

BAB I

PENDAHULUAN

LATAR BELAKANG

ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi yang mengandung sel darah putih, protein dan zat kekebalan yang cocok untuk bayi ASI membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Semasa kehamilan payudaranya akan mengalami perubahan untuk menyiapkan produksi ASI tersebut (Khasanah, 2011).

Cara pemberian makanan pada bayi yang baik dan benar adalah menyusui bayi secara eksklusif sejak lahir sampai dengan umur 6 bulan dan meneruskan menyusui anak sampai umur 24 bulan. Presentasi pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di Jawa Tengah pada tahun 2017 sebesar 54,4% (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2017).

Ibu nifas yang menyusui tidak selamanya dapat berjalan dengan normal. Terutama pada ibu nifas dengan kondisi yang masih menyesuaikan diri dengan adanya seorang bayi. Masalah yang ditimbulkan dari ibu menyusui adalah tidak maksimalnya produksi ASI, sehingga kebutuhan nutrisi bayi ikut tidak maksimal. Perlu diperhatikan para ibu yang sedang memberikan ASI pada bayi yaitu mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan yang dapat meningkatkan pengeluaran ASI. Terlambatnya pengeluaran ASI juga disebabkan oleh terhambatnya sekresi oksitosin yang sangat berperan dalam pengeluaran ASI.

Tidak sedikit ibu akan mengeluh seperti adanya nyeri payudara akibat penumpukan ASI karena pengeluaran yang tidak lancar atau pengisapan oleh bayi. Pembengkakan ini akan menyebabkan rasa nyeri pada payudara ibu bahkan ibu akan merasa demam. Oleh karena itu, untuk menghindari agar kondisi semacam ini tidak terjadi, maka diperlukan perawatan payudara (*breastcare*) dan melakukan pijat punggung (pijat oksitosin) (Astutik,2017; Hardiani dan Rahma,2019).

Breastcare adalah upaya dengan perawatan khusus lewat pemberian rangsangan terhadap otot-otot dada ibu, dengan cara pengurutan atau masase yang diharapkan dapat memberi rangsangan kepada kelenjar ASI agar dapat memproduksi susu tersebut. Breastcare tujuannya untuk memperlancar sirkulasi darah dan

mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar pengeluaran ASI. Karena pada saat menyusui payudara ibu akan kontak langsung dengan mulut bayi, menghindari puting susu yang sakit dan infeksi payudara serta menjaga keindahan bentuk payudara. Perawatan payudara tidak hanya dilakukan pada saat hamil saja yaitu sejak kehamilan 7 bulan tetapi juga dilakukan setelah melahirkan, perawatan payudara hendaknya dimulai sedini mungkin yaitu 1-2 hari setelah bayi lahir dan dilakukan dua kali sehari sebelum mandi. Pemberian perawatan payudara dapat meningkatkan kelancaran sekresi ASI 1-2 kali lebih besar, dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan tindakan apapun. Ini menunjukkan bawasannya pijat oksitosin dan *breastcare*, sama-sama berpengaruh terhadap kelancaran pengeluaran ASI (Astutik,2017 ; Hardiani dan Rahma,2019).

Pijat oksitosin salah satu solusi yang tepat untuk mempercepat dan memperlancar produksi ASI yaitu dengan pemijatan sepanjang tulang belakang. Sampai tulang costa kelima atau keenam. Pijat ini akan memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu, sehingga tidak menghambat sekresi hormon prolaktin dan oksitosin. Pengaruh pijat oksitosin terhadap waktu pengeluaran kolostrum dipengaruhi oleh perawatan payudara dan dukungan keluarga, yang memengaruhi pijat oksitosin. Ibu yang diberikan pijat oksitosin rata-rata waktu pengeluaran ASI adalah 7,2 jam sedangkan ibu yang belum diberikan pijat oksitosin adalah 13,3 jam. Sedangkan pemberian perawatan payudara dapat meningkatkan kelancaran sekresi ASI 1-2 kali lebih besar, dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan tindakan apapun. Ini menunjukkan bawasannya pijat oksitosin dan *breastcare*, sama-sama berpengaruh terhadap kelancaran pengeluaran ASI (Hardiani dan Rahma, 2019).

Dapat disimpulkan bahwa masalah yang ditemukan adalah kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap pengeluaran ASI setelah melahirkan, kurangnya informasi bagi masyarakat untuk mengetahui pengetahuan tentang pijat oksitosin dan *breastcare*.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik akan melakukan bagaimana cara mendapat pengetahuan tentang pijat oksitosin dan *breastcare* untuk pengeluaran ASI dengan menggunakan Metode Buku Saku.

Tujuan dari buku saku untuk mengetahui peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya ibu nifas terhadap pijat oksitosin dan breastcare. Target luaran yang ingin dicapai adalah Buku Saku ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, diantaranya bagi masyarakat khususnya ibu nifas, tenaga kesehatan dapat memberikan wawasan pengetahuan tentang pijat oksitosin dan breastcare untuk pengeluaran ASI, Kemudian bagi institusi menambah sumber bacaan dipergustakaan dan menjadi sumber pengetahuan bagi pembaca serta sebagai informasi ilmiah mengenai pijat oksitosin dan breastcare untuk pengeluaran ASI pada ibu nifas, Kemudian bagi penulis dapat menambah ilmu pengetahuan dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset kebidanan dalam tatanan pelayanan kebidanan melalui pemberian Buku Saku tentang pijat oksitosin dan breastcare untuk pengeluaran ASI pada ibu nifas.