BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa nifas (post partum) merupakan masa dimulai setelah kelahiran dan berakhir ketika alat kandungan kembali seperti sebelum hamil, yang akan dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai 6 minggu atau 42 hari. Selama masa pemulihan ini berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan banyak memberikan ketidaknyamanan pada awal post masa nifas, yang tidak menutup kemungkinan untuk menjadi patologis bila tidak rawat dengan perawatan yang baik (Kemenkes, 2023). Hari ketiga sampai keenam pasca persalinan, ibu mengalami pemenuhan fisologis, dimana ASI dihasilkan secara normal dan jika tidak cepat dikeluarkan dapat menyebabkan bendungan ASI (Bahrah, Ct. al, 2023).

Akibat yang akan ditimbulkan jika terjadi bendungan ASI adalah payudara sering terasa penuh, tegang dan nyeri walaupun tidak di sertai dengan demam, terlihat kadang payudara lebih lebar, sehingga bayi sulit menyusu. Akibatnya, bayi kurang minum atau mengalami dehidrasi sehingga kulit atau bibir bayi kering, jarang buang air kecil, mata cekung, nafas cepat, lesu dan mengantuk. Kemudian, dampak bendungan ASI jika tidak teratasi yaitu akan terjadi mastitis dan abses payudara, yang mana mastitis merupakan` peradangan pada payudara, sedangkan abses payudara merupakan komplikasi lanjutan setelah terjadinya mastitis ketika nanah menumpuk di payudara (Khaerunnisa et al., 2021).

Menurut Hadinti (2022), jika pemberian ASI dibatasi atau dihentikan karena alasan apa pun, akibatnya kebutuhan akan ASI bisa turun. Cedera pada puting payudara, yang dapat terjadi karena kurangnya perlekatan yang aman, dapat membuat menyusui menjadi lebih jarang bagi ibu sebagai akibat dari ketidaknyamanan dan mengurangi produksi prolaktin.

Menurut WHO cakupan ASI (Air Susu Ibu) ekslusif pada tahun 2022 tercatat hanya 67,96%, turun dari 69,7% dari 2021, hal ini menandakan perlunya dukungan lebih intensif agar cakupan ini bisa meningkat setiap

tahun. Sekitar 2,6 juta bayi tidak bertahan sampai satu bulan pertama mereka. Laporan UNICEF dirilis bersamaan dengan peluncuran kampanye global dengan motto Every Child Alive Lebih dari 80 persen kematian bayi yang baru lahir dapat dicegah melalui pemberian ASI Eksklusif selama paling sedikit 6 bulan, (Natalia, 2022).

Di Indonesia Angka Kematian Bayi usia dibawah 28 hari atau disebut neonatus masih cukup tinggi jumlahnya mencapai 50 % dari angka kasus kematian bayi secara keseluruhan. Berdasarkan hasil laporan global media analysis yang disiarkan oleh The State Of the World's Children (SOWC) edisi 2019 ini mengkaji terkait masalah pada bayi dan anak dengan hasil bahwa cakupan kurang gizi (Undernutrition) mengalami peningkatan secara global. Hal tersebut disebabkan oleh dua pertiga berisiko kekurangan gizi dan kelaparan tersembunyi karena kualitas asupan ASI yang buruk. Persentase menyusui pada bayi umur 0 bulan adalah 39,8%, menyusui eksklusif 5,1%, menyusui predominan dan parsial sebesar 55,1%. Persentase menyusui eksklusif semakin menurun dengan meningkatnya kelompok umur bayi, (Natalia, 2022).

Badan penelitian dan pengembangan kesehatan (2019) durasi menyusui tertinggi banyak terjadi di usia bayi 1-6 jam setelah lahir dengan persentase 35,2% dan kurang dari 1 jam setelah lahir dengan persentase 34,5% sedangkan durasi menyusui terendah banyak terjadi di usia 7-23 jam setelah lahir dan bahkan berlanjut hingga 3 hari sebesar 3,7%, (Natalia, 2022).

Menurut Depkes RI (2022) Selain memberikan kenyamanan pada ibu dan merangsang refleks oksitosin, pijat oksitosin juga memilki manfaat lain, yaitu mengurangi pembengkakan payudara (engorgement), mengurangi sumbatan ASI (plugged/ milk duct), dan membantu mempertahankan produksi ASI ketika ibu dan bayi sakit. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, hanya 27% bayi baru lahir yang mendapatkan ASI dalam satu jam pertama kehidupannya, satu dari lima bayi diberikan makanan atau cairan selain ASI dalam tiga hari pertama, dan hanya 14% yang mendapatkan kontak kulit ke kulit minimal satu jam setelah lahir. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2024 pemberian ASI eksklusif persentasenya sebesar 55,11%, masih jauh dari target yang di tetapkan yaitu 77,6%.

Kelancaran produksi dan pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) merupakan faktor penting dalam keberhasilan proses menyusui, khususnya pada ibu nifas. Namun, pada masa postpartum sering ditemukan berbagai permasalahan laktasi, salah satunya adalah bendungan ASI. Bendungan ASI terjadi akibat pengosongan payudara yang tidak optimal sehingga menimbulkan rasa penuh, tegang, dan nyeri pada payudara. Kondisi ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan pada ibu serta mengganggu proses menyusui. Apabila bendungan ASI tidak segera ditangani, dapat berkembang menjadi komplikasi yang lebih serius seperti mastitis dan abses payudara, yang berpotensi menurunkan produksi ASI dan memengaruhi kesehatan ibu (Khaerunnisa et al., 2021).

Salah satu intervensi non-farmakologis yang direkomendasikan dalam praktik kebidanan untuk membantu mengatasi masalah tersebut adalah pijat payudara (breast massage). Pijat payudara diketahui dapat meningkatkan sirkulasi darah, merangsang saraf sensorik, serta membantu memperlancar aliran ASI melalui stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin. Stimulasi oksitosin berperan penting dalam refleks let-down, yang memfasilitasi pengeluaran ASI dari alveoli ke duktus laktiferus. Dengan demikian, pijat payudara dapat membantu mencegah bendungan ASI, mengurangi nyeri payudara, serta meningkatkan kelancaran ASI (Rahmawati et al., 2024).

Beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa ibu nifas yang mendapatkan intervensi pijat payudara mengalami peningkatan kelancaran ASI dibandingkan dengan ibu yang tidak mendapatkan intervensi. Pijat payudara tidak hanya berdampak pada aspek fisiologis, tetapi juga memberikan efek relaksasi yang dapat menurunkan stres ibu, di mana kondisi psikologis ibu turut memengaruhi refleks oksitosin dan produksi ASI (Sari & Putri, 2025).

Al-Qur’an menegaskan pentingnya pemberian ASI kepada bayi sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Al-Baqarah ayat 233 “Para ibu hendaklah menyusui anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan” dimana menganjurkan ibu untuk menyusui anaknya selama dua tahun penuh. Oleh karena itu, berbagai upaya untuk mendukung keberhasilan menyusui, termasuk pijat payudara sebagai

intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan kelancaran ASI, sejalan dengan nilai-nilai Islam dalam menjaga kesehatan ibu dan anak.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada tahun 2025 dilakukan pengambilan data sekunder dari pencatatan ibu nifas di tahun 2025 terdapat 238 Ibu nifas diambil 15 responden 9 diantaranya mengatakan bahwa ASI nya tidak keluar dengan lancar dan ibu nifas juga belum mengetahui tentang pijatan payudara itu sendiri. Sedangkan 6 di antaranya sudah pernah mendengarkan tentang pijat payudara, tetapi belum mengetahui apa manfaatnya dan bagaimana melakukan pijatan tersebut. Cakupan ASI Ekslusif di wilayah kerja Puskesmas Boliyohuto yaitu 48,3%.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Payudara Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Boliyohuto Tahun 2026”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah yaitu :

1. Rendahnya cakupan ASI ekslusif di Indonesia khususnya di wilayah kerja Puskesmas Boliyohuto, yang masih berada di bawah target nasional sebesar 80%, di mana cakupan ASI Eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Boliyohuto dilaporkan hanya sekitar 48,3% yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.
2. Tingginya jumlah ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Boliyohuto yang mengalami masalah produksi ASI, di mana sekitar 40% ibu nifas melaporkan ASI kurang lancar atau tidak keluar optimal, yang berkaitan dengan kurangnya pengetahuan ibu nifas tentang teknik pijat payudara yang benar.
3. Belum adanya program edukasi dan kegiatan pijat payudara secara terstruktur di wilayah kerja Puskesmas Boliyohuto, yang menyebabkan sekitar > 60% ibu nifas tidak pernah mendapatkan edukasi atau pelatihan tentang pijat payudara, sehingga berdampak pada rendahnya cakupan ASI Eksklusif.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah diatas memberikan dasar bagi peneliti untuk merumuskan masalah yaitu “Apakah terdapat pengaruh pijat payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas?”

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat payudara terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Boliyohuto.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Teridentifikasi kelancaran ASI pada ibu nifas sebelum dilakukan pijat payudara.
2. Teridentifikasi kelancaran ASI pada ibu nifas setelah dilakukan pijat payudara.
3. Diketahui pengaruh pijat payudara terhadap kelancaran ASI.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan referensi ilmiah dalam bidang kebidanan mengenai upaya nonfarmakologis untuk meningkatkan kelancaran ASI pada ibu nifas.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Ibu Nifas

   Memberikan informasi dan alternatif tindakan sederhana untuk meningkatkan kelancaran ASI.

2. Bagi Puskesmas

   Sebagai masukan kepada pihak pelayanan kesehatan khususnya Puskesmas agar dapat memberikan informasi dan edukasi kepada ibu Ibu Nifas tentang pengaruh pijat payudara terhadap kelancaran ASI.