

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Produksi ASI sering mengalami kendala yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti stres, gaya hidup yang kurang sehat, maupun ketidakseimbangan hormon. Ketersediaan dan kualitas ASI memegang peranan penting dalam perawatan bayi baru lahir. Meski demikian, banyak ibu pascapersalinan yang mengalami kesulitan dalam menghasilkan ASI secara optimal, sehingga proses menyusui tidak berjalan maksimal. Hambatan tersebut umumnya dipicu oleh sejumlah faktor, antara lain stres, kelelahan fisik, teknik menyusui yang kurang tepat, gangguan hormonal, asupan nutrisi ibu, kondisi psikologis atau emosional, kelainan anatomi payudara yang mengganggu proses menyusui, serta kemampuan bayi dalam mengisap (meliputi refleks, kekuatan, durasi, dan frekuensi hisapan) yang turut berpengaruh terhadap produksi ASI. (Hasanah, Indria Uswatun & Annisa Andriyani., 2021)

WHO (2020) melaporkan bahwa secara global, hanya sekitar 40% bayi yang memperoleh ASI eksklusif selama enam bulan, hal ini menunjukkan bahwa produksi dan pemberian ASI masih menjadi tantangan di seluruh dunia. Di Indonesia, hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa hanya 57% bayi berusia 0–6 bulan yang mendapat ASI eksklusif, bahkan pada kelompok bayi usia 0–5 bulan angkanya hanya mencapai 37,3%. Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) menempati urutan terendah kedua dari 34 provinsi, dengan capaian yang masih berada jauh di bawah rata-rata nasional. Berdasarkan data proyeksi tahun 2022-2025 keputusan kepala dinas kesehatan nomor:DINKES.440.806/SK/2/II/2020, di dapatkan data dari puskesmas Oesapa kota kupang data ibu menyusui 0-6 bulan Januari- Juni 2025 berjumlah 1421 terdiri dari bayi laki-laki 743 orang dan bayi perempuan 678 orang.

Permasalahan rendahnya produksi ASI kerap muncul sejak masa nifas awal, ketika ibu mengalami kesulitan dalam memastikan kebutuhan ASI bayinya tercukupi. Beberapa faktor yang memengaruhi kondisi ini antara lain stres pascapersalinan, rasa lelah, serta kekhawatiran terkait kemampuan

menyusui. Saat ini, angka pemberian ASI menunjukkan kecenderungan menurun akibat berbagai faktor, baik dari sisi ibu, bayi, maupun manajemen menyusui. Dari sisi ibu, hambatan dapat disebabkan oleh kondisi anatomi atau fisiologis payudara, gangguan kesehatan, kurangnya rasa percaya diri, serta produksi ASI yang belum maksimal. Sedangkan dari aspek manajemen, kendala dapat berupa kurangnya pengetahuan tentang tanda bayi ingin menyusui, kesalahan dalam teknik menyusui, maupun keterbatasan informasi mengenai praktik menyusui yang tepat. (Adeodatus, Yulia Astarindu., 2023)

Cara yang relatif aman dilakukan untuk melancarkan keluarnya ASI adalah dengan melakukan pijat pada payudara. Tujuan utama pijat payudara adalah untuk memudahkan payudara dalam memproduksi ASI, membuat ibu lebih mudah dalam memberikan ASI pada anaknya dan dapat membuat tubuh ibu menjadi rileks. (Anggraini, Ria., 2022)

Penelitian yang dilakukan oleh Gustriani (2018) membuktikan adanya perbedaan yang signifikan pada produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat laktasi ($p\text{-value} = 0,000$), di mana setelah pijatan, volume ASI dapat meningkat hingga 10 kali lipat. Pijatan pada area payudara berperan menstimulasi medula oblongata untuk mengirimkan sinyal ke hipotalamus dan hipofisis posterior, sehingga terjadi pelepasan hormon oksitosin yang memicu keluarnya ASI. Selain itu, pijatan lembut juga bermanfaat dalam menurunkan tingkat stres dan ketegangan. Pengeluaran oksitosin tidak hanya dipengaruhi oleh isapan bayi, tetapi juga oleh reseptor pada sistem duktus; saat duktus melebar atau melunak, hipofisis akan melepaskan oksitosin yang mendorong pengeluaran ASI dari alveoli. (Wijayanti, Lilis., 2019).

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul “Penerapan Pijat Laktasi untuk Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0–6 Bulan

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Bagaimanakah pelaksanaan pijat laktasi dalam upaya meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui dengan bayi usia 0–6 bulan di Puskesmas Oesapa?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui penerapan pijat laktasi dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Oesapa, Kota Kupang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menggambarkan profil ibu menyusui dengan bayi berusia 0–6 bulan ditinjau dari aspek usia, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, dan jumlah paritas di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
2. Menelaah jumlah produksi ASI sebelum dilakukan intervensi berupa pijat laktasi di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
3. Menelaah jumlah produksi ASI setelah diberikan intervensi berupa pijat laktasi di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Karya tulis ini dimaksudkan untuk menambah wawasan dan keterampilan, terutama bagi ibu menyusui dengan bayi berusia 0–6 bulan, sehingga dapat mempraktikkan pijat laktasi secara mandiri dalam mengatasi permasalahan laktasi. Selain itu, tulisan ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan serta menjadi acuan pembelajaran di masa yang akan datang.