

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Air susu ibu merupakan sumber makanan utama yang sangat penting untuk bayi, khususnya pada masa awal kehidupannya. Kandungan gizi dalam ASI dinilai sangat sesuai dengan yang bayi butuhkan, karena terdapat nutrisi yang bermanfaat untuk proses pertumbuhan dan perkembangannya. Oleh sebab itu, maka ASI dapat dikatakan sebagai makanan yang paling ideal bagi bayi. Pemberian ASI secara eksklusif sebagai satu-satunya sumber makanan pada bayi mampu mencukupi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan normal hingga usia sekitar empat sampai enam bulan (Anissa et al., 2024).

Di dalam ASI terdapat zat antiinfeksi, termasuk *immune modulator*, membantu menjaga ketahanan tubuh bayi terhadap berbagai infeksi. Selain itu, ASI memiliki komposisi gizi yang khas, seperti laktosa sebagai karbohidrat, asam lemak tak jenuh ganda, serta *lactalbumin* sebagai protein utama yang relatif mudah dicerna. Sementara itu bagi ibu menyusui, tidak hanya membantu membangun kedekatan dengan bayi, tetapi juga dapat meminimalisir perdarahan setelah persalinan, membantu ibu pulih lebih cepat, menjadi KB alami, dan mengurangi risiko kanker payudara. Selain manfaat tersebut, menyusui juga dapat memberikan rasa bahagia dan kepuasan bagi ibu.

Susu pengganti ASI dibuat dari bahan yang berasal dari hewan maupun tumbuhan. Namun, hingga saat ini belum terdapat susu buatan yang mampu

menyamai kandungan serta kualitas yang dimiliki ASI. Pada masa menyusui, seorang ibu dapat menghasilkan ASI sekitar satu liter dalam sehari, sedangkan kebutuhan bayi dalam sekali menyusui berkisar antara 200–250 ml (Romlah, 2019). ASI yang tidak lancar membuat ibu memberikan susu formula pada bayinya. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh rasa kurang percaya diri dan kecemasan yang dialami ibu, sehingga proses pelepasan hormon oksitosin menjadi terhambat. Peran hormon oksitosin dalam membantu pengeluaran ASI berkaitan dengan kerja hormon prolaktin yang berfungsi merangsang kelancaran ASI. Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu memperlancar pengeluaran ASI adalah pijat oksitosin. Pemicu pelepasan hormon oksitosin melalui rangsangan pada puting melalui hisapan bayi atau pemijatan pada area tulang belakang. Pijatan tersebut juga dapat membuat ibu merasa lebih tenang dan rileks, serta memperkuat rasa kasih sayang kepada bayinya. Kondisi yang lebih rileks tersebut dapat mendukung pelepasan hormon oksitosin sehingga ASI lebih mudah keluar (Ibrahim 2021).

WHO menganjurkan agar setiap bayi diberi ASI saja sampai dengan usia enam bulan tanpa tambahan makanan ataupun minuman lainnya. ASI dipandang sebagai sumber nutrisi alami yang paling sesuai untuk bayi karena didalamnya terdapat kandungan gizi yang mendukung kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Namun penerapan rekomendasi tersebut secara global masih menghadapi berbagai kendala, terlihat dari cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi berusia kurang dari enam bulan yang baru 35,5% (World Health Statistics WHO, 2025). Upaya

peningkatan pemberian ASI eksklusif di Indonesia telah didukung oleh Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 yang mengatur bahwa bayi harus diberikan ASI sejak lahir hingga usia enam bulan tanpa pemberian makanan, minuman, maupun bahan pengganti lainnya (Kemenkes, 2025). Di wilayah Jawa Timur, cakupan pemberian ASI pada tahun 2024 tercatat sebesar 76%. Meskipun demikian, pemberian ASI pada periode awal setelah persalinan masih perlu mendapat perhatian, karena berdasarkan hasil survei hanya 4,25% bayi yang mendapatkan ASI setelah satu jam pertama pascapersalinan, sementara sekitar 26% bayi telah diberikan susu formula. Kondisi tersebut salah satunya dikaitkan dengan produksi ASI yang kurang lancar (Dinas Jatim, 2025).

Berdasarkan hasil data yang diperoleh, produksi ASI yang kurang optimal pada ibu postpartum masih menjadi salah satu permasalahan dalam proses menyusui. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya bendungan ASI, mastitis, dan gangguan payudara lainnya yang dapat menimbulkan rasa sakit serta ketidaknyamanan pada ibu. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kelancaran ASI, seperti perawatan payudara, jumlah persalinan, stres, penyakit akut, kebiasaan merokok, dan penggunaan pil kontrasepsi. Selain itu, produksi ASI juga dapat terhambat apabila ibu jarang menyusui atau memerah ASI, bayi tidak mampu mengisap dengan efektif, serta kebutuhan gizi ibu tidak terpenuhi dengan baik (Wahyuningsih, 2023).

Mengatasi ketidaklancaran produksi ASI berfokus pada prinsip supply and demand. Tingkatkan frekuensi menyusui atau memompa payudara setiap 2 sampai 3 jam, pastikan pelekatan mulut bayi benar yaitu sebagian besar areola masuk kedalam mulutnya agar isapan lebih efektif, kelola stress dengan baik serta lakukan pijat oksitosin. Pijat oksitosin yaitu pijat ringan sepanjang tulang belakang oleh pasangan untuk merangsang hormon oksitosin yang mempermudah pengeluaran ASI. Anda juga bisa melakukan kompres hangat sebelum menyusui. Konsumsi makanan bergizi seperti sayuran hijau (daun katuk, bayam), dan pastikan perbanyak minum air putih setiap harinya. Kelola Stres dan Cukup Istirahat: Stres dapat menghambat pengeluaran ASI. Usahakan untuk beristirahat saat bayi tidur dan luangkan waktu untuk rileks. (Sulasmi & Kurniawati, 2025). Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan pijat oksitosin dengan kelancaran ASI di Pustu Tunjung Burneh Bangkalan”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka permasalahan yang menjadi fokus perhatian adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pelaksanaan pijat oksitosin di Pustu Tunjung Burneh Bangkalan?
2. Bagaimana kelancaran ASI di Pustu Tunjung Burneh Bangkalan?
3. Apakah ada hubungan pijat oksitosin dengan kelancaran ASI di Pustu Tunjung Burneh Bangkalan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui keterkaitan pemberian pijat oksitosin dengan kelancaran pengeluaran ASI di Pustu Tunjung, Burneh, Bangkalan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pelaksanaan pijat oksitosin di Pustu Tunjung Burneh Bangkalan
2. Mengidentifikasi kelancaran ASI di Pustu Tunjung Burneh Bangkalan
3. Menganalisis hubungan pijat oksitosin dengan kelancaran ASI di Pustu Tunjung Burneh Bangkalan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

1. Manfaat Bagi Ibu Nifas

Dapat melakukan terapi komplementer pijat oksitosin guna meningkatkan produksi ASI. Dapat dijadikan sebagai upaya meningkatkan produksi ASI melalui pijat (khususnya pijak laktasi atau pijat oksitosin)

2. Manfaat Bagi Pelayanan Kesehatan (Pustu Tunjung Burneh Bangkalan)

Dapat mengembangkan metode intervensi non-farmakologis, sehingga dapat memberikan bukti berbasis data (evidence-based practice) mengenai alternatif terapi non-obat yang aman untuk membantu melancarkan produksi ASI.

1.4.2 Manfaat Teoritis

1. Manfaat Bagi Perkembangan Ilmu Kebidanan

Menambah literatur terkait efektivitas pijat oksitosin dalam melancarkan produksi ASI. Dan dapat dijadikan sebagai acuan bagi bidan dalam mengedukasi keluarga mengenai pentingnya pijat oksitosin untuk kelancaran produksi ASI.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan tambahan referensi dalam mengembangkan asuhan kebidanan komplementer terutama teknik pijat pascasalin (*pijat oksitosin*)

