

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Air Susu Ibu merupakan satu-satunya makanan yang sempurna dan terbaik bagi bayi, karena mengandung semua unsur gizi yang dibutuhkan oleh bayi untuk pertumbuhan dan perkembangannya yang optimal. ASI merupakan makanan yang paling cocok bagi bayi, ASI dihasilkan oleh payudara. ASI adalah hadiah yang sangat berharga yang diberikan untuk bayi, dalam keadaan bayi sakit mungkin merupakan hadiah yang akan menyelamatkan jiwanya (*United Nations Childrens Fund*, Dwi, 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO) telah merekomendasikan kepada semua bayi untuk mendapatkan kolostrum yaitu pada hari pertama dan kedua dengan berbagai infeksi, dan mendapatkan Air Susu Ibu (ASI) selama 6 bulan (Kemenkes, 2012).

Salah satu penyebab kurangnya cakupan ASI adalah terjadinya puting lecet yang parah, bayi rewel dan ibu merasa asinya tidak akan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya karna ASI masih sedikit. Rendahnya cakupan ASI juga dipengaruhi oleh teknik menyusui yang salah teknik menyusui merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI dimana bila teknik menyusui tidak benar dapat menyebabkan puting lecet dan menjadikan ibu enggan menyusui dan bayi akan jarang menyusu. (Roesli, 2005).

Menurut *The American Journal of Clinical Nutrition* (2004), pemberian ASI semasa bayi akan membuat seseorang tumbuh lebih sehat karena kadar kolesterolnya cenderung lebih baik saat mencapai usia dewasa. Dari hasil penelitian di Ghana yang diterbitkan oleh jurnal pediatrics menunjukkan bahwa 16% kematian bayi

dapat dicegah melalui pemberian ASI pada bayi sejak hari pertama kelahirannya. Angka ini naik menjadi 22% jika pemberian ASI dimulai dalam 1 jam pertama setelah kelahirannya. (Roesli, 2011).

Di Indonesia implementasi tentang peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 240/Menkes/v/85/2004 tentang pengganti air susu ibu tidak berjalan dengan semestinya. Hal ini dapat dilihat dimana di tempat pelayanan kesehatan masih dilakukan promosi susu formula, bahkan banyak bidan praktek memberikan susu formula pada bayi baru lahir serta ibu dan bayi tidak difasilitasi dalam pelaksanaan inisiasi menyusui dini. Hasil survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI)2007 bayi yang baru lahir di fasilitas kesehatan mendapatkan *prelacteal feeding* sekitar 70,1% (BPS, Macro International, 2008).

Kenyataan yang dijumpai dilapangan masih banyak ibu yang mengalami hambatan/kendala unruk menyusui bayinya secara Eksklusif 6 bulan penuh, padahal menyusui merupakan suatu kondisi yang alamiah. Mempersiapkan ibu hamil yang akan menyusui sangat mempengaruhi keberhasilan menyusui, salah satu solusi yang dapat membantu mengatasi hambatan pemberian ASI adalah dengan teknik *hypnobreasefeeding*.

Teknik *Hypnobreasefeeding* adalah suatu upaya alamiah menggunakan energi bawah sadar agar proses menyusui berjalan dengan lancar, dengan cara memasukkan kalimat-kalimat afirmasi atau sugesti positif disaat ibu dalam keadaan rileks atau fokus pada suatu hal/keadaan hypnosis sehingga ibu dapat menghasilkan ASI yg mencukupi untuk kebutuhan tumbuh kembang bayi (Kuswandi, 2009).

Dalam teknik ini, perubahan yang diinginkan adalah semua hal yang mempermudah dan memperlancar proses menyusui. Contoh kalimat sugesti yang dapat ibu terapkan

adalah: “ASI saya akan keluar dengan lancar, akan cukup untuk kebutuhan buah hati saya”, “saya sangat merasa bahagia bisa menyusui buah hati saya”, “saya sangat bangga bisa memberikan yang terbaik untuk buah hati saya” dan “saya selalu merasa senang dan rileks saat mulai memerah”.

Konsep ini sebenarnya berakar dari bagaimana kita mengendalikan pikiran, karena pikiran yang akan menggerakkan semuanya, kalau niat ibu menyusui sungguh-sungguh untuk terus menyusui bayinya, dan selalu menanamkan nilai-nilai positif, serta suami dan keluarga mendukung,kemungkinan besar pemberian ASI Eksklusif enam bulan tidak akan sulit bagi ibu. Artikel ini bertujuan untuk memberikan gambaran bahwa dengan teknik *hypnobreastfeeding* bisa memberikan solusi dalam proses pengeluaran produksi ASI, serta mengatasi hambatan dalam menyusui.

Menurut hasil penelitian yang disampaikan Putriningrum, dkk (2015) bahwa pemberian terapi dengan teknik *hypnobreastfeeding* berpengaruh pada proses menyusui dengan nilai signifikan 0,002. Ada beberapa faktor yang menyebabkan proses laktasi tidak berhasil diantaranya faktor dari ibu seperti faktor fisik dimana kondisi fisik ibu yang lemah karena kelelahan menjalani proses persalinan dan juga faktor psikis dimana masalah pada kondisi psikologis ibu yang dapat menghambat kerja oksitosin.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada Oktober 2020 di Puskesmas Kota Datar menunjukkan bahwa masih banyak dari ibu post partum yang tidak menyusui bayinya. Dari hasil wawancara yang dilakukan pada 6 ibu yang tidak menyusui disebabkan oleh 4 orang ibu merasa ASI nya tidak akan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya karena masih sedikit, dan 2 ibu lainnya mengalami puting lecet yang parah dan bayi rewel. Dan semua ibu belum mengetahui tentang teknik *hypnobreastfeeding*, Sehingga hal ini mendorong penulis untuk melakukan penelitian

dan mengetahui Pengaruh Teknik *Hypnobreasfeeding* Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Kota Datar Tahun 2021.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu”Pengaruh Teknik *Hypnobreasfeeding* terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Kota Datar Tahun 2021”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Teknik *Hypnobreasfeeding* terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Kota Datar Tahun 2021

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengeluaran ASI pada ibu nifas sebelum dilakukan teknik *hypnobreasfeeding*
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengeluaran ASI pada ibu nifas setelah dilakukan teknik *hypnobreasfeeding*
3. Untuk mengetahui Pengaruh Teknik *Hypnobreasfeeding* terhadap Pengeluaran ASI di Puskesmas Kota Datar Tahun 2021

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan akan dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi Ibu

Hasil penelitian ini untuk menambah pengetahuan ibu tentang pentingnya teknik *hypnobreasfeeding* pada ibu nifas untuk proses pengeluaran ASI

2. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman dalam menerapkan

ilmu yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan dan dapat mengaplikasikannya, khususnya untuk memberikan informasi dan mengajarkan tentang *hypnobreastfeeding* pada ibu nifas

3. Bagi Pendidikan Kebidanan

Sebagai bahan referensi, informasi dan menambah buku bacaan di perpustakaan Fakultas Kebidanan dan Keperawatan Universitas Prima Indonesia dan sebagai bahan perbandingan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian dengan variable yang berbeda, sehingga pembaca dapat menjadikannya sebagai acuan untuk penelitian yang akan datang.