

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Payudara seorang wanita yang menghasilkan air susu adalah nutrisi yang sangat dibutuhkan oleh bayi dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya, di dalam Air Susu Ibu (ASI) terkandung semua unsur gizi yang diperlukan oleh bayi dalam pertumbuhan dan perkembangannya yang sempurna dan merupakan asupan nutrisi yang terbaik bagi bayi. Bayi saat dalam keadaan sakit, ASI akan menjadi obat yang akan menyelamatkan jiwanya (Hanum *et al.*, 2021). Penelitian Nurmiati dan Besral (2008) dalam Pratiwi *et al.* (2019) menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan ASI mempunyai ketahanan hidup lebih tinggi, dibandingkan dengan bayi yang tidak mendapatkan ASI. Pemberian ASI sangat mempengaruhi status ketahanan hidup dan kesehatan bayi, hal ini didukung oleh data bahwa bayi yang diberikan ASI lebih dari 6 bulan mempunyai ketahanan hidup sebesar 33,3 kali dibanding bayi yang diberikan ASI kurang dari 4 bulan.

Bayi memerlukan gizi yang diperoleh dari pemberian ASI. Pemberian ASI dimulai 1 jam pertama setelah kelahiran. UNICEF memperkirakan, pemberian ASI eksklusif sampai usia bayi 6 bulan dapat mencegah kematian 1,3 juta anak berusia dibawah lima tahun. Penelitian di Ghana yang diterbitkan dalam jurnal *Pediatric* menunjukkan 16% kematian bayi dapat dicegah dengan pemberian ASI sejak hari pertama kelahirannya. Angka tersebut naik 22% jika pemberian ASI dimulai dalam 1 jam pertama setelah kelahiran bayi. Namun di Indonesia hanya sekitar 8% saja ibu-ibu

yang memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sampai umur 6 bulan dan 4% bayi yang disusui ibunya dalam 1 jam pertama setelah kelahirannya (Hanung dan Yuliana, 2020). Padahal, sekitar 21.000 kematian bayi baru lahir (usia di bawah 28 hari) di Indonesia dapat dicegah melalui pemberian ASI pada 1 jam pertama setelah lahir (Dewi *et al.*, 2021).

WHO menetapkan target pemberian ASI pada bayi sekurang-kurangnya 50% pada tahun 2025. Capaian ASI di dunia saat ini sebesar 36% dan beberapa negara di Asia Tenggara seperti India sebesar 46%, Philipina 34%, dan Vietnam 17%. Cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2019 masih dibawah target Nasional 80% yaitu 52,3% (Retnawati dan Khoiriyah, 2022). Sedangkan, cakupan bayi mendapatkan ASI eksklusif, secara nasional di tahun 2020 sebesar 66,06%. Angka tersebut melampaui target Renstra tahun 2020 yaitu 40%. Persentase pemberian ASI eksklusif tertinggi adalah Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) sebesar 87,33%, sedangkan persentase untuk pemberian ASI eksklusif terendah yaitu Provinsi Papua Barat sebesar 33,96%. Sementara, persentase pemberian ASI eksklusif di Provinsi Jawa Timur yaitu sebesar 80% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Berdasarkan hasil survei studi pendahuluan yang dilakukan bulan Juni 2024 di UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan, memperlihatkan masih ada ibu nifas yang tidak menyusui bayinya. Dari hasil wawancara yang dilakukan terhadap 6 orang ibu nifas (post partum), 4 orang diantaranya (66,67%) tidak mau menyusui bayinya disebabkan karena ibu merasa air susunya tidak akan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya sebab ASI terlalu sedikit.

Berbagai faktor penyebab ikut memberikan andil terhadap gagalnya ASI eksklusif. Mulai dari adanya mitos takut kehilangan daya tarik seorang wanita, air susu basi bagi kolostrum sampai alasan bekerja, merasa ketinggalan zaman bila menyusui bayinya alias gengsi, meniru teman serta tetangga yang memberikan susu botol. Di samping itu, promosi susu kaleng lebih gencar sebagai pengganti ASI serta informasi yang minim tentang ASI (Armini, 2016). Penyebab minimnya ASI juga dapat dipengaruhi oleh cara menyusui yang salah. Cara menyusui yang salah akan menyebabkan puting susu ibu lecet, ibu enggan menyusui sehingga bayi jarang menyusui, ini dapat menyebabkan kurangnya produksi ASI (Roesli, 2016). Selain itu, keadaan psikologis ibu nifas sebagai faktor eksternal juga dapat mempengaruhi produksi ASI. Perubahan psikologis selama masa nifas merupakan fase yang perlu mendapatkan perhatian baik dari tenaga kesehatan maupun lingkungan keluarga. Bila keadaan psikologis ibu nifas tidak diperhatikan ibu nifas dapat mengalami kecemasan yang semakin meningkat apabila tidak ditangani dengan baik akan menjadi *postpartum blues*, *depresi postpartum* dan *psikosa postpartum* (Retnawati dan Khoiriyah, 2022).

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas, ada beberapa cara dan salah satunya melalui *hypnobreastfeeding*. *Hypnobreastfeeding* adalah upaya alami menggunakan energi bawah sadar supaya proses menyusui berjalan dengan nyaman lancar, dan ibu dapat memberikan ASI yang mencukupi kebutuhan bayi dengan memasukkan implantasi afirmasi positif untuk proses menyusui disaat ibu dalam keadaan sangat rileks atau sangat berkonsentrasi (Sofiyanti *et al.*, 2019). Dasar dari *hypnobreastfeeding*

adalah relaksasi, dengan relaksasi perasaan stres, cemas atau tekanan psikologis yang sering terjadi pada ibu akan teratasi. Relaksasi akan memunculkan perasaan tenang, nyaman dan bahagia yang akhirnya dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin untuk kelancaran produksi ASI. Relaksasi juga akan mengaktifkan pikiran bawah sadar ibu, sehingga ibu akan dengan mudah terpengaruh oleh sugesti positif yang akan meningkatkan kepercayaan ibu di dalam proses menyusui. Kepercayaan atau keyakinan diri ibu akan kecukupan produksi ASI-nya dapat meningkatkan atau mempertahankan produksi ASI ibu (Rahmawati dan Prayogi, 2017). Menurut Ruslinawati *et al.* (2020) dalam penelitiannya menyatakan bahwa ibu menyusui yang diberikan terapi *hypnobreastfeeding* dapat memperdayakan dirinya dengan melakukan relaksasi otot, pikiran, dan pola nafas melalui sugesti positif untuk memberikan rasa nyaman pada ibu menyusui sehingga proses menyusui dapat berjalan dengan lancar.

Hypnobreastfeeding membantu ibu untuk memastikan agar ibu bisa terus memberikan ASI, minimal secara eksklusif 6 bulan pertama, terutama bila ibu menyusui harus kembali bekerja. Metode *Hypnobreastfeeding* sangat tepat digunakan untuk ibu nifas sehingga menjadi percaya diri dan lebih siap menyusui bayinya, sehingga produksi ASI bisa meningkat. Menurut Sofiyanti *et al.*, (2019), *hypnobreastfeeding* merupakan teknik relaksasi yang bisa membantu kelancaran proses menyusui secara holistik dengan memperhatikan *mind*, *body*, dan *soul* ibu menyusui. *Hypnobreastfeeding* membuat ibu lebih rileks, tenang, dan nyaman selama proses menyusui, sehingga muncul umpan balik positif yaitu peningkatan pelepasan oksitosin

dan prolaktin oleh hipofisis. Semakin ibu tenang dan percaya diri, maka hormon prolaktin dan hormon oksitosin semakin banyak diproduksi, sehingga dengan adanya pengeluaran ASI yang cukup, akan mampu memenuhi kebutuhan dan cakupan bayi cukup ASI (Hanung dan Yuliana, 2020). Hanum *et al.* (2021) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dengan dilakukannya teknik *hypnobreastfeeding* bisa membuat ibu menjadi lebih tenang dan rileks sehingga meningkatkan hormon oksitosin dan menghasilkan volume air susu pada ibu.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik mengambil penelitian dengan judul **“Pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan”**.

B. Pembatasan dan Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi produksi ASI ibu nifas sebelum diberi *hypnobreastfeeding* di Wilayah Kerja UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan.
- b. Mengidentifikasi produksi ASI ibu nifas sesudah diberi *hypnobreastfeeding* di Wilayah Kerja UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan.
- c. Menganalisis pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan mengetahui pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja UOBF Puskesmas Rejoso Kabupaten Pasuruan dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan peneliti terkait layanan kesehatan terutama dalam memberikan asuhan kebidanan pada masa nifas khususnya dalam produksi ASI dengan menggunakan teknik *hypnobreastfeeding*, dan dapat menjadi sumber referensi bagi peneliti berikutnya untuk melakukan penelitian yang sama.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Nifas

Hasil penelitian ini digunakan sebagai tambahan informasi mengenai teknik *hypnobreastfeeding* bagi ibu nifas agar dapat meningkatkan produksi ASI-nya.

b. Bagi Institusi Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan acuan untuk menindak lanjuti pasien nifas dalam meningkatkan produksi ASI-nya dengan menggunakan teknik *hypnobreasfeeding*.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sarana untuk menerapkan teori dan ilmu yang telah diperoleh di tempat kuliah dan serta untuk menambah wawasan pengetahuan tentang teknik *hypnobreastfeeding* bagi ibu nifas untuk dapat meningkatkan produksi ASI-nya.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat sebagai sumber informasi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan produksi ASI dengan teknik *hypnobreastfeeding* pada ibu nifas.