

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa nifas (Post Partum) adalah masa yang dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir ketika rahim kembali ke keadaan sebelum hamil, yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari. Selama masa pemulihan, ibu akan mengalami banyak perubahan fisik dan psikis yang bersifat fisiologis dan menimbulkan banyak ketidaknyamanan pada masa awal nifas (Yuliana & Hakim, 2020). Sebagian besar perubahan yang dialami ibu post partum merupakan perubahan yang fisiologis, salah satunya adalah proses laktasi (Elly, 2015).

Laktasi merupakan keseluruhan proses menyusui mulai dari produksi asi, pengeluaran ASI hingga proses bayi menghisap dan menelan ASI. Proses awal produksi ASI yaitu setelah melahirkan, kadar estrogen dan progesteron dalam tubuh akan mengalami penurunan drastis sehingga akan menghilangkan efek supresi pada hipofisis. Tekanan yang hilang akan memicu pelepasan dan menghasilkan hormon, termasuk hormon prolaktin. Saat itu, produksi ASI dimulai lebih kuat dari periode sebelumnya (Rejeki, 2019). Pada fase ini, ibu harus mendapat dukungan penuh dari keluarga ataupun tenaga kesehatan untuk mulai menyusui bayinya sesegera mungkin setelah melahirkan untuk merangsang produksi ASI.

ASI merupakan nutrisi alami yang mengandung nutrisi yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, termasuk kecerdasannya

(Masning & Fairus, 2017). Pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian karena proses menyusui akan merangsang kontraksi uterus yang akan mengurangi komplikasi nifas. Bayi yang diberi susu formula memiliki angka kematian 25 kali lebih tinggi dibandingkan bayi yang diberi ASI eksklusif (I. Lestari, Rahmawati, Windarti, & Hariyono, 2019).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, 52,5 persen – atau hanya separuh dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan – mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia, atau turun 12 persen dari angka tahun 2019. Angka Inisiasi Menyusui (IMD) juga turun dari 58,2 persen pada 2019 menjadi 48,6 persen pada 2021. Menurut Kementerian Kesehatan mencatat bahwa 66% bayi menerima Asi Eksklusif pada tahun 2022 dan hal ini mendorong kementerian untuk terus melakukan sosialisasi pemberian Asi Eksklusif.

Cakupan Asi Eksklusif di Kalimantan Timur tahun 2020 sebesar 76,1% (Kemenkes RI,2020), mengalami penurunan dibandingkan tahun 2019 sebesar 78,15% (kemenkes RI,2020). Pada Tahun 2021 mengalami penurunan kembali menjadi 75,87% (Kemenkes,RI 2021). Cakupan target ASI Eksklusif di RSUD Ratu Aji Putri Botung adalah 75 % sedangkan di kabupaten penajam paser utara pada tahun 2021 sebesar 31,8%,sehingga cakupan ASI Eksklusif belum tepenuhi (Dinkes PPU,2021).

Faktor-faktor yang menghambat pemberian ASI eksklusif yaitu produksi asi kurang (32%),ibu bekerja (16%), ingin dianggap modern (4%), masalah puting susu (28%), pengaruh iklan susu formula (16%), pengaruh

keluarga (4%), oleh karena itu dukungan keluarga, masyarakat dan tenaga kesehatan sangat dibutuhkan untuk pemberian ASI Eksklusif (Hartono et al.,2016).

Faktor yang bisa mempengaruhi pemberian ASI selanjutya ialah sesudah ibu melahirkan ibu akan mengalami rasa tak nyaman diseluruh tubuh,cemas dan stress tidak bisa mencukupi kebutuhan ASI pada bayinya.Hal ini akan menghambat sekresi hormone oksitoksin.hormon oksitoksin ialah hormone yang berperan dalam pengeluaran ASI (Herlina,Siska and Harahap,Juraida Raito and Sari,2020).

Produksi ASI yang kurang menyebabkan ibu akan mengalami kesulitan terutama diawal selesainya kelahiran, keluhan yang dialaminya yakni minimnya ASI yang diproduksi dihari pertama kelahiran sehingga mengakibatkan mereka berhenti menyusui bahkan memilih menggunakan susu formula (Ardi Lestari et al.,2022). Selain itu menyusui tidak selamanya bisa berjalan dengan normal tidak sedikit ibu akan mengeluh seperti adanya dampak bila pengeluaran ASI tidak lancar yaitu seperti ibu mengalami kesakitan karena payudara bengkak, mastitis dan bahkan abses pada payudara yang dapat menyebabkan infeksi dan masalah lainnya (Aprilia & Krisnawati, 2016).

Salah satu kendala dalam memberikan asi secara dini yaitu produksi asi yang sedikit pada hari-hari pertama. Masalah yang dialami ibu post partum dalam produksi asi salah satunya sindrom asi kurang sehingga bayi merasa tidak puas setiap selesai menyusui, bayi sering menangis, payudara tidak

membesar yang mengakibatkan gagalnya pemberian asi pada bayi. Produksi asi yang rendah diantaranya disebabkan kurang seringnya menyusui atau memerah payudara, teknik perlekatan yang salah antara mulut bayi dan payudara ibu, dan kurangnya gizi pada ibu post partum (Musdalifah et al., 2017).

Masalah pemberian ASI pada hari pertama setelah bayi lahir disebabkan oleh faktor ibu yaitu kurangnya stimulasi hormon oksitosin yang mempengaruhi proses laktasi. Selain itu faktor yang paling banyak dipengaruhi oleh ibu adalah faktor ketenangan jiwa. kondisi psikologis sangat mempengaruhi cara kerja hormon oksitosin (Patimah, Mashoedi dan Hadisaputro, 2019). Penanganan non farmakologis untuk memperbanyak ASI salah satunya adalah dengan melakukan *endorphin massage* untuk meningkatkan produksi ASI sehingga memberikan kenyamanan dan relaksasi yang sangat dibutuhkan ibu nifas (Masning & Fairus, 2017).

Teknik *Endorphin Massage* adalah teknik pijatan ringan pada bagian leher, lengan dan tangan. Dengan pijatan ini saraf punggung akan merangsang pelepasan hormon endorfin dalam tubuh yang secara tidak langsung akan merangsang refleks oksitosin. Pijat endorphin merupakan terapi sentuhan atau pijatan ringan yang merangsang tubuh mengeluarkan senyawa Endorphin dan sebagai pereda nyeri untuk menimbulkan perasaan nyaman (Hartono, Oktaviani, & Nindya, 2016). Teknik ini meningkatkan pelepasan endorfin (memberikan perasaan nyaman dan tenang) dan hormon oksitosin (Ohorella, Sampara, & Hasriani, 2019). Saat diberikan pijatan punggung, saraf punggung

akan mengirimkan sinyal ke otak untuk melepaskan oksitosin, kemudian menimbulkan kontraksi sel-sel mioepitel yang akan mendorong keluar ASI, karena saraf payudara dipersarafi oleh saraf punggung (saraf dorsal) yang menyebar di sepanjang punggung. tulang belakang. Keluarnya ASI yang lancar juga disebabkan oleh meningkatnya sirkulasi darah di area payudara setelah diberikan pijatan punggung (Saudina & Murni, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Nurfaizah Alza, Nurhidayat menemukan bahwa ibu post partum yang pernah dilakukan *endorphin massage* memiliki ASI yang lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak dilakukan pijat endorphan (Alza & Nurhidayat, 2020). *Endorphan massage* dilakukan pijatan didaerah punggung mulai dari batas leher sampai batas bawah scapula disekitar ruas tulang belakang. Frekuensi endorphan massage pada setiap responden dapat dilakukan sebanyak 4-5 kali dengan durasi 3 -5 menit disetiap gerakannya (Magrifah & idwar, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Morhen et al. (2012) membuktikan bahwa wanita yang diberikan pijatan di daerah punggung mulai dari batas leher sampai batas bawah scapula di sekitar ruas tulang belakang selama 15 menit dapat meningkatkan kadar oksitosin dalam darah, menurunkan kadar hormon adenokortikotropin sehingga akan menstimulasi produksi endorphan yang merupakan pereda sakit alami (Alza & Nurhidayat, 2020). *Endorphan massage* dilakukan selama  $\pm$  15-20 menit pada ibu post partum dan dilakukan setiap hari pada pagi dan sore hari selama 3 hari (Masning & Fairus, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Endah Wahyutri, Nurmi, Nursari Abdul Syukur, 2023) di RSUD Ratu Aji Putri Botung pada bulan Januari 2023 menemukan bahwa Ada pengaruh endorphan massage terhadap pengeluaran kolostrum/ASI pada ibu postpartum SC dengan p-value 0,000. rata-rata pengeluaran kolostrum dengan endorphan massage lebih cepat 11.100 jam dibandingkan ibu post SC yang tidak mendapat endorphan massage sehingga Endorphan massage efektif dalam mempercepat waktu pengeluaran kolostrum/ASI.

Berdasarkan hasil survey yang saya lakukan di RSUD Ratu Aji Putri Botung pada bulan maret 2023 diperoleh 30 orang ibu post partum ,dimana 50% atau sekitar 15 orang ibu post partum mengeluh ASI belum keluar dan tidak lancar, sedangkan 15 ibu lainnya produksi ASI dalam keadaan normal. Ibu post partum yang memiliki keluhan ASI belum keluar dan tidak lancar mengambil tindakan memberikan susu formula kepada bayainya terdapat  $\pm$  10 orang,  $\pm$  2 orang memompa asi dan sekitar 3 orang meminum pil pelancar asi. Ibu post partum tersebut belum mengetahui mengenai penanganan non farmakologis untuk meningkatkan produksi ASI yaitu salah satunya dengan *endorphin massage*.

Berdasarkan fenomena dan permasalahan yang ada ,maka peneliti tertarik ntuk untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Endorphan Massage* Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum” di RSUD Ratu Aji Putri Botung dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan ibu

dan keluarga dalam penanganan masalah produksi ASI dengan *endorphin massage* agar ibu lebih rileks dan meningkatkan produksi ASI.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimanakah pengaruh *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI ibu post partum di Rumah Sakit Umum Daerah Ratu Aji Putri Botung.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Umum Daerah Ratu Aji Putri Botung.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kelancaran produksi ASI pada ibu post partum sebelum dilakukan *endorphin massage* di Rumah Sakit Umum Daerah Ratu Aji Putri Botung.
- b. Mengetahui gambaran kelancaran produksi ASI pada ibu post partum sesudah dilakukan *endorphin massage* di Rumah Sakit Umum Daerah Ratu Aji Putri Botung.
- c. Mengetahui Pengaruh *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Umum daerah Ratu Aji Putri Botung.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi dan informasi dalam ilmu pengetahuan pelayanan kebidanan khususnya tentang pengaruh *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Umum Daerah Ratu Aji Putri Botung.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Ratu Aji Putri Botung

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan untuk rumah sakit dalam penatalaksanaan non-farmakologi atau komplementer tentang *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum di Rumah Sakit Umum Daerah Ratu Aji Putri Botung.

#### b. Bagi Bidan Rumah Sakit Umum daerah Ratu Aji Putri Botung

Hasil Penelitian ini diharapkan sebagai dasar untuk melakukan *endorphin massage* terhadap kelancaran produksi ASI ibu post partum di Rumah Sakit Umum Daerah ratu Aji Putri Botung sehingga dapat memberikan pelayanan non farmakologi kepada ibu dengan lebih baik lagi.

#### c. Bagi peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan dan memberikan wawasan untuk penelitian lebih lanjut.



d. Bagi Masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai media informasi dan bahan bacaan masyarakat untuk membantu ibu nifas yang memiliki permasalahan dalam produksi ASI.