

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kualitas sumber daya manusia Indonesia di masa depan ditempa pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang merupakan jendela kritis yang menentukan status gizi dan perkembangan kognitif anak (Aisyah, 2023). Masa pasca persalinan menjadi fase krusial dalam periode emas ini, di mana seorang ibu harus mampu menyeimbangkan proses pemulihan kondisi fisik serta psikologisnya dengan tanggung jawab utamanya dalam menyediakan nutrisi terbaik bagi sang bayi (Saraha & Umanailo, 2020). Fenomena utama yang muncul adalah persepsi ibu bahwa produksi ASI tidak mencukupi, yang sering kali dipicu oleh kelelahan fisik dan kecemasan (stres) pascapersalinan. Kondisi psikologis ini diperburuk saat bayi menjadi rewel, yang disalahartikan sebagai tanda lapar, sehingga mendorong ibu mengambil keputusan prematur untuk memberikan susu formula (Djuwitaningsih et al., 2025).

WHO dan Kementerian Kesehatan RI merekomendasikan ASI sebagai standar emas nutrisi tunggal bagi bayi hingga usia enam bulan (Ramdana et al., 2024). ASI bukan sekadar asupan, melainkan sebuah intervensi kesehatan yang paling efektif karena kandungan nutrisi, antibodi dan komponen bioaktifnya yang tak tertandingi. Keberhasilan seorang ibu *post partum* dalam memberikan ASI eksklusif secara langsung menjadi benteng pertahanan

pertama melawan malnutrisi dan fondasi bagi kehidupan yang sehat (Syahri et al., 2024).

Pada tahun 2023 cakupan ASI eksklusif di Indonesia tercatat 55,5% pada bayi usia 6–23 bulan, masih di bawah target nasional 75% (Selviana et al., 2024). Data cakupan pemberian ASI eksklusif di Jawa Timur pada tahun 2023 adalah 74,8% (Dinkes Jawa Timur, 2024). Capaian di Kabupaten Jombang menunjukkan tren fluktuatif dalam lima tahun terakhir, yaitu 85% (2019), 79,42% (2020), 88,7% (2021), 80,7% (2022) dan meningkat tajam menjadi 98,3% pada 2023 (Dinkes Jombang, 2023). Hasil studi pendahuluan wawancara pada 20 September 2025 di PMB Lilis Suryawati terhadap 10 ibu nifas, didapatkan gambaran bahwa 9 di antaranya mengeluhkan produksi ASI yang dirasa tidak lancar. Para ibu merasa bayi tidak kenyang karena terus rewel meskipun sudah disendawakan setelah menyusui. Kondisi inilah yang membuat mereka mempertimbangkan pemberian susu formula serta terungkap juga bahwa para ibu tersebut belum mengetahui tentang metode pijat *oksitosin* sebagai upaya untuk membantu melancarkan ASI.

Kondisi ini seringkali menimbulkan siklus negatif yaitu ibu merasa cemas dan stres yang justru semakin menghambat hormon *oksitosin* untuk mengeluarkan ASI dan akhirnya berujung pada keputusan dini untuk memberikan susu formula dikarenakan persepsi ibu terkait kecukupan ASI (Santoso et al., 2023). Akibatnya, bayi kehilangan kesempatan emas untuk mendapatkan imunitas dan nutrisi terbaik sementara ibu kehilangan

kepercayaan diri dan manfaat kesehatan dari menyusui (Dwi Rahmawati & Sri Handayani, 2025).

Intervensi non farmakologis menjadi pilihan yang aman dan efektif. Salah satu intervensi yang paling potensial adalah pijat *oksitosin* (Hida Febrina et al., 2024). Mekanisme kerja pijat *oksitosin* melibatkan rangkaian antara stimulasi saraf dan respons hormonal. Proses ini bermula dari pemijatan pada area tulang belakang *costae* ke-5 dan ke-6 yang mengirimkan sinyal ke otak, tepatnya ke *hipofisis posterior*. Stimulasi ini memicu pelepasan hormon *oksitosin* ke dalam aliran darah yang kemudian bekerja langsung pada sel-sel *mioepitel* di sekitar *alveoli*. Akibatnya sel-sel tersebut berkontraksi kuat dan memeras ASI keluar menuju saluran (*duktus*) (Nasution & Rosa, 2023). Mekanisme inilah yang mengaktifkan *let-down reflex*, memastikan ASI yang sebelumnya tertahan atau terbungkus dapat mengalir dengan lancar (Yulianti et al., 2024).

Efektivitas intervensi ini didukung oleh sebuah tinjauan literatur oleh Prameswari (2022) yang menyimpulkan bahwa berbagai metode terapi pijat sangat berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu pasca persalinan. Tinjauan tersebut menambahkan dimensi psikologis di mana pijat terbukti dapat menstabilkan kondisi emosional ibu, menciptakan rasa rileks, dan mengurangi stress (Prameswari et al., 2022). Keadaan psikologis yang tenang inilah yang bersinergi dengan rangsangan fisiologis untuk mengoptimalkan proses pengeluaran ASI (Priyanti & Setyowati, 2022).

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pijat *oksitosin* pada ibu nifas terhadap kecukupan ASI bayi di PMB Lilis Suryawati Kabupaten Jombang?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pijat *oksitosin* pada ibu nifas terhadap kecukupan ASI bayi di PMB Lilis Suryawati Kabupaten Jombang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kecukupan ASI bayi pada ibu nifas sebelum dilakukan pijat *oksitosin*.
2. Mengidentifikasi kecukupan ASI bayi pada ibu nifas setelah dilakukan pijat *oksitosin*.
3. Menganalisis pengaruh pijat *oksitosin* pada ibu nifas terhadap peningkatan kecukupan ASI bayi.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.4.1 Manfaat bagi responden

Menambah pengetahuan serta wawasan bagi peneliti secara langsung dengan melakukan pemberian asuhan berupa pijat *oksitosin* serta responden dapat merasakan manfaat yang dirasakan terhadap terapi yang diberikan.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini menyediakan bukti ilmiah (*evidence-based*) yang dapat memperkaya materi pembelajaran bagi mahasiswa kesehatan, sekaligus menjadi referensi yang valid untuk publikasi ilmiah serta menginspirasi para peneliti selanjutnya untuk melakukan eksplorasi lebih dalam mengenai efektivitas pijat *oksitosin* dengan metode atau pada populasi yang berbeda

1.4.3 Bagi PMB Lilis Suryawati

Hasil penelitian dapat dijadikan landasan ilmiah yang kuat untuk menyusun sebuah Standar Operasional Prosedur (SOP) baru terkait penerapan pijat oksitosin secara terstruktur bagi seluruh pasien nifas. Adopsi praktik berbasis bukti ini tidak hanya akan meningkatkan efektivitas penanganan masalah laktasi, tetapi juga memperkuat citra PMB sebagai fasilitas kesehatan yang inovatif dan terdepan.

