

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama yang sangat penting bagi bayi pada masa awal kehidupan. Produksi ASI pada ibu nifas sering mengalami hambatan akibat faktor fisik maupun psikologis yang memengaruhi kerja hormon laktasi. Pijat oksitosin menjadi salah satu terapi komplementer yang dapat membantu merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Teknik pemijatan pada sepanjang tulang belakang mampu memberikan efek relaksasi yang berdampak pada peningkatan kenyamanan ibu setelah persalinan. Kondisi tubuh yang rileks akan membantu proses refleks let down sehingga produksi dan pengeluaran ASI menjadi lebih optimal. Upaya ini menunjukkan bahwa pijat oksitosin memiliki peran penting dalam mendukung kelancaran produksi ASI pada ibu nifas sebagai bagian dari perawatan pasca persalinan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025).

Data nasional menunjukkan bahwa permasalahan produksi ASI masih menjadi tantangan pada ibu nifas di Indonesia. Gangguan kelancaran produksi ASI dilaporkan masih cukup tinggi pada sebagian ibu menyusui, sehingga berdampak pada belum optimalnya pemberian ASI kepada bayi. Cakupan ASI eksklusif secara nasional tahun 2025 berada pada kisaran 67,03%, yang menunjukkan bahwa masih terdapat sebagian bayi yang belum

memperoleh ASI eksklusif secara optimal. Selain itu, fluktuasi capaian pada tahun-tahun sebelumnya juga menggambarkan bahwa hambatan dalam produksi dan pemberian ASI masih terjadi di berbagai wilayah Indonesia.

Di tingkat Provinsi Jawa Timur, cakupan ASI eksklusif tahun 2025 mencapai sekitar 75,24%, yang menunjukkan adanya peningkatan capaian program kesehatan ibu dan anak, namun masih belum merata di seluruh kabupaten/kota. Meskipun angka tersebut tergolong cukup tinggi, tetap ditemukan variasi capaian antar wilayah serta masih adanya ibu nifas yang mengalami kesulitan dalam proses menyusui, terutama pada masa awal postpartum .

Di Kabupaten Bangkalan, cakupan ASI eksklusif dilaporkan masih mengalami ketidaktercapaian optimal di beberapa wilayah puskesmas. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Bangkalan sekitar 25-35% ibu menyusui di beberapa wilayah belum berhasil memberikan ASI eksklusif hingga usia 6 bulan. Hal ini menunjukkan indikator kesehatan keluarga menunjukkan bahwa pelaksanaan ASI eksklusif masih menghadapi kendala seperti rendahnya keberhasilan inisiasi menyusu dini pada sebagian ibu, kurangnya dukungan keluarga, serta tingginya angka ibu bekerja yang memengaruhi frekuensi menyusui.

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja salah satu Puskesmas Kwanyar di Kabupaten Bangkalan, Jawa Timur. Cakupan ASI eksklusif di puskesmas ini dilaporkan masih mengalami ketidaktercapaian optimal. Cakupan ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Kwanyar diperkirakan

mencapai 65%, sehingga sekitar 35% bayi belum memperoleh ASI eksklusif sesuai rekomendasi hingga usia 6 bulan. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh faktor antara lain masih terbatasnya pengetahuan ibu mengenai manfaat ASI eksklusif, kurangnya pemahaman tentang teknik menyusui yang benar serta dukungan keluarga yang belum optimal dalam proses pemberian ASI.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara pada Hari Selasa tanggal 10 Februari 2026 di Puskesmas Kwanyar terhadap beberapa ibu nifas, diketahui bahwa sebagian ibu mengalami keterlambatan pengeluaran ASI selama 1-3 hari setelah persalinan. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa beberapa ibu mengeluhkan bayinya sering menangis, sementara proses pemberian ASI belum berlangsung secara optimal. Keadaan tersebut menyebabkan munculnya perasaan cemas dan keraguan pada ibu terhadap kemampuannya dalam menyusui. Kondisi ini diduga berkaitan dengan belum optimalnya rangsangan hormon oksitosin, terbatasnya pemahaman ibu mengenai proses menyusui, serta kurangnya dukungan pihak keluarga selama masa nifas.

Berdasarkan kondisi tersebut, masih diperlukan upaya intervensi nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu nifas, salah satunya melalui pijat oksitosin yang diharapkan dapat merangsang hormon oksitosin sehingga memperlancar pengeluaran ASI. (Khusniyati, 2023)

Ketidaklancaran produksi ASI pada ibu nifas di Indonesia diawali oleh kondisi kelelahan setelah persalinan yang memicu stres dan kecemasan

sehingga menghambat pelepasan hormon oksitosin. Keadaan psikologis yang tidak stabil menyebabkan refleksi let down tidak optimal sehingga aliran ASI menjadi terhambat. Kondisi tersebut diperparah oleh kurangnya pengetahuan tentang teknik menyusui yang benar serta rendahnya dukungan keluarga dalam proses laktasi. Asupan nutrisi yang tidak seimbang juga berkontribusi terhadap menurunnya produksi ASI karena tubuh tidak memiliki cukup cadangan energi untuk proses pembentukan susu. Fenomena ini terlihat pada beberapa wilayah di Jawa Timur yang menunjukkan masih adanya ibu nifas dengan produksi ASI tidak lancar akibat kombinasi faktor fisik dan psikologis. Keterlambatan pemberian ASI dini menyebabkan stimulasi hormon prolaktin tidak maksimal sehingga produksi ASI semakin menurun. Rangkaian sebab tersebut akhirnya berdampak pada rendahnya keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025).

Gangguan produksi ASI pada ibu nifas di Jawa Timur sering berawal dari kurang optimalnya inisiasi menyusui dini yang menyebabkan rangsangan awal terhadap hormon prolaktin tidak tercapai secara maksimal. Kondisi tersebut memicu keterlambatan pengeluaran ASI sehingga bayi tidak mendapatkan hisapan yang cukup untuk mempertahankan produksi susu. Tekanan psikologis akibat rasa nyeri pasca persalinan memperburuk kondisi karena menghambat pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam refleksi let down. Aktivitas fisik yang berlebihan tanpa diimbangi istirahat yang cukup turut menurunkan stamina ibu sehingga proses laktasi tidak berjalan

optimal. Pola makan yang tidak teratur menyebabkan kebutuhan nutrisi tidak terpenuhi sehingga pembentukan ASI mengalami penurunan. Rangkaian kondisi tersebut akhirnya berdampak pada rendahnya frekuensi menyusui yang memperparah penurunan produksi ASI pada ibu nifas di wilayah tersebut (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2025).

Pijat oksitosin sebagai terapi komplementer memiliki kelebihan dalam membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI melalui stimulasi hormon oksitosin yang berperan dalam refleksi pengeluaran ASI. Metode ini memberikan efek relaksasi pada ibu nifas sehingga mampu menurunkan tingkat stres dan kecemasan setelah persalinan. Kondisi tubuh yang lebih tenang mendorong proses laktasi berlangsung lebih optimal dan berkelanjutan. Teknik pijat yang sederhana memungkinkan pelaksanaan secara mandiri dengan bantuan keluarga tanpa memerlukan alat khusus. Intervensi ini juga aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya bagi ibu maupun bayi. Manfaat lain terlihat pada peningkatan kedekatan emosional antara ibu dan bayi sehingga mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Nurhidayah *et al.*, 2023).

Sebagai upaya untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu nifas, diperlukan intervensi yang lebih terarah dan berbasis stimulasi fisiologis, seperti pijat oksitosin, yang berfungsi merangsang pelepasan hormon oksitosin sehingga membantu memperlancar refleksi pengeluaran ASI (let down reflex). Selain itu, edukasi menyusui sejak masa kehamilan, peningkatan frekuensi menyusui atau kontak kulit (skin to skin contact), serta

dukungan keluarga yang optimal juga menjadi strategi penting dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Pendekatan kombinasi antara intervensi fisik dan psikologis ini diharapkan dapat menjadi solusi dalam mengatasi hambatan produksi ASI pada ibu nifas.

Variasi metode pengukuran produksi ASI yang belum seragam juga menjadi kendala dalam membandingkan hasil antar penelitian. Keterbatasan tersebut menunjukkan perlunya penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat dan sampel yang lebih besar untuk memperkuat bukti ilmiah terkait efektivitas pijat oksitosin. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pijat oksitosin sebagai terapi komplementer memiliki pengaruh terhadap peningkatan kelancaran produksi ASI pada ibu nifas melalui stimulasi hormon oksitosin dan refleksi *let down*. Penelitian dengan desain quasi eksperimen menemukan adanya peningkatan produksi ASI setelah pemberian intervensi pijat oksitosin dibandingkan sebelum perlakuan. Hasil penelitian lain juga memperlihatkan bahwa sebagian besar ibu nifas mengalami kelancaran produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin secara rutin (Utami *et al.*, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan upaya efektif untuk membantu meningkatkan kelancaran produksi ASI pada ibu nifas melalui pendekatan yang aman dan mudah dilakukan. Penelitian ini memilih pijat oksitosin sebagai terapi komplementer untuk mengkaji pengaruhnya terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian dilakukan dengan judul “Pengaruh Pijat Oksitosin Sebagai Terapi

Komplementer Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Puskesmas Kwanyar Kabupaten Bangkalan”.

1.2 Rumusan Masalah

“Bagaimana pengaruh pijat oksitosin sebagai terapi komplementer terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Kwanyar Kabupaten Bangkalan?”

1.3 Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pijat oksitosin sebagai terapi komplementer terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Kwanyar Kabupaten Bangkalan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kondisi produksi ASI pada ibu nifas sebelum diberikan pijat oksitosin di Puskesmas Kwanyar Kabupaten Bangkalan.
- b. Mengidentifikasi kondisi produksi ASI pada ibu nifas sesudah diberikan pijat oksitosin di Puskesmas Kwanyar Kabupaten Bangkalan.
- c. Menganalisis perbedaan kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan pijat oksitosin pada ibu nifas di Puskesmas Kwanyar Kabupaten Bangkalan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini memberikan informasi mengenai manfaat pijat oksitosin dalam membantu kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Hasil penelitian dapat meningkatkan pemahaman tentang cara sederhana yang dapat dilakukan untuk mendukung keberhasilan menyusui. Penelitian ini juga diharapkan membantu ibu nifas memperoleh pengalaman menyusui yang lebih nyaman dan optimal.

1.4.2 Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas/RS)

Penelitian ini memberikan informasi yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas pelayanan ibu nifas terkait kelancaran produksi ASI. Hasil penelitian dapat dimanfaatkan untuk menyusun program edukasi mengenai pijat oksitosin sebagai terapi komplementer di fasilitas kesehatan. Temuan penelitian ini juga mendukung pengembangan standar pelayanan yang berfokus pada peningkatan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

1.4.3 Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan untuk memperdalam pemahaman mengenai penerapan pijat oksitosin sebagai terapi komplementer dalam meningkatkan produksi ASI. Proses penelitian membantu mengembangkan kemampuan dalam pengumpulan, pengolahan, dan analisis data secara sistematis. Hasil penelitian menjadi pengalaman

ilmiah yang dapat digunakan sebagai dasar pengembangan penelitian selanjutnya.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi untuk pengembangan kajian terkait pijat oksitosin dan produksi ASI pada ibu nifas. Temuan yang diperoleh dapat dijadikan dasar untuk menyusun penelitian dengan metode yang lebih beragam dan sampel yang lebih luas. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dalam penelitian sejenis pada waktu dan lokasi yang berbeda.

