

BAB I

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan dan minuman pertama untuk bayi yang mengandung sumber gizi yang sempurna sesuai dengan kebutuhan untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi. Rendahnya praktik pemberian ASI eksklusif disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu, faktor social budaya, kurangnya informasi tentang ASI eksklusif dan konseling laktasi dari tenaga kesehatan, payudara bengkak, Sindrom ASI kurang serta kuatnya promosi susu formula didalam sarana pelayanan kesehatan modern atau swasta (Ambarwati et al., 2013 dalam Rahayu dan Yunarsih, 2018).

Ketidak cukupan produksi ASI adalah alasan utama ibu untuk penghentian pemberian ASI, karena ibu merasa dirinya tidak mempunyai kecukupan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi dan mendukung kenaikan berat badan bayi (Rahayu et al., 2015 dalam Rahayu dan Yunarsih, 2018). Kekurangan gizi yang terjadi pada awal kehidupan dapat mengakibatkan terjadinya *growth faltering* (gagal tumbuh) sehingga bayi akan tumbuh menjadi anak yang lebih pendek dari normal, selain itu kekurangan gizi juga dapat mempengaruhi perkembangan kognitif, morbiditas dan mortalitas bayi (Fikawati et al., 2015 dalam Asih, 2017). Kebutuhan gizi bayi pada awal kehidupannya dapat terpenuhi melalui pemberian ASI. Gizi bayi yang terpenuhi dapat meningkatkan kecerdasan bayi, meningkatkan daya tahan tubuh, mengoptimalkan perkembangan motorik, intelektual dan emosi.

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang bergizi, melakukan perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi yang tepat, dan mengontrol ketenangan jiwa dan pikiran ibu (Dewi & Sunarsih, 2011). Sekitar 80% sampai 90% produksi ASI ditentukan oleh keadaan emosi ibu yang berkaitan dengan refleks oksitosin ibu berupa pikiran, perasaan dan sensasi. Hormon oksitosin yang meningkat maka akan memperlancar produksi ASI (Ramadani dan Hadi, 2009 dalam Rahayu dan Yunarsih, 2018). Pijat oksitosin dengan murottal Al-Qur'an dapat meningkatkan produksi ASI karena pemijatan yang

dilakukan sepanjang tulang belakang sampai tulang costae ke-5 sampai ke-6 dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin sedangkan Murottal AL-Qur'an dapat meningkatkan rasa rileks dan mengurangi rasa tegang, ketika ibu merasa rileks dan nyaman maka hormon prolaktin dan oksitosin ibu meningkat, sehingga produksi ASI ibu juga akan meningkat.

Berdasarkan penelitian Rahayu dan Yunarsih (2018) membuktikan bahwa tindakan pijat oksitosin mampu meningkatkan produksi hormon oksitosin yang mana dapat meningkatkan kenyamanan pada ibu menyusui sehingga produksi ASI dapat meningkat, didapatkan rata-rata milk intake sebesar 34,44 ml sedangkan pada kelompok yang tidak dilakukan pijat oksitosin sebesar 27,22 ml. Penelitian Asih pada tahun 2017 yang dilakukan selama 5 hari, membuktikan bahwa pijat oksitosin dapat mempengaruhi produksi ASI 93,8% ibu post partum. Terapi murottal bekerja pada otak dimana ketika didorong oleh rangsangan dari luar (terapi Al-Qur'an), maka otak memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide, serta menyeimbangkan syaraf simpatis dan parasimpatis yang memberikan umpan balik berupa rasa nyaman dan rileks (Asti, 2009 dalam Abduliansyah, 2018). Berdasarkan hasil penelitian Nugrahehi dan Romdiyah (2018) di Wonosobo membuktikan bahwa ibu hamil yang mengalami kecemasan sebelum terapi murottal terdapat 70,58% cemas sedang dan setelah diterapi murottal kecemasan menurun 29,4% pada kecemasan ringan.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat disimpulkan bahwa masalah yang ditemukan adalah kurangnya produksi ASI pada ibu nifas, sehingga penulis tertarik untuk melakukan bagaimana cara peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pijat oksitosin dengan murottal Al-Qur'an untuk memperlancar produksi ASI pada ibu nifas melalui media buku saku.

Tujuan penulisan ini untuk menghasilkan luaran berupa buku saku dengan judul "Pijat Oksitosin dengan Murottal Al-Qur'an Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas" yang bermanfaat bagi masyarakat luas untuk menambah pengetahuan tentang cara peningkatan produksi ASI dengan pijat oksitosin dan murottal Al-Qur'an agar masalah kurangnya produksi ASI dapat diatasi. Target luaran yang ingin dicapai adalah buku saku ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak diantaranya bagi

masyarakat dapat memberikan wawasan pengetahuan dan pencegahan dalam kurangnya produksi ASI ibu, bagi institusi menambah sumber bacaan dipergustakaan dan menjadi sumber pengetahuan bagi pembaca sebagai informasi ilmiah mengenai peningkatan produksi ASI ibu. Buku saku ini dicetak dalam ukuran kecil agar dapat dimasukkan kedalam saku dan berisi materi serta gambar-gambar sehingga membuat pembaca lebih tertarik untuk membacanya.