia dengan nomor 325/04/KEPK-STIKESBWI/III/2024. Semua partisipan telah menerima persetujuan yang sesuai

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Mengetahui hasil uji karaktersitik fisik, kimia dan organoleptik pembuatan Saum Oil sebagai minyak pijat bagi ibu menyusui

1) Tes Shapiro Wilk Organoleptik

Data yang berdistribusi normal merupakan syarat untuk mengambil keputusan data penelitian diolah secara parametrik atau nonparametrik. Dalam menentukan data tersebut berdistribusi normal atau tidak dapat digunakan uji normalitas, adapun dalam penelitian kali ini dikarenakan responden berjumlah sedikit, maka uji

normalitas yang digunakan adalah Uji Shapiro-Wilk. Dasar pengambilan keputusan Uji Shapiro-Wilk dengan melihat nilai signifikansi (Sig.) dimana:

1. Jika nilai Sig. $< 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal.
2. Jika nilai Sig. $\geq 0,05$, maka data berdistribusi normal.

2) Tests of Normality

Tabel 1. Hasil tes uji normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Formula 1	.488	30	.000	.492	30	.000
Formula 2	.377	30	.000	.686	30	.000
Formula 3	.342	30	.000	.785	30	.000
Formula 4	.337	30	.000	.638	30	.000

Lilliefors Significance Correction

Hasil Uji Shapiro-Wilk menggunakan SPSS ver. 25 pada data seluruh formula adalah 0,000 (< 0,05), yang mana dapat diambil keputusan bahwa keseluruhan data tidak berdistribusi dengan normal dan dilanjutkan pengujian secara non-parametrik.

- 3) Tes Kruskal Wallis Organoleptik
Dasar pengambilan keputusan Uji Kruskal Wallis dengan melihat nilai signifikans (Sig.) dimana :

1. Jika nilai Sig. < 0,05, maka menunjukkan bahwa setidaknya ada satu perbedaan kesukaan yang signifikan antara masing-masing formula
2. Jika nilai Sig. > 0,05, maka tidak ada cukup bukti statistik perbedaan kesukaan signifikan yang dapat disimpulkan dari data.

Tabel 2. Rank uji Organoleptik

Ranks			
	Formula	N	Mean Rank
Uji Organoleptis	Formula 1	30	89.90
	Formula 2	30	81.85
	Formula 3	30	49.50
	Formula 4	30	20.75
	Total	120	

Test Statistics^{a,b}

Tabel 3. Hasil Uji Organoleptik

Uji Organoleptis	
Kruskal-Wallis	82.423
H	
Df	3
Asymp. Sig.	.000
a. Kruskal Wallis Test	
b. Grouping Variable: Formula	

Hasil uji organoleptik pada 30 orang menunjukkan bahwa Formula 1 adalah yang paling disukai. Adapun hasil Sig. 0,000 (< 0,050) yang mana menunjukkan adanya perbedaan tingkat kesukaan dari masing-masing formula.

B. Interpretasi Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Efikasi Diri

a) Pearson Product Moment

Dasar pengambilan keputusan Uji Validitas Perason Product Moment dengan melihat nilai signifikans (Sig.) dimana :

1. Jika nilai Signifikansi < 0,05 = valid
2. Jika nilai Signifikansi > 0,05 = tidak valid

Tabel 4. Hasil Uji uji validitas Pearson Product Moment

Pernyataan	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Proses Individu 1	0,015	Valid
Proses Individu 2	0,041	Valid
Proses Individu 3	0,006	Valid
Proses Individu 4	0,002	Valid
Proses Individu 5	0,006	Valid
Proses Individu 6	0,018	Valid
Proses Individu 7	0,000	Valid
Proses Individu 8	0,018	Valid
Proses Individu 9	0,000	Valid
Proses Individu 10	0,011	Valid
Proses Individu 11	0,009	Valid
Proses Individu 12	0,002	Valid
Proses Individu 13	0,004	Valid
Proses Individu 14	0,003	Valid
Proses Interpersonal 1	0,022	Valid
Proses Interpersonal 2	0,004	Valid
Proses Interpersonal 3	0,019	Valid
Proses Interpersonal 4	0,008	Valid
Proses Interpersonal 5	0,001	Valid
Proses Interpersonal 6	0,001	Valid
Proses Interpersonal 7	0,000	Valid
Proses Interpersonal 8	0,001	Valid
Proses Interpersonal 9	0,000	Valid
Proses Interpersonal 10	0,001	Valid
Proses Interpersonal 11	0,001	Valid
Proses Interpersonal 12	0,000	Valid
Proses Interpersonal 13	0,017	Valid
Proses Interpersonal 14	0,001	Valid
Proses Interpersonal 15	0,004	Valid
Proses Interpersonal 16	0,001	Valid
Saran Profesional 1	0,002	Valid
Saran Profesional 2	0,006	Valid
Saran Profesional 3	0,018	Valid
Saran Profesional 4	0,000	Valid
Dukungan Sosial 1	0,004	Valid
Dukungan Sosial 2	0,005	Valid
Dukungan Sosial 3	0,029	Valid
Dukungan Sosial 4	0,002	Valid
Dukungan Sosial 5	0,047	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas Kuesioner didapatkan hasil bahwa seluruh item soal dinyatakan valid
b) Cronbach's Alpha

Dasar pengambilan keputusan Uji Reliabilitas Cronbach's Alpha dimana kuesioner dikatakan reliabel bila nilai Cronbach Alpha > 0,6

Tabel 5. Uji Realibitas kuesioner

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha N of Items	
.909	39

Hasil uji pada 39 item kuesioner efikasi diri pada 30 responden mendapatkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,909 ($\geq 0,6$) yang mana berarti kuesioner dinyatakan reliabel atau dapat konsisten pada pengukuran yang dilakukan secara berulang.

1) Uji Shapiro Wilk Efikasi Diri

Data yang berdistribusi normal merupakan syarat untuk mengambil keputusan data penelitian diolah secara parametrik atau nonparametrik. Dalam menentukan data tersebut berdistribusi normal atau tidak

dapat digunakan uji normalitas, adapun dalam penelitian kali ini dikarenakan responden berjumlah sedikit, maka uji normalitas yang digunakan adalah Uji Shapiro-Wilk. Dasar pengambilan keputusan Uji Shapiro-Wilk dengan melihat nilai signifikansi (Sig.) dimana:

1. Jika nilai Sig. $< 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal.
2. Jika nilai Sig. $\geq 0,05$, maka data berdistribusi normal.

2) Uji Normalitas Kueisioner Efikasi diri

Tabel 6. Tests of Normality Efikasi diri

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Efikasi Diri Pretest	.183	38	.002	.849	38	.000
Efikasi Diri Posttest	.156	38	.020	.960	38	.184

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil Uji Shapiro-Wilk menggunakan SPSS ver. 25 pada data pretest menunjukkan nilai Sig. 0,000 ($< 0,05$), sehingga data dinyatakan tidak berdistribusi normal, sedangkan data posttest mendapatkan nilai Sig. 0,184 ($> 0,05$) yang mana berarti data berdistribusi normal. Dikarenakan salah satu data dinyatakan tidak normal, pengujian normalitas data

kemudian dilanjutkan dengan menggunakan nilai Unstandardized Residual dari haril uji regresi yang kemudian diuji ulang normalitasnya menggunakan Uji Shapiro Wilk. Dengan ketentuan pengambilan keputusan:

1. Jika nilai Sig. $< 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal.
2. Jika nilai Sig. $\geq 0,05$, maka data berdistribusi normal.

Tabel 7. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Unstandardized Residual Pretest	.139	38	.062	.885	38	.001
Unstandardized Residual Posttest	.153	38	.024	.963	38	.232

Lilliefors Significance Correction

Hasil Uji Shapiro-Wilk menggunakan data Unstandardized Residual menunjukkan pada data pretest mendapatkan nilai Sig 0,001 ($< 0,050$) yang berarti data masih tidak berdistribusi normal. Meskipun data posttest menunjukkan nilai Sig. 0,232 ($> 0,050$), data tidak dapat dilanjutkan kepada uji parametrik dikarenakan sifat data yang berhubungan sehingga pengujian dilanjutkan secara non-parametrik.

3) Uji Wilcoxon Efikasi Diri

Dasar pengambilan keputusan Uji Hipotesis Wilcoxon dengan melihat nilai signifikans (Sig.) dimana :

1. Jika nilai Signifikansi $< 0,05$, maka ada perbedaan antara

Efikasi Diri sebelum dan sesudah adanya intervensi Pijat Wolwich dengan Saum Oil dan mendengarkan Murottal Al-Qur'an

2. Jika nilai Signifikansi $> 0,05$, maka tidak ada perbedaan antara Efikasi Diri sebelum dan sesudah adanya intervensi Pijat Wolwich dengan Saum Oil dan mendengarkan Murottal Al-Qur'an

Dengan intepretasi tambahan meliputi:

1. Negative Ranks, yakni menunjukkan penurunan dari nilai pretest ke nilai posttest
2. Positive Ranks, yakni menunjukkan peningkatan dari nilai pretest ke nilai posttest
3. Ties, yakni menunjukkan nilai yang sama antara pretest dan posttest

Tabel 8. Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Efikasi Diri Posttest - Efikasi Diri Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	38 ^b	19.50	741.00
	Ties	0 ^c		
	Total	38		

a. Efikasi Diri Posttest $<$ Efikasi Diri Pretest

b. Efikasi Diri Posttest $>$ Efikasi Diri Pretest

c. Efikasi Diri Posttest = Efikasi Diri Pretest

Tabel 9. Test Statistics^a
Efikasi Diri Posttest - Efikasi Diri Pretest

Z	-5.381 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Terdapat perbedaan signifikan Efikasi Diri sebelum dan sesudah intervensi dengan ditandai nilai Sig. 0,000

($< 0,050$). Sedangkan peningkatan dialami seluruh responden ditunjukkan nilai N positive ranks adalah 38.

4) Uji Pearson Correlation Frekuensi Pijat terhadap Efikasi Diri

Tujuan dari uji korelasi adalah untuk memastikan seberapa dekat variabel-variabel tersebut berhubungan, sebagaimana ditunjukkan oleh koefisien korelasi. Hubungan positif dan negatif dapat terjadi antara variabel x dan y. landasan untuk pengambilan keputusan

1. Berhubungan jika nilai Sig. kurang dari 0,05.
2. Tidak berhubungan jika nilai Sig.

lebih dari 0,05.

Dilihat dari luasnya hubungan

1. Tidak ada hubungan dengan nilai hubungan Pearson antara 0,00 dan 0,20
2. Hubungan sedang dengan nilai korelasi Pearson antara 0,21 dan 0,40
3. Hubungan sedang ditunjukkan oleh nilai korelasi Pearson 0,41 hingga 0,60.
4. Hubungan signifikan dengan nilai korelasi Pearson antara 0,61 dan 0,80
5. Korelasi sempurna dengan skor Korelasi Pearson antara 0,81 dan 1,00

Tabel 10. Correlations

		Frekuensi Pijat Wolwich	Efikasi Diri
Frekuensi Pijat Wolwich	Pearson Correlation	1	.078
	Sig. (2-tailed)		.641
	Sum of Squares and Cross-products	31.263	6.105
	Covariance	.845	.165
	N	38	38
Efikasi Diri	Pearson Correlation	.078	1
	Sig. (2-tailed)	.641	
	Sum of Squares and Cross-products	6.105	194.842
	Covariance	.165	5.266
	N	38	38

Dilihat dari hasil nilai Sig. yang didapatkan adalah 0,641 (>0,050) dan nilai Pearson Correlation 0,078 (0,00 – 0,20) yang berarti menunjukkan tidak ada korelasi atau

Menurut penelitian Desmawati, ibu pascapersalinan yang menerima kombinasi pijat guling dan pijat areola Woolwich memiliki peluang 5,146 kali lebih besar untuk memproduksi ASI dalam waktu 12 jam setelah melahirkan. Ibu pascapersalinan yang menerima pijat guling dan teknik pijat Woolwich dua kali sehari, pagi dan sore, selama tiga hari setelah melahirkan cenderung memproduksi ASI lebih banyak [19]. Pelepasan hormon oksitosin akan dipengaruhi oleh kelelahan ibu pascapersalinan setelah proses melahirkan. Selain hormon oksitosin dan prolaktin, faktor

hubungan frekuensi pijat wolwich dan efikasi diri.

lain yang dapat memengaruhi kelancaran keluarnya ASI saat menyusui antara lain kesulitan bayi dalam mengisap, kurangnya keyakinan ibu bahwa ASI-nya dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi, kondisi puting ibu, dan kurangnya rangsangan. Karena faktor-faktor tersebut, kebutuhan gizi bayi tidak akan terpenuhi. Pijat punggung bawah, sering dikenal sebagai pijat bergulir, adalah teknik untuk meningkatkan jumlah oksitosin yang dilepaskan dengan merangsang pelepasannya [21], Setelah melahirkan, pijat ini membantu ibu menyusui merasa lebih nyaman dan memproduksi ASI

lebih banyak. Hormon prolaktin yang merangsang produksi ASI pada ibu menyusui dapat dipengaruhi oleh gerakan pijat punggung. Selain menenangkan ibu, gerakan ini dapat memperlancar kerja saraf dan saluran ASI di kedua payudara [19].

Pijat Woolwich, yang membantu merangsang sel-sel mioepitel di sekitar kelenjar susu, merupakan teknik lain yang digunakan dalam terapi peningkatan produksi. Stimulasi ini berjalan ke hipotalamus dan dapat menyebabkan kelenjar pituitari anterior melepaskan hormon prolaktin [11]. Kombinasi pijat woolwich dan pijat punggung dengan teknik rolling menggabungkan dua teknik: pijat payudara, yang merangsang otot punggung dan payudara ibu untuk meningkatkan produksi ASI dan memicu hormon oksitosin atau refleksi let down, serta meredakan ketidaknyamanan ibu dan menimbulkan relaksasi, yang semuanya meningkatkan produksi ASI. Kadar hormon prolaktin meningkat pada wanita pascapersalinan yang menyusui, sementara kadar estrogen dan progesteron menurun dan isapan bayi pada puting ibu terstimulasi. Tiga bulan setelah melahirkan, kadar hormon prolaktin ibu pascapersalinan akan tetap normal hingga bayi disapih, saat bayi tidak akan mengisap tetapi ASI akan tetap keluar. Tujuan dari pijat Woolwich adalah untuk merangsang sel-sel mioepitel yang mengelilingi kelenjar susu. Stimulasi ini kemudian berjalan ke hipotalamus, yang dapat menyebabkan kelenjar pituitari anterior melepaskan hormon prolaktin [22]. ASI telah terbukti mengandung berbagai macam nutrisi, itulah sebabnya ibu pascapersalinan dianjurkan untuk memberikannya kepada bayi mereka. Laktosa dalam ASI dapat meningkatkan pertumbuhan laktobasilus dan meningkatkan penyerapan kalsium dan zat besi [19].

Tindakan menyusui bersifat multifaktorial, yaitu kurangnya pengetahuan, budaya, dan kurangnya efikasi diri dapat secara langsung mengganggu penghentian dini praktik ini. Efikasi diri adalah keyakinan pribadi bahwa seseorang dapat berhasil mencapai apa yang diinginkannya, dan

strategi yang digunakan harus didasarkan pada empat sumber informasi: pengalaman pribadi, pengalaman perwakilan, persuasi verbal, keadaan fisik dan emosional. Menurut peneliti, perempuan perlu memiliki unsur-unsur yang dapat mempengaruhi pilihannya untuk menyusui secara positif, diantaranya adalah persepsi perempuan terhadap kepercayaan dirinya untuk menyusui, yang dapat diwakili oleh pengetahuan dan keterampilan yang dimilikinya. cukup menilai untuk berhasil menyusui bayinya. Oleh karena itu, diyakini bahwa intervensi profesional kesehatan dapat meminimalkan dan/atau mengurangi tingkat penyapihan dini [23].

Berdasarkan Opini peneliti, Identifikasi kepercayaan diri untuk menyusui di kalangan ibu yang baru pertama kali menyusui dapat berkontribusi pada pemahaman konteks situasional mereka yang dapat mengganggu kemampuan wanita untuk menyusui dengan percaya diri dan tenang. Perlu dicatat bahwa instrument efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini praktis dan memiliki bukti ilmiah tentang keandalan dan validitas pada semua ibu yang mempunyai pengalaman pertama menyusui. Selain itu mengungkapkan bahwa ibu sendiri memiliki kesulitan yang lebih besar dalam menjalankan praktik menyusui, karena kelelahan fisik dan emosional yang mereka hadapi ketika mereka merasa sendirian dalam proses ini dan tidak mampu mempertahankan pemberian ASI. Ibu yang pertama kali menyusui memiliki pengaruh terbesar pada pengalaman menyusui mereka, mulai dari membuat keputusan untuk menyusui atau tidak, hingga mempertahankan dan melanjutkannya. Mengidentifikasi dan mengenali berbagai pengaruh terhadap keputusan wanita untuk menyusui, khususnya, kepercayaan diri untuk menyusui di kalangan ibu tersebut, memungkinkan pengoptimalan dukungan dan dorongan menyusui, serta memberikan kontribusi terhadap pemahaman konteks sosial dan struktural yang dapat mengganggu kemampuan wanita untuk menyusui. Mengenai aspek-aspek efikasi diri untuk

menyusui, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu menunjukkan kepatuhan yang lebih tinggi terhadap hal-hal yang terkait dengan teknik menyusui. Sebaliknya, kepatuhan yang lebih rendah terkait kesulitan meningkatkan kepercayaan diri ibu tersebut.

KESIMPULAN

Hasil uji organoleptik pada 30 orang menunjukkan bahwa Formula 1 adalah yang paling disukai. Adapun hasil Sig. 0,000 (< 0,050) yang menunjukkan adanya perbedaan tingkat kesukaan dari masing-masing formula dan terdapat pengaruh kombinasi pijat Woolwich dan do'a pilihan menggunakan Roll On Saum Oil terhadap efikasi diri ibu Primigravida dengan adanya peningkatan dialami seluruh responden ditunjukkan nilai N positive ranks sebanyak 38.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] C. G Victora, R. Bahl, A. J D Barros, G. V A França, S. Horton, J. Krasevec, S. Murch , M. Jeeva Sankar , N. Walker and N. C Rollins, "Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect," *Lancet*, vol. 10017, pp. 475-90, 2016.
- [2] M. da Saúde, "Secretaria de atenção à saúde; departamento de atenção básica. saúde da criança: aleitamento materno e alimentação complementa. 2nd ed. Brasília: Ministério da Saúde," *Ministério da Saúde*, 2015.
- [3] J. d. A. Carreiro, A. A. Francisco, A. C. Freitas de Vilhena Abrão, K. O. Marcacine, E. d. S. Vieira Abuchaim and K. P. Coca, "Breastfeeding diffi culties: analysis of a service specialized in breastfeeding," *Acta Paul Enferm*, vol. 31, no. 4, pp. 430-8, 2018.
- [4] E. Margotti and W. Margotti, "Factors related to Exclusive Breastfeeding in Babies born in a child-friendly hospital in a capital of Northern Brazil," *Saúde Debate*, vol. 41, no. 114, pp. 860-871, 2017.
- [5] M. d. F. Fernandes Santos Silva, L.

menyusui bayi saat ia menangis, sehingga perlu tenaga profesional untuk menangani aspek-aspek yang terkait dengan kendala proses menyusui dan berupaya me

- Barbosa Pereira, T. Nunes Ferreira and A. Augusta Maciel, "Autoeficácia em amamentação e fatores interligados," *Rev Rene*, 2018.
- [6] D. Durães Noronha, L. Pereira e Moura and J. Maria de Oliveira, "Percepção de mães cadastradas em uma estratégia saúde da família sobre aleitamento materno exclusivo," *Revista de Enfermagem UFPE Online*, 2017.
- [7] H. Y. Aryani and P. Antikasari, "Perbedaan pijat Wolwich dan Pijat Oksitosin terhadap kelancaran ASI pada Ibu nifas hari ke-14 di praktik Mandiri Bidan Dince Sfrina Kota Pekanbaru," 2019.
- [8] F. Rahayuningsih, "Peningkatan kualitas Hidup Ibu Nifas," *Pt.Nas Media Indonesia*, 2021.
- [9] R. Munir and R. Lestari, "Edukasi Teknik Menyusui yang baik dan Benar pada Ibu Menyusui," *Jurnal Abdi Mahosada 1 (1)*, pp. 28-34, 2023.
- [10] R. I. K. Limbong and A. Ida, "Sosialisasi teknik menyusui yang baik dan benar pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Mamajang Kota Makassar," 2020.
- [11] S. Relinawaty and M. p. B. S. Ninsah, "Pengaruh Pijat Wolwich (Rangsangan pada Payudara) terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Irma Suskila kecamatan Medan," *Jurnal Medika Husada*, pp. 39-47, 2023.
- [12] D. S. C. Laliberte, C. Pound, N. Sourial, A. Yasseen and D. Millar , "A randomized controlled trial of innovative postpartum care model for mother-baby dyads," *Plos One*, p. 11:e0148520, 2016.
- [13] Dinkes, "Profil puskesmas Arjasa," 2023.
- [14] R. Scherer, M. Fumiere Lemos, M.

- Fumiere Lemos, G. C. Martinelli, J. D. Lopes Martins and A. G. da Silva, "Antioxidant and antibacterial activities and composition of Brazilian spearmint (*Mentha spicata* L.)," *Elsevier, Industrial Crops and Products*, pp. 408-413, 2015.
- [15] S. Delfine, V. B. Velikova and F. Mastrodonato, "Soil-Mulching Influence on Spearmint Oil Yield, Ecophysiological Activities and Essential-Oil Content in Rainfed Environment of Southern Italy," *Agronomy*, vol. 12, no. 7, p. 1521, 2022.
- [16] Ningsih, Dewi Andariya, "Application Of Areola And Rolling Massage Using Jitu Oil With Al-Quran Murottal Relaxation On Successful Breastfeeding," *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol. 9, no. 1, 2024.
- [17] R. Arsi, F. Afdhal and A. . U. Saputra, "Pengaruh Metode SPEOS (Stimulasi Pijat Endorphin, Oksitosin, dan Sugestif) dan Murottal Al-Qur'an terhadap Produksi Asi Ibu Post Sectio Caesarea," *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, vol. 18, p. 02, 2023.
- [18] E. M McKinley, L. L Knol, L. W Turner, J. J. Burnham, K. R Graettinger , M. Hernandez-Reif and J. D Leeper, "The Prenatal Rating of Efficacy in Preparation to Breastfeed Scale: A New Measurement Instrument for Prenatal Breastfeeding Self-efficacy," *J Hum Lact*, vol. 35, no. 1, pp. 21-31, 2019.
- [19] N. . I. Malatuzzulfa, L. Meinawati and H. Nufus, "Upaya Peningkatan Produksi ASI melalui Pijat Woolwich dan Massage Rolling pada Ibu Nifas 1 Minggu Post Partum," *Jurnal Kebidanan*, vol. 12, no. 1, pp. 65-72, 2022.
- [20] D. A. Ningsih, N. Yunarsih, I. Sakinah and L. D. Oktavia, "Application of Rolling and Areola Massage Using Jitu Oil with Murottal Al Qur'an Relaxation for Smooth Exclusive Breastfeeding," *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol. 17, no. 4, pp. 1344-1352, 2024.
- [21] R. A and Wagiyo, "Pemberian Back Rolling Massage Dan Woolwich Massage Terhadap Kecepatan Ekskresi ASI Pada Ibu Post Partum Dengan Sectio Caesarea Di RSUD Ambarawa," p. 62, 2016.
- [22] L. M. de Abreu, R. Filipini, B. d. C. Aguiar Alves, G. L. da Veiga and F. L. Affonso Fonseca , "Evaluation of breastfeeding self-efficacy of puerperal women in shared rooming units," *Pubmed*, vol. 4, no. 10, p. e00900, 2018.
- [23] S. Farida, C. Setyorini and Z. Retno, "Pijat Woolwich Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Tahun Pertama," 2022.