

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah yang sering dihadapi oleh ibu primipara adalah produksi ASI yang tidak memadai, 47,6%. Lebih jauh, ibu primipara dianggap sebagai kelompok rentan di mana pemberian informasi yang tidak memadai atau tidak akurat dapat menyebabkan berkurangnya peluang untuk memulai pemberian ASI eksklusif (Zafar et al., 2021). Ibu primipara kurang memiliki pengetahuan dan pengalaman dalam hal menyusui (Utami et al., 2020). Ibu primipara jika dibandingkan dengan ibu multipara lebih cenderung menghadapi tantangan dalam mempraktikkan pemberian ASI eksklusif. Mereka lebih cenderung mengalami kesulitan ketika menyesuaikan diri dengan peran baru dan dengan keterampilan menyusui yang rendah. Selain karena kondisi post-partum dimana ibu masih dalam kondisi pemulihan pasca melahirkan, sering kali kondisi psikologis ibu pun tidak dalam kondisi terbaik setelah melahirkan (Zafar et al., 2021). Lebih dari 21,4% ibu primipara melaporkan bahwa mereka menghadapi masalah selama menyusui dalam enam bulan pertama (Zafar et al., 2021). Ibu primipara juga memiliki kemungkinan berhenti menyusui sebelum 2 bulan (Demirci & Bogen, 2017).

Kegagalan ibu menyusui akibat kesulitan ketika post-partum menjadi salah satu alasan rendahnya prevalensi ibu menyusui baik dalam skala global dan nasional (Pertami et al., 2020). Data global menunjukkan bahwa hanya 40% anak balita mendapatkan ASI pada masa bayinya. Paling banyak, hanya 23 dari 194 negara memiliki tingkat pemberian ASI eksklusif lebih dari 60%,

dengan tingkat terus menyusui hingga usia satu tahun berkisar sekitar 74% (Zafar et al., 2021). Untuk anak di bawah usia 6 bulan, hanya 39% anak di bawah 6 bulan di seluruh dunia yang disusui secara eksklusif (Mosquera et al., 2019). Di Indonesia, konsumsi eksklusif ASI pada bayi di bawah usia enam bulan hanya 39% (Pertami et al., 2020). Jumlah produksi ASI yang normal diproduksi pada akhir minggu pertama setelah melahirkan adalah 550ml/hari. Dalam 2-3 minggu, produksi ASI meningkat sampai 800ml/hari. Jumlah produksi ASI dapat mencapai 1,5-2 L per harinya. Jumlah produksi ASI tergantung dari berapa banyak bayi menyusui. Semakin sering bayi menyusui, semakin banyak hormon prolaktin dilepaskan, dan semakin banyak produksi ASI. Sebaliknya, produksi ASI akan berkurang secara bertahap jika frekuensi menyusui juga berkurang. Bayi baru lahir butuh sekitar 5-7 ml ASI sekali minum. Sementara bayi usia 2-6 bulan membutuhkan sekitar 570-900 ml/hari. Jumlah ASI yang dikonsumsi bayi baru lahir setiap kali menyusui juga berbeda-beda, tergantung usianya.

Pada bulan pertamanya, bayi menyusui sebanyak 8-12 kali per hari. Saat bayi berusia 1-2 bulan, frekuensi menyusunya akan berkurang menjadi 7-9 kali sehari. Frekuensi menyusui bayi yang diberikan susu formula. Hal ini karena ASI lebih mudah dicerna, sehingga bayi lebih cepat lapar.

Banyak faktor yang mempengaruhi jumlah susu yang diproduksi dan dikeluarkan dari kelenjar susu. Kurangnya atau bahkan persepsi produksi ASI yang tidak mencukupi adalah alasan paling umum untuk tidak menyusui yang dilaporkan oleh para ibu (Bowles; Kent, Prime & Garbin, 2012). Oksitosin dan prolaktin adalah dua hormon utama yang terlibat dalam sekresi dan

pengeluaran ASI. Sedangkan endorfin merupakan hormon mood booster yang dapat merangsang perasaan rileks pada ibu nifas sehingga memperlancar laktasi. Beberapa upaya yang berhasil dalam memberikan ASI eksklusif yaitu dengan menghindarkan dari masalah kurang pengetahuan dan gangguan psikologis yang mampu mempengaruhi keberhasilan menyusui, stres, rasa khawatir yang berlebihan, ketidakbahagiaan pada ibu sangat berperan dalam kesuksesan pemberian ASI eksklusif (Lestari et al., 2018).

Sekresi oksitosin dipicu oleh reseptor yang terletak di sistem duktus. Ketika saluran tersebut meregang, kelenjar pituitari akan melepaskan oksitosin, menyebabkan susu keluar dari alveoli kelenjar susu. Pijat oksitosin, yang hanya pijat tulang belakang, akan merangsang medula oblongata, yang kemudian mengirimkan impuls ke hipotalamus di hipofisis posterior untuk melepaskan oksitosin, menyebabkan sekresi susu dari payudara. Memijat tulang belakang ibu dapat membuat ibu merasa tenang, rileks, mengurangi kepekaan terhadap rasa sakit, dan lebih mencintai bayi. Hal ini dapat menyebabkan pelepasan hormon oksitosin, yang kemudian menyebabkan ejeksi ASI. Memang, Ibu perlu rileks dan bebas dari ketegangan untuk memastikan produksi ASI yang memadai (Eka, 2017; Pertami et al., 2020). Mekanisme lain selain pijat tulang belakang ini adalah relaksasi aromaterapi, aromaterapi merupakan salah satu metode inhalasi yang menggunakan aromaterapi, dampak positif aromaterapi sendiri yaitu memberikan efek relaksasi pada sistem saraf pusat pada hipotalamus yang membantu meningkatkan produksi hormon oksitosin yang berdampak terhadap meningkatnya produksi ASI (Sarwinanti, 2014). Pengeluaran ASI dapat

dipercepat dengan tindakan non farmakologi, yaitu melalui pijat oksitosin dan Relaksasi aromaterapi dengan cara memijat area di sekitar punggung yang bertujuan untuk merangsang keluarnya ASI dan bersantai, sehingga ibu akan merasakan puas, bahagia, percaya diri, dan perasaan positif lainnya akan membuat reflek oksitosin dan relaksasi bekerja. (Kholisotin,2019)

Beberapa studi yang melakukan penelitian pijat oksitosin mengambil responden yang bayi berumur 1-28 hari, Berdasarkan beberapa studi yang melakukan penelitian tentang efek pijat oksitosin namun masih sedikit yang meneliti pijat oksitosin yang dikombinasikan dengan terapi relaksasi aromaterapi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Produksi ASI Ibu Primipara setelah dilakukan Pijat Oksitosin dan Relaksasi Aromaterapi”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran produksi ASI pada ibu primipara setelah dilakukan pijat oksitosin dan relaksasi aromaterapi di desa putukrejo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui produksi ASI pada Ibu Primipara setelah dilakukan pijat oksitosin dan relaksasi aromaterapi

1.3.2 Tujuan Khusus

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka tujuan khusus dalam penelitian ini antara lain:

- a. Mengetahui pengaruh pemberian pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu primipara
- b. Mengetahui pengaruh pemberian terapi relaksasi aromaterapi terhadap produksi ASI pada ibu primipara
- c. Mengetahui pengaruh kombinasi pemberian pijat oksitosin dan terapi relaksasi aromaterapi terhadap produksi ASI pada ibu primipara

1.4 Manfaat Penelitian

- a. Bagi peneliti Sebagai tambahan ilmu bagi peneliti dan hasil penelitian dapat berguna sebagai referensi dalam menentukan metode penelitian yang dapat dilakukan pada masa mendatang.
- b. Ibu primipara Penelitian mengenai pengaruh perlakuan terhadap volume ASI yang dihasilkan oleh ibu menyusui diharapkan menjadi wawasan dalam mendukung proses menyusui yang dilakukan.
- c. Institusi pendidikan Sebagai data tambahan pada penelitian terkait pengaruh pijat oksitosin dan terapi relaksasi pada ASI.