

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan suatu makanan alamiah yang pertama dan ideal yang dibutuhkan untuk bayi terutama pada bulan-bulan pertama kehidupan bayi (Dharmas, 2020). World Health Organization (WHO) merekomendasikan tentang memberikan ASI eksklusif pada bayi tanpa makanan tambahan selama bayi berusia 6 bulan kemudian dilanjutkan pemberian ASI sampai bayi berusia dua tahun pertama kehidupannya (Kurniawan, 2019). ASI mengandung banyak manfaat, yaitu semua unsur zat gizi yang mempunyai manfaat sebagai nutrisi, hormon, kekebalan tubuh, faktor pertumbuhan, anti alergi, antibodi, serta inflamasi yang dapat mencegah terjadinya infeksi pada bayi. Manfaat tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi selama diberikan ASI (Puspitasari, 2019).

Berdasarkan data dari United Nations Children Fund (UNICEF) menyebutkan pada tahun 2018 presentasi pemberian ASI Eksklusif di dunia sebesar 42%. Secara nasional, presentasi bayi mendapat ASI Eksklusif tahun 2019 yaitu sebesar 67,74%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2019 yaitu 50%. Presentasi pemberian ASI Eksklusif di provinsi Jawa Tengah pada tahun 2019 sebesar 66,0%, jadi jumlah tahun 2019 ini meningkat dibandingkan presentase tahun lalu (2018) sebesar 65,5% (Nurlaela, 2021). Pentingnya pemberian ASI kepada bayi baru lahir sudah diketahui memiliki banyak keunggulannya. Kecenderungan bagi para ibu untuk tidak menyusui bayinya secara eksklusif semakin besar. Hal ini dapat dilihat dengan jumlah ibu yang menyusui memberikan makanan tambahan lebih awal sebagai pengganti ASI karena berbagai alasan seperti pengaruh iklan atau promosi pengganti ASI, ibu bekerja, lingkungan sosial budaya, pendidikan, pengetahuan yang rendah, dukungan suami yang rendah, ASI tidak keluar atau kurang lancar (Edelwina et al., 2020).

Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI (Nasution & Harahap, 2021). Saat bayi setelah lahir disarankan bayi diletakkan di atas dada ibu untuk mendapatkan kontak

kulit ke kulit ibu dan mencari puting ibu (Arhamnah & Fadilah, 2022). Refleksi menyusui dini bayi secepatnya disusui pada jam-jam pertama setelah bayi lahir saat dengan inisiasi menyusui dini . Produksi air susu ibu dapat mencerdaskan dan meningkatkan kualitas bagi setiap bayi, karena bayi yang diberi ASI akan mempunyai kekebalan tubuh alami terhadap penyakit karena ASI banyak mengandung antibodi, zat kekebalan aktif yang dapat melawan masuknya infeksi ke dalam tubuh bayi (Zakiah, 2018).

Berdasarkan penelitian bahwa tidak semua ibu postpartum langsung mengeluarkan ASI (Farida et al., 2021). Untuk mendukung pemberian ASI ada beberapa titik pada tubuh yang bisa memperlancar ASI, seperti tiga titik di payudara (titik di atas puting, titik di bawah puting, dan titik tepat pada puting) (Hastuti, 2020). Terdapat beberapa cara untuk merangsang pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin. Di Indonesia ada banyak jenis metode yang dapat dijadikan pilihan bagi ibu menyusui yang mengalami masalah selama menyusui, seperti pijat oksitosin, pijat prolaktin, pijat marmet, pijat breascare, penerapan rolling massage punggung, perawatan payudara, dan pijat oketani (Dharmas, 2020).

Salah satu cara baru dalam memperlancar produksi ASI adalah pijat oketani. Pijat oketani adalah salah satu teknik pijat payudara yang berfokus pada daerah areola dan puting susu ibu yang bertujuan untuk memperlancar produksi ASI. Selain itu, pijat oketani juga memiliki banyak manfaatnya, yaitu memperlancar produksi ASI, memberikan rasa nyaman, menghilangkan rasa nyeri, tubuh menjadi lebih relaks, membuat payudara menjadi lebih lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusu, dan aliran susu menjadi lebih lancar karena ada penekanan pada alveoli (Machmudah, 2017). Pijat Oketani dapat membantu ibu menyusui dalam mengatasi kesulitan saat menyusui bayi mereka. Pijat oketani dapat memberikan rasa nyaman dan menghilangkan rasa nyeri pada ibu postpartum, tubuh ibu postpartum menjadi lebih relaks. Hal ini berbeda dengan pijat payudara yang konvensional. Pijat oketani akan membuat payudara menjadi lebih lembut, areola dan puting menjadi lebih elastis sehingga memudahkan bayi untuk menyusu. Aliran susu menjadi lebih lancar karena ada penekanan pada alveoli. Pijat oketani dapat menyebabkan kelenjar mammae

menjadi mature dan lebih luas, sehingga kelenjar- kelenjar air susu semakin banyak dan ASI yang diproduksi juga menjadi lebih banyak (Machmudah, 2017). Pijat oketani menggunakan 8 teknik tangan yaitu 7 teknik memisahkan kelenjar susu dan 1 teknik pemerahan untuk setiap payudara kiri dan kanan dan pijat oketani ini dapat dilakukan 3 hari berturut-turut pada pagi dan sore hari selama 10-15 menit (Sudirman, 2019).

Berdasarkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat oketani dapat mempengaruhi peningkatan jumlah produksi ASI. Oleh karena itu perlu dilakukan penerapan pijat oketani pada pasien yang mengalami masalah kekurangan ASI. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perlu dilakukan penelitian mengenai penerapan pijat oketani untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif (Sudirman, 2019).

Salah satu peran dan fungsi bidan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan yaitu sebagai edukator atau pendidik (Novianty, 2017). Pendidikan dapat berhasil jika didukung proses pembelajaran yang baik, salah satunya interaksi peserta didik dan sumber belajar dengan dukungan media yang digunakan. Setelah mempertimbangkan berbagai aspek, *booklet* merupakan salah satu media yang dapat digunakan bidan dalam memberikan asuhan dan pelayanan berupa KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) kepada masyarakat khususnya Ibu Postpartum (Ningrum et al., 2021).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa *booklet* dengan judul “Pijat Oketani Untuk Penanganan Bendungan ASI Pada Ibu Postpartum Dengan Media *Booklet*”. Hal ini sebagai upaya dalam memberikan edukasi dan informasi kepada ibu *postpartum* untuk meningkatkan pengetahuan mengenai perawatan payudara yang baik dan benar. Penulis berharap *booklet* ini dapat bermanfaat untuk berbagai pihak khususnya ibu *postpartum* digunakan untuk sebagai sumber informasi sehingga dapat mempraktikkan bagaimana melakukan pijat oketani.