

BAB I

PENDAHULUAN

Menyusui secara optimal sangat penting karena bisa menyelamatkan nyawa lebih dari 800.000 anak di bawah usia 5 tahun di setiap tahunnya. Cara yang tepat untuk mempertahankan produksi pemberian air susu ibu (ASI) adalah sering menyusui bayi. WHO dan UNICEF merekomendasikan inisiasi menyusui dini dalam waktu 1 jam dari lahir. Jika bayi diberikan susu formula, maka untuk kembali ke ASI mungkin tidak menjadi pilihan karena produksi ASI berkurang (Magdalena et al., 2020).

Di Indonesia proporsi pola pemberian ASI pada bayi umur 0-5 bulan hanya sebesar 37,3%, persentase ini masih sangat rendah jika dibandingkan dengan target Indonesia yaitu 80% ibu harus menyusui bayinya secara eksklusif (Magdalena et al., 2020). Berdasarkan laporan Profil Kesehatan DIY tahun 2019, capaian ASI eksklusif setiap tahun menunjukkan peningkatan setiap tahunnya. Capaian ASI Eksklusif 2014: 54,9%, tahun 2015: 69,4%, tahun 2016: 61,6%, tahun 2017: 66,1%, tahun 2018: 61,1%. Sedangkan cakupan ASI eksklusif tahun 2017 turun sebesar 74,27% dibandingkan tahun sebelumnya sebanyak 75,06% (Ika mustika et al., 2022). Berdasarkan data pemantauan status gizi balita pada tahun 2017 di DKI Jakarta, didapatkan hasil jumlah bayi berumur 0-5 bulan berjumlah 58,1% dan persentase bayi mendapat ASI Eksklusif sebesar 46.6 % (Dinni & Legina. 2021). Secara Nasional, cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif tahun 2021 yaitu sebesar 69,7%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2021 yaitu 45%, untuk provinsi Jawa Tengah mencapai 75.1%. Data Susenas Maret 2021 menunjukkan bahwa 71 dari 100 bayi umur 0-5 bulan di Indonesia menerima ASI eksklusif (Nani, 2024).

Menyusui eksklusif adalah proses alamiah memberikan ASI saja pada bayi usia 0-6 bulan yang dapat menunjang kesehatan serta tumbuh kembangnya. Perilaku menyusui eksklusif dipengaruhi oleh banyak faktor dan faktor paling dominan adalah peran keluarga. Peran keluarga antara lain memberikan motivasi pada ibu hamil/ibu menyusui agar menyusui eksklusif, menemani ibu saat menyusui, membantu menyelesaikan pekerjaan rumah seperti membersihkan rumah, memandikan bayi, memasak, dan lain-lain (Pujiastuti & Anantasari, 2020).

Dalam proses menyusui cakupan ASI eksklusif tidak lepas dari masalah yang terjadi diantaranya adanya kepercayaan yang salah bahwa ASI keluar sedikit atau ASI kurang mencukupi kebutuhan bayi. Keadaan ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh ibu, kondisi psikologis atau emosi ibu, bentuk

payudara yang tidak normal sehingga tidak dapat berperan dalam proses menyusui, isapan bayi (refleks isap/kekuatan mengisap, lama mengisap, dan keseringan mengisap) juga dapat mempengaruhi produksi ASI. Rangsangan sentuhan pada payudara ketika bayi menghisap akan merangsang produksi oksitosin yang menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitel, proses ini disebut reflex let down atau pelepasan ASI dan membuat ASI tersedia bagi bayi (Apriansyah, 2020).

Produksi dan pengeluaran ASI merupakan dua faktor yang dapat mempengaruhi keluarnya ASI. Hormon prolaktin merupakan hormon yang dapat mempengaruhi produksi ASI sedangkan hormon oksitosin merupakan hormon yang mempengaruhi pengeluaran ASI. Salah satu alternatif untuk memperlancar produksi ASI yaitu dengan melakukan pijat oksitosin. Pemijatan oksitosin dilakukan di sepanjang tulang belakang (vertebrae) dengan tujuan untuk merangsang hormon oksitosin setelah melahirkan. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi refleks oksitosin yaitu pikiran, perasaan dan emosi ibu. Pengeluaran oksitosin dapat terhambat atau meningkat oleh perasaan ibu. Hormon oksitosin akan menyebabkan sel-sel otot yang mengelilingi saluran pembuat susu mengerut atau berkontraksi sehingga ASI terdorong keluar dari saluran produksi ASI dan mengalir siap untuk dihisap oleh bayi. Jika ibu memiliki pikiran, perasaan dan emosi yang kuat, maka kemungkinan akan menekan refleks oksitosin dalam menghambat dan menurunkan produksi ASI (Nurainun & Susilowati, 2021).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan terutama bidan dalam memenuhi kecukupan ASI pada ibu menyusui yaitu salah satunya dengan memberikan KIE dan pelatihan tentang pentingnya pijat oksitosin kepada ibu menyusui untuk kelancaran pengeluaran ASI. Tidak semua ibu menyusui bisa dengan lancar mengeluarkan ASI, karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang kompleks antara rangsangan mekanik dan saraf. Pengeluaran ASI di pengaruhi oleh hormon oksitosin yang akan keluar melalui rangsangan puting susu melalui isapan bayi atau yang disebut Inisiasi Menyusui Dini (Maria Septiana, 2023).

Oleh karena itu, penulis akan melakukan penyuluhan (KIE) berupa video mengenai pijat oksitosin terhadap pengeluaran asi pada ibu menyusui, yang diharapkan setelah dilakukannya penyuluhan dapat mengetahui cara melakukan pijat oksitosin.

Berdasarkan studi pendahuluan, peneliti melakukan wawancara dengan 10 ibu menyusui di PMB Marsuni. Hasil Survey mengatakan 8 dari 10 ibu menyusui terkadang mengalami ASI nya tidak keluar saat akan menyusui anaknya. Oleh karena itu, diperlukan pendidikan kesehatan tentang cara kerja pijat oksitosin sebagai salah upaya yang dapat

melancarkan pengeluaran ASI.

Tujuan dari diadakannya penyuluhan ini adalah dengan memberikan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) mengenai pijat oksitosin terhadap pengeluaran ASI pada ibu menyusui yang diharapkan setelah dilakukan penyuluhan ini, ibu menyusui dapat lebih paham mengenai pijat oksitosin. Manfaat diadakannya penyuluhan ini adalah dengan memberikan pengetahuan mengenai definisi pijat oksitosin, mekanisme kerja pijat oksitosin, cara kerja pijat oksitosin, dan manfaat pijat oksitosin.