

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas merupakan periode yang dimulai setelah plasenta lahir hingga enam minggu pascapersalinan. Masa ini merupakan fase penting dalam siklus reproduksi perempuan karena terjadi proses pemulihan organ reproduksi serta adaptasi fisiologis dan psikologis ibu. Pada masa nifas, ibu juga mulai menjalankan peran barunya dalam memberikan Air Susu Ibu (ASI) kepada bayi. Keberhasilan menyusui pada periode ini sangat menentukan status kesehatan ibu dan bayi. Salah satu indikator keberhasilan tersebut adalah tercapainya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi.

Secara global, cakupan ASI eksklusif masih belum mencapai target yang ditetapkan. UNICEF dan WHO (2023) melaporkan bahwa cakupan ASI eksklusif pada bayi usia 0–5 bulan baru mencapai 48%, sementara target global minimal 70%. Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif tahun 2023 sebesar 61,43%, masih di bawah target nasional 70% (Kemenkes RI, 2023). Di Provinsi Jawa Tengah capaian sebesar 66,13%, sedangkan di Kabupaten Semarang sebesar 58,71% (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2023). Berdasarkan laporan Puskesmas Ungaran, cakupan ASI eksklusif tahun 2023 sebesar 59,4% dan menurun menjadi 55% pada tahun 2024. Angka tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan pemberian ASI eksklusif masih menjadi masalah kesehatan ibu dan anak.

Rendahnya cakupan ASI eksklusif dapat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah produksi ASI yang tidak lancar pada masa awal nifas. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin, kondisi psikologis ibu, status gizi, frekuensi menyusui, serta dukungan keluarga (Roesli, 2020). Hormon oksitosin berperan dalam refleksi let down atau pengeluaran ASI. Stres, kelelahan, nyeri, dan kurangnya dukungan keluarga dapat menghambat sekresi oksitosin sehingga produksi ASI menjadi tidak optimal (Yuliana & Nurhidayati, 2021). Produksi ASI yang tidak lancar dapat

menyebabkan bayi rewel, frekuensi buang air kecil kurang dari enam kali per hari, dan berat badan tidak meningkat sesuai grafik pertumbuhan.

Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif, antara lain melalui program Inisiasi Menyusu Dini (IMD), Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK), konseling laktasi, serta promosi ASI eksklusif di fasilitas pelayanan kesehatan. Namun demikian, pelaksanaan di lapangan masih menghadapi berbagai kendala, terutama terkait kesiapan ibu dan dukungan yang diberikan selama masa nifas.

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi produksi ASI, yaitu faktor ibu (gizi, kondisi psikologis, istirahat, frekuensi menyusui, dan dukungan keluarga), faktor bayi (hisapan efektif dan kondisi kesehatan bayi), serta faktor hormonal khususnya oksitosin yang berperan dalam refleksi let down. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat merangsang hormon oksitosin adalah pijat oksitosin. Pijat oksitosin merupakan teknik pijatan lembut sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk ke-5–6 yang bertujuan merangsang saraf parasimpatis sehingga meningkatkan sekresi hormon oksitosin, memperlancar pengeluaran ASI, serta memberikan rasa nyaman pada ibu (Aprilia, 2019).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat oksitosin efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Yanti et al. (2022) melaporkan adanya perbedaan bermakna produksi ASI antara kelompok yang diberikan pijat oksitosin dan kelompok kontrol ($p = 0,002$). Romzalina dkk. (2023) menunjukkan peningkatan signifikan volume ASI setelah pemberian pijat oksitosin dengan nilai $p < 0,001$. Hasil penelitian lainnya juga menyatakan bahwa pijat oksitosin lebih efektif dibandingkan teknik lain dalam meningkatkan refleksi let down dan kelancaran ASI.

Wilayah kerja PMB Komariyah, masih ditemukan ibu nifas yang mengalami kendala produksi ASI. Berdasarkan data kunjungan masa nifas periode 16–31 Desember 2025, terdapat 22 ibu nifas yang melakukan kunjungan. Hasil studi pendahuluan terhadap 10 ibu nifas menunjukkan

bahwa 6 orang (60%) mengeluhkan produksi ASI tidak lancar pada minggu pertama pascapersalinan. Selain itu, sebagian besar ibu belum mendapatkan edukasi maupun stimulasi pijat oksitosin secara rutin

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan intervensi yang efektif, aman, dan mudah dilakukan untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di PMB Komariyah."

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di PMB Komariyah ?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di PMB Komariyah

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi produksi ASI ibu nifas sebelum dilakukan pijat oksitosin di PMB Komariyah
- b. Mengidentifikasi produksi ASI ibu nifas sesudah dilakukan pijat oksitosin di PMB Komariyah
- c. Menganalisa pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI ibu nifas di PMB Komariyah

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Universitas Ngudi Waluyo

Penelitian ini dapat memberikan wawasan ilmiah yang berharga bagi program studi kebidanan, sehingga fakultas dapat memperkaya kurikulum yang berkaitan dengan praktik pijat oksitosin dan manajemen laktasi. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat mendorong kerja sama antara universitas dan puskesmas dalam program pengabdian kepada masyarakat, khususnya dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan masa nifas.

2. Bagi ibu nifas dan Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa dan ibu nifas dalam memahami teknik pijat oksitosin serta efektivitasnya dalam meningkatkan produksi ASI. Informasi ini penting untuk mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan meningkatkan kesejahteraan ibu dan bayi, serta memperkaya pengetahuan mahasiswa dalam praktik kebidanan.

3. Bagi PMB Komariyah

Hasil penelitian ini dapat menjadi panduan bagi Puskesmas Ungaran dalam mengembangkan program pelayanan kesehatan ibu nifas. Dengan adanya bukti ilmiah yang mendukung, puskesmas dapat mempertimbangkan penerapan pijat oksitosin sebagai salah satu metode nonfarmakologis untuk meningkatkan produksi ASI ibu nifas.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi studi-studi berikutnya dalam mengeksplorasi lebih lanjut manfaat pijat oksitosin. Misalnya, penelitian lanjutan dapat meneliti pengaruh pijat oksitosin terhadap keberhasilan menyusui jangka panjang, keterikatan ibu-anak (bonding attachment), atau melihat hubungan antara pijat oksitosin dengan faktor psikologis dan nutrisi ibu menyusui.