

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

ASI eksklusif atau lebih tepat pemberian ASI (Air Susu Ibu) secara eksklusif adalah bayi hanya di beri ASI saja, sejak usia 30 menit post- natal (setelah lahir) sampai usi 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, sari buah, air putih, madu, air teh, dan tanpa tambahan makanan padat seperti buah–buahan, biskuit, bubur susu, bubur nasi dan nasi tim (Walyani & Purwoastuti, 2020).

ASI eksklusif bertujuan menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI eksklusif sejak lahir sampai batas usia 6 bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya. Ada sebagian ibu mungkin saja terjadi kesulitan pengeluaran ASI karena lebih banyak ibu terpengaruh mitos sehingga ibu tidak yakin bisa memberikan ASI kepada bayinya.

Salah satu upaya yang di lakukan oleh ibu untuk menunjang keberhasilan menyusui disebut manajemen laktasi yang dimulai pada masa kehamilan, setelah persalinan, dan masa menyusui bayi. pada ibu bekerja ruang lingkup manajemen laktasi periode postnatal meliputi ASI peras. Faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui diantaranya asupan nutrisi yang mendukung produksi ASI pemijatan laktasi, dan faktor psikologis yang baik bagi ibu menyusui (Hartono, 2016).

Dalam penelitian (Hartono,dkk 2016) mengatakan faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui diantaranya asupan nutrisi yang mendukung produksi ASI, *breast massage* dan faktor psikologis ibu menyusui. Dengan keadaan psikologis yang tenang akan memicu keluarnya hormon endorphin sehingga berpengaruh terhadap produksi ASI. Salah satu cara penatalaksanaan untuk meningkatkan produksi ASI serta mengurangi nyeri dengan melakukan *endorphine massage*. *Endorphine massage* merupakan sebuah terapi sentuhan/pijatan ringan yang merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa. *Endorphine* yang merupakan pereda rasa sakit dan dapat menciptakan perasaan nyaman. (Kuswandi,2011).

Jumlah kematian ibu menurut provinsi tahun 2018-2019. Terdapat penurunan dari 4.226 menjadi 4.221 kematian ibu di Indonesia berdasarkan laporan. Pada tahun 2019 penyebab kematian ibu terbanyak adalah perdarahan (1.280 kasus), hipertensi dalam kehamilan (1.066 kasus), infeksi (207) kasus. (profil kemenkes RI 2020).

Berdasarkan data yang di peroleh dari profil kesehatan Indonesia (2018) secara nasional, menunjukkan cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2018 yaitu sebesar 68,74%.Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2018 yaitu 74%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Jawa Barat (90,79%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Gorontalo (30,71%). Sebanyak enam Provinsi belum mencapai target Renstra tahun 2018. Selain itu, terdapat sembilan Provinsi

yang belum mengumpulkan data. Cakupan bayi baru lahir mendapatkan IMD dan cakupan bayi mendapat ASI eksklusif (Kemenkes Republik Indonesia).

Cakupan inisiasi menyusui dini (IMD) di provinsi Riau tahun 2018 yaitu 60%, meningkat dibanding tahun 2017 (57,4%) dan sudah mencapai target (47%). Dengan capaian sempurna di kota Dumai yaitu 100%, sedangkan capaian terendah di Kabupaten Pelalawan yaitu 45% (Profil Kesehatan Provinsi Riau). Di Kabupaten Rokan Hulu bayi yang ASI eksklusif berfluktuasi selama 2 tahun terakhir, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi meningkat dari 19,66 pada tahun 2011 menjadi 70,4% (Profil kesehatan Rokan Hulu).

Berdasarkan data Cakupan Inisiasi Menyusu Dini, peneliti tertarik untuk mengetahui tentang pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post- partum di BPM Sabarita. Hasil dari penelitian ini diharapkan nantinya peneliti dapat mengetahui tentang pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post- partum.

B. Rumusan Masalah

Adakah pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Sabarita?

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum.

b. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui produksi ASI pada ibu post partum sebelum dilakukan pijat laktasi di BPM Sabarita.
- b. Untuk mengetahui produksi ASI pada ibu post partum sesudah dilakukan pijat laktasi di BPM Sabarita.
- c. Untuk mengetahui pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum di BPM Sabarita.

c. Manfaat penelitian

1. Bagi Fakultas Kesehatan dan Kecantikan Universitas Pasir Pengaraian
Diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi tambahan serta informasi yang bermanfaat bagi mahasiswa
2. Bagi Tempat Penelitian
Diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi tambahan serta informasi yang bermanfaat bagi masyarakat di sekitar BPM Sabarita.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Sebagai bahan perbandingan dan referensi bagi peneliti selanjutnya dengan desain penelitian yang lebih beragam.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Tinjauan Teori

1. Pengertian ASI

Air Susu Ibu (ASI) merupakan bahan makanan pertama dan tunggal yang paling baik, paling sesuai dan paling sempurna bagi bayi terutama pada saat-saat permulaan kehidupan. kecukupan jumlah maupun kualitas ASI yang harus di berikan sangat menentukan perkembangan dan pertumbuhan bayi, agar tetap dalam keadaan sehat. Kecukupan jumlah maupun kualitas ASI, sangat di pengaruhi oleh keadaan gizi ibunya sewaktu hamil hingga menyusui. Karena selama kehamilan dan periode menyusui ibu tidak boleh menderita kekurangan gizi (lina rahmiati,2015).

2. Manfaat ASI

Menurut Astutik (2017)terdapat banyak manfaat ASI, baik untuk ibu dan bayinya.

a. Manfaat ASI untuk Bayi

1. Mempunyai komposisi yang sesuai dengan kebutuhan bayi yang di lahirkan.
2. Jumlah kalori yang terdapat dalam ASI dapat memenuhi kebutuhan bayi sampai usia enam bulan.
3. ASI mengandung zat pelindung /antibodi yang melindungi terhadap penyakit. Menurut WHO (2000), bayi yang di beri susu selain ASI, mempunyai risiko 17 kali lebih tinggi untuk

mengalami diare dan tiga sampai empat kali lebih besar kemungkinan terkena ISPA dibandingkan dengan bayi yang mendapat bayi ASI.

4. Dengan di berikannya ASI saja minimal sampai enam bulan, maka dapat menyebabkan perkembangan psikomotorik bayi lebih cepat.
5. ASI dapat menunjang perkembangan penglihatan.
6. Dengan di berikannya ASI, maka akan memperkuat ikatan batin ibu dan bayi.
7. Mengurangi kejadian maloklusi akibat penggunaan dot yang lama.

b. Manfaat ASI untuk Ibu Post Partum

1. Mencegah perdarahan pascapersalinan. Hormon oksitoksin yang merangsang kontraksi uterus sehingga mencepit pembuluh darah yang bisa mencegah terjadinya perdarahan.
2. Mempercepat involusi uterus. Dengan di keluarkannya hormon oksitoksin, maka akan merangsang kontraksi uterus sehingga proses involusi uterus dapat berlangsung secara maksimal.
3. Mengurangi resiko terjadinya anemia. Hal disebabkan karena pada ibu yang menyusui kontraksi uterus berjalan baik sehingga tidak terjadi perdarahan yang mencegah risiko anemia.
4. Mengurangi resiko kanker ovarium dan payudara. Beberapa peneliti percaya bahwa menyusui dapat membantu mencegah

kanker payudara karena menyusui menekan siklus racun pada payudara.

5. Memberikan rasa yang di butuhkan selain memperkuat ikatan batin seorang ibu dengan bayi yang di lahirkan.dengan menyusui, ikatan batin anak akan terjalin kuat oleh karena itu, jika ibu berjauhan dengan bayi, maka akan terus terbayang saat-saat dia menyusui bayinya dan ibu merasa di butuhkan oleh bayi.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI

(Astutik,2017). Mengatakan pada ibu yang normal dapat menghasilkan ASI kira- kira 550-1000ml setiap hari, jumlah ASI dapat di pengaruhi oleh faktor :

1. Makanan : produksi ASI sangat di pengaruhi oleh makanan yang di makan ibu, apabila makanan ibu secara teratur dan cukup mengandung gizi yang di perlukan akan mempengaruhi produksi ASI, kelenjar pembuat ASI tidak dapat bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup untuk membentuk produksi ASI yang baik, makanan ibu harus memenuhi jumlah kalori, protein, lemak, dan vitamin serta mineral yang cukup. Selain itu ibu dianjurkan minum lebih banyak kurang lebih 8-12 gelas/hari.
2. Tanda- tanda kelancaran ASI
 - a. ASI yang banyak dapat merembes keluar melalui puting.
 - b. Sebelum disusukan bayi terasa tegang.

- c. Jika ASI cukup setelah bayi menyusu akan tertidur tenang selama 3/4 jam.
 - d. Bayi akan buang air kecil(BAK) 6-8 kali dalam satu hari
 - e. Bayi akan buang air besar(BAB) 3- 4 kali sehari
 - f. Bayi paling sedikit menyusu 8- 10 kali dalam 24 jam.
 - g. Ibu dapat mendengar suara menelan yang pelan ketika bayi menelan ASI
 - h. Ibu dapat merasakan rasa geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai menyusu.
 - i. Warna urin bayi kuning jernih.
 - j. Pada 24 jam pertama bayi mengeluarkan BAB yang berwarna hijau pekat, kental dan lengket, yang di namakan meconium.
3. Ketenangan jiwa dan pikiran : produksi ASI sangat di pengaruhi oleh faktor kejiwaan, ibu yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih, kurang percaya diri, dan berbagai bentuk ketenangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI. Untuk memproduksi ASI yang baik harus dalam keadaan tenang.
4. Fisiologi:terbentuknya ASI di pengaruhi hormon prolaktin yang merupakan hormon laktogenik yang menentukan dalam hal keadaan dan mempertahankan air susu.
5. Faktor isapan anak: bila ibu menyusui anak segera jarang dan berlangsung sebentar sebentar maka isapan anak berkurang dengan demikian pembentukan dan pengeluaran ASI berkurang.

4. Faktor yang menghambat produksi ASI

1. Adanya *feedback inhibitor* yaitu suatu faktor lokal, yakni bila saluran ASI penuh, maka mengirim implus untuk mengurangi produksi. Cara mengatasi adanya *feedback inhibitor* ini adalah dengan mengosongkan saluran secara teratur yaitu yaitu dengan pemberian ASI eksklusif dan tanpa jadwal (*on-demand*)
2. Stres/rasa sakit maka akan menghambat inhibisi pengeluaran oksitoksin. Misalnya pada saat sinus laktiferus penuh /payudara sudah bengkak.
3. Penyapihan merupakan penghentian penyusuan sebelum waktunya. Upaya penyapihan diantaranya disebabkan karena faktor ibu bekerja sehingga tidak mau repot menyusui bayi.

5. Postpartum

Masa nifas (*puerperium*) adalah masa setelah keluarnya placenta sampai alat-alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil dan secara normal masa nifas selama 6 minggu atau 40 hari. Masa setelah melahirkan selama 6 minggu atau 40 hari menurut hitungan awam merupakan masa nifas, masa ini sangat penting sekali untuk terus di pantau. Nifas merupakan masa pembersihan rahim, sama halnya seperti masa haid (Walyani dkk, 2020).

6. Tujuan Asuhan Masa Nifas

Asuhan masa nifas diperlukan dalam periode ini karena merupakan masa kritis baik ibu maupun bayinya. Diperkirakan 60% kematian ibu

akibat kehamilan terjadi setelah persalinan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama. Masa neonatus merupakan masa kritis bagi kehidupan bayi, 2/3 kematian bayi terjadi dalam 4 minggu setelah persalinan dan 60% kematian BBL terjadi dalam waktu 7 hari setelah lahir. Dengan pemantauan melekat dan asuhan pada ibu dan bayi pada masa nifas dapat mencegah beberapa kematian (Walyani, 2020).

7. Tahapan Masa Nifas

- a. *Puerperium* dini, yaitu kepulihan ketika ibu telah di perbolehkan berdiri.
- b. *Puerperium intermedial*, yaitu kepulihan menyeluruh alat-alat genital.
- c. *Remote puerperium*, yaitu waktu yang di perlukan untuk pulih dan sehat sempurna, terutama bila selama hamil atau waktu persalinan mempunyai komplikasi. Waktu untuk sehat sempurna mungkin beberapa minggu, bulan, atau tahun.

8. Fisiologi Laktasi

Selama masa kehamilan, hormon estrogen dan progesteron menginduksi perkembangan *alveoli* dan *duktus lactiferous* di dalam payudara, serta merangsang produksi kolostrum. Produksi ASI tidak berlangsung sampai masa sesudah kelahiran bayi ketika kadar hormon estrogen menurun. Penurunan kadar estrogen ini berkesinambungan disebabkan oleh menyusunya bayi pada payudara ibu. Pelepasan ASI berada di bawah kendali neuro-endokrin. Rangsangan sentuhan pada payudara (bayi menghisap) akan merangsang produksi oksitoksin yang

menyebabkan kontraksi *sel-sel myoepithel*. Laktasi ialah keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi mengisap dan menelan ASI. Frekuensi penyusuan bayi kepada ibunya sangat berpengaruh pada produksi dan pengeluaran ASI. Selama kehamilan hormon prolaktin dari plasenta meningkat tetapi ASI belum keluar karena pengaruh hormon estrogen yang masih tinggi. Kadar estrogen dan progesteron akan menurun pada saat hari kedua atau ketiga pasca persalinan, sehingga terjadi sekresi ASI. Pada proses laktasi terdapat dua refleksi yang berperan yaitu refleksi prolaktin dan refleksi aliran yang timbul akibat perangsang puting susu di karenakan isapan bayi. (Walyani&Purwoastuti, 2020)

9. Pijat oksitoksin

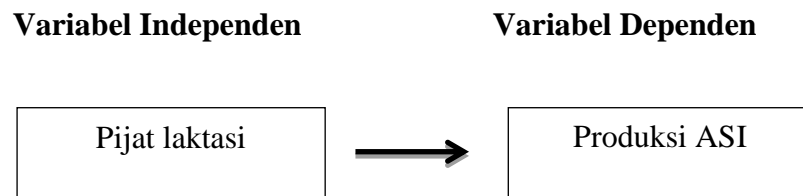
Salah satu tujuan perawatan payudara bagi ibu menyusui setelah melahirkan yakni agar dapat memberikan ASI secara maksimal pada buah hatinya. Salah satu hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon oksitoksin. Saat ini terjadi stimulasi hormon oksitoksin, sel-sel alveoli di kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar lalu mengalir dalam saluran kecil payudara sehingga keluarlah tetesan air susu dari puting dan masuk ke mulut bayi, proses keluarnya air susu tersebut dengan *refleks let down* sangat di pengaruhi oleh psikologis ibu memikirkan bayi, mencium, melihat bayi dan mendengarkan suara bayi. Sedangkan yang menghambat *refleks let*

down diantaranya perasaan stress seperti gelisah, kurang percaya diri, takut dan cemas.(Sampara, 2019).

Pijat Oksitoksin merupakan pemijatan tulang belakang pada costa ke 5-6 sampai ke scapula yang akan mempercepat kerja saraf parasimpatis merangsang hipofise posterior untuk mengeluarkan ASI. Pijat oksitoksin dilakukan untuk merangsang refleks oksitoksin atau *refleks down*. Pijat oksitoksin ini dilakukan dengan cara memijit pada daerah punggung sepanjang kedua sisi tulang belakang, sehingga diharapkan dengan dilakukannya pemijatantulang belakang ini, ibu akan merasa rileks dan kelelahan setelah melahirkan akan segera hilang. Jika ibu rileks dan tidak kelelahan dapat membantu pengeluaran hormon oksitoksin. Pijatan atau pada tulang belakang, neurotransmitter akan merangsang medulla oblongatalangsung mengirim pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitoksin sehingga menyebabkan buah dada mengeluarkan air susunya. Pijat oksitoksin bisa di lakukan kapan pun ibu mau dengan durasi 3-5 menit, lebih disarankan di lakukan sebelum menyusui atau memerah ASI. Sehinnga untuk mendapatkan jumlah ASI yang optimal dan baik, sebaiknya pijat oksitoksin di lakukan setiap hari dengan durasi 3-5 menit (Hanum, 2015).

B. Kerangka konsep

Berdasarkan kajian teori maka berikut akan di uraikan kerangka konsep penelitian.



C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian (Nursalam,2003).

Ada pengaruh pijat laktasi terhadap produksi ASI pada ibu post partum.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *pre eksperimental* dan *onegroup prepost test design*. Pada *design* ini terdapat *pre test* sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Nursalam, 2014).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian ini akan dilakukan di BPM Bidan Sabarita.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dari bulan desember 2020 sampai dengan Februari 2021 terhadap semua ibu post partum di BPM Bidan Sabarita.

C. Populasi, Sampel, dan Tehnik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan responden penelitian populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah 15 orang ibu postpartum primipara di BPM Bidan Sabarita.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang di teliti. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 15 orang.

Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

A. Kriteria Inklusi

- a. Ibu post partum diatas hari ke 1 sampai 1 bulan
- b. Ibu memiliki HB normal 12 gram
- c. Ibu yang frekuensi menyusuinya minimal 6 sampai 8 kali perhari
- d. Bayi yang hanya di berikan ASI

B. Kriteria Eksklusi

- a. Ibu yang sedang stress
- b. Ibu yang mengalami masalah pada payudara
(mastitis, lecet pada puting, dan puting susu yang tidak menonjol)

3. Teknik sampling

Teknik sampling merupakan cara mengambil sampel dari populasinya tujuan sampel yang diambil dapat mewakili populasi yang akan diteliti (Nasir, 2011). Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel adalah sampling jenuhadalah semua populasi dijadikan sebagai sampel.

D. Definisi operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
1	Indenden Pijat laktasi pada ibu post partum	Pemijatan yang dilakukan pada punggung belakang ibu dengan durasi 5 menit	Menggun akan panduan prosedur	Panduan prosedur pijat laktasi	Sesuai dengan Panduan prosedur pijat laktasi	Ordinal
2	Dependen a. Produksi ASI pada ibu post partum sebelum dilakukan pemijatan	Hasil pengeluaran ASI dengan memancar ASI	Diperah dengan tangan	Menggunakan Botol Susu dalam mL	Diperoleh jumlah ASI sebelum pemijatan	Numerik

	Dependen b. Produksi ASI pada ibu post partum setelah dilakukan pemijatan	Hasil pengeluaran ASI dengan memancar ASI	Diperah dengan tangan	Menggunakan Botol Susu dalam mL	Diperoleh jumlah ASI setelah pemijatan	Numerik
--	--	--	-----------------------------	---------------------------------------	--	---------

E. Instrumen/ Alat Penelitian

Untuk memperoleh informasi dari responden, peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan alat berupa panduan prosedur pijat laktasi dan pemeriksaan yang di susun sendiri oleh peneliti dengan pedoman pada tinjauan pustaka dan konsep. Instrumen ini terdiri dari dua bagian yaitu lembar prosedur dan tindakan pijat laktasi dengan pengeluaran ASI.

F. Metode Pengolahan Dan Analisis Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini di peroleh dari lembar wawancara dan lembar observasi untuk mengetahui banyaknya ASI pada saat menyusui bayi sebelum dan sesudah di beri perlakuan.

b. Data sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini adalah jumlah 15 ibu post partum di BPM Sabarita.

2. Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini melalui wawancara terhadap responden dengan menggunakan lembar prosedur dan tindakan pijat laktasi serta mengukur pengeluaran ASI. Dengan

menjelaskan kepada responden manfaat dan tujuan di lakukannya pijat laktasi. Setelah responden yang memenuhi kriteria dan bersedia untuk menjadi responden dilakukan mengisi *informed consent* untuk kesediaan menjadi responden dalam penelitian.

3. Analisis Data

a. Analisis univariat

Analisis univariat dilakukan dengan menggunakan analisis distribusi, frekuensi, dan statistik deskriptif untuk melihat produksi ASI pada ibu postpartum yang dilakukan pijat laktasi.

b. Analisis Bivariat

Analisis Bivariat dilakukan dengan uji T dependen. Uji T dependen prinsipnya adalah pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada saat penelitian (*point time approach*) artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan.

G. Etika Penelitian

Etika penelitian kebidanan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian kebidanan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan antara lain adalah *Informed Consent* merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. *Informed Consent* tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberi

lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *Informed Consent* adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia maka mereka harus menanda tangani lembar persetujuan. Jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati hak pasien (Hidayat, 2014).