

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan utama bayi sehingga tidak ada jenis makanan lainnya yang dapat menandingi kualitas ASI, hanya ASI yang dapat diterima oleh sistem pencernaan bayi sehingga ASI harus diberikan secara eksklusif selama 6 bulan. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama akan mengalami pertumbuhan otak yang optimal pada bagian otak dan kemampuan anak dalam bahasa, motorik, dan juga emosi (Astuti dkk, 2015:152). Salah satu masalah yang sering muncul yaitu ketidاكلancaran produksi ASI. Itu disebabkan karena perubahan besar terjadi pada ibu nifas dari sisi perubahan fisik, emosi, dan kondisi psikologis ibu (Astuti dkk, 2015:6).

Meskipun manfaat ASI sangat baik akan tetapi masih terdapat ibu yang belum memberikan ASI secara eksklusif. Bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada usia nol sampai kurang dari enam bulan, secara nasional di Indonesia sebanyak 68,74% (Kemenkes RI, 2018:163). Kurangnya cakupan pemberian ASI dipengaruhi oleh ketidakcukupan produksi ASI karena ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayinya. ASI diproduksi oleh kelenjar payudara yaitu pada daerah *alveoli*. Setiap *alveoli* dapat memulai produksi ASI segera setelah mendapat rangsangan yang tepat yaitu *prolaktin* yang tersimpan dalam *granul* di *hipotalamus* dilepas dari dalam *granul*, masuk ke dalam sirkulasi darah sistemik. Prolaktin yang mengalir dalam darah mencapai jaringan payudara hingga mampu merangsang insiasi produksi ASI (Astuti dkk, 2015:149).

Faktor yang mempengaruhi produksi ASI salah satunya adalah faktor fisiologis yaitu hasil kinerja gabungan antara hormon dan refleks. Refleks *prolaktin* dan Refleks *oksitosin*, setelah diproduksi oleh sumber pembuat susu, ASI akan dikeluarkan dari sumber pembuat susu dan dialirkan ke saluran susu (Wulandari dkk, 2018:43). Menstimulasi refleks *oksitosin* penting dalam

menyusui, memberikan ASI sebelum ASI diperah atau menggunakan pompa. Refleksi *oksitosin* membuat aliran ASI dari payudara menjadi lancar, sehingga menyusui semakin lancar dan mengurangi bendungan saluran ASI (Astuti dkk, 2015:201). Salah satu hal yang dapat mengupayakan peningkatan produksi ASI yaitu dengan melakukan pijat *oksitosin*, karena dapat meningkatkan produksi hormon *prolaktin* dan *oksitosin* setelah proses persalinan yang bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI (Rahayu, D., Yunarsih, 2018:11).

Masih banyak ibu nifas yang belum mengetahui teknik pijat oksitosin sehingga di perlukan adanya edukasi menggunakan media poster. Poster adalah suatu media publikasi yang di dalamnya terdapat teks, gambar atau perpaduan keduanya dimana tujuannya untuk memberikan informasi atau pesan kepada masyarakat secara umum.

Tujuan dari poster adalah ingin meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu dalam melakukan pijat oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas dan mampu dijadikan sebagai KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) kepada masyarakat secara umum. Target luaran yang ingin dicapai adalah poster ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, diantaranya bagi masyarakat terutama ibu untuk mengatasi keluhan ASI tidak lancar sehingga tidak ada kecemasan dan kekhawatiran pada gangguan kurangnya produksi ASI pada ibu nifas. Bagi tenaga kesehatan untuk memudahkan dalam mengedukasi teknik oksitosin dan meningkatkan mutu pelayanan dibidang kesehatan ibu dan anak.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk membuat luaran poster sebagai media edukasi kesehatan dengan judul “Pijat Oksitosin Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu Nifas”.