

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Air susu ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah bagi bayi sebagai gizi untuk pertumbuhan optimal. Penurunan produksi dan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan kurangnya rangsangan hormon prolactin dan oksitosin yang berperan aktif dalam kelancaran produksi dan pengeluaran ASI. Faktor-faktor yang memengaruhi kelancaran produksi ASI adalah perawatan payudara, frekuensi menyusui, paritas, stress, penyakit atau Kesehatan ibu konsumsi rokok dan alcohol, pil KB, dan asupan nutrisi (Mingtaningtyas & Isnaini, 2022)

Produksi ASI dapat meningkat atau menurun tergantung pada stimulasi kelenjar payudara terutama pada minggu pertama laktasi. Faktor lainnya antara lain frekuensi penyusuan, berat lahir, umur kehamilan saat melahirkan, umur dan paritas, stres dan penyakit akut, konsumsi rokok, konsumsi alkohol dan pil kontrasepsi. Produksi ASI juga dipengaruhi oleh nutrisi ibu karena kelenjar pembuat ASI tidak dapat bekerja sempurna tanpa makanan yang cukup. (Wulandari et al., 2021).

Masalah yang berkaitan dengan pemberian ASI seperti bendungan ASI, Mastitis, puting susu lecet dan lainnya banyak dialami oleh ibu menyusui. Mastitis dapat terjadi pada semua populasi dengan atau tanpa kebiasaan menyusui. Sebagian besar kasus terjadi pada 74-95% pada 12 minggu pertama. WHO memperkirakan insiden terjadinya bervariasi antara 2,6% sampai 33%. Prevalensi global sekitar 10% dari Wanita menyusui. Di Indonesia angka kejadian mastitis adalah 10% pada ibu nifas. (Anggraini et al., 2022)

Pertumbuhan anak sangat cepat pada dua tahun pertama kehidupannya yang disebut dengan periode emas (*golden period*). Jika pada rentang usia tersebut anak mendapat asupan gizi yang optimal seperti ASI maka penurunan status gizi bisa dicegah. Berdasarkan data pemantauan

status gizi di Indonesia pada 2017 menunjukkan cakupan pemberian ASI secara eksklusif selama 6 bulan pertama oleh ibu kepada bayinya masih sangat rendah yakni 35,7%. Artinya ada sekitar 65% bayi yang tidak mendapatkan ASI secara eksklusif selama 6 bulan pertama lahir. Angka ini masih jauh dari target cakupan ASI eksklusif pada 2019 yang ditetapkan oleh WHO maupun Kementerian Kesehatan yaitu 50%. (Monika, 2016)

Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh banyak faktor seperti, frekuensi pemberian ASI, Berat Bayi saat lahir usia kehamilan saat bayi lahir, usia ibu dan paritas, stres dan penyakit akut, IMD, keberadaan perokok, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi. Penerapan *Hypnobreastfeeding* merupakan salah satu yang efektif untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran produksi ASI sehingga memperlancar pengeluaran ASI. (Christian, 2015)

Hypnobreastfeeding adalah Teknik relaksasi yang membantu kelancaran proses menyusui secara menyeluruh dengan memperhatikan *mind, body, and soul* ibu menyusui, sehingga pemilihan materi edukasi holistic menyusui sangat tepat diberikan pada ibu menyusui, karena melalui hypnobreastfeeding dapat memotivasi ibu untuk menyusui serta meningkatkan produksi ASI. Efek rileks, ketenangan fisik, pikiran dan kenyamanan saat menyusui akan merespon pelepasan oksitosin dan prolaktin oleh kelenjar pituitary (Rosa, 2023)

Hypnobreastfeeding merupakan salah satu metode terbaru yang baik untuk membangun niat positif dan motivasi menyusui jika diterapkan dengan baik akan mampu memaksimalkan kuantitas dan kualitas ASI. Penelitian yang dilakukan Trianasari dkk (2023) tentang Pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Nifas di TPMB Atlantika Kota Batam Tahun 2023 yang mendapatkan hasil bahwa erdapat pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu Nifas Di TPMB Atlantika Kota Batam Tahun 2023 (Trianasari et al., 2024)

Penelitian lain yang dilakukan oleh Sofiyanti dkk (2019) tentang Penerapan Hypnobreastfeeding pada Ibu Menyusui yang mendapatkan hasil bahwa ada perbedaan kadar prolaktin sebelum dan sesudah hypnobreastfeeding. *Hypnobreastfeeding* dapat menjadi intervensi untuk ibu menyusui agar berhasil dalam menyusui secara eksklusif. Pelaksanaan *Hypnobreastfeeding* ini akan semakin maksimal apabila dilakukan diruangan yang tenang dan nyaman (Sofiyanti et al., 2019).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di Klinik BPS Siti Sumarni Tanjung Morawa pada bulan Januari 2024, diperoleh jumlah ibu nifas selama 2 bulan terakhir sebanyak 100 orang. Wawancara dengan 5 orang dengan ibu nifas, 3 orang diantaranya mengatakan tidak tahu dan pernah melakukan *Hypnobreastfeeding*. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh penerapan *Hypnobreastfeeding* pada ibu nifas terhadap kelancaran pengeluaran ASI”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini yaitu apakah terdapat Pengaruh penerapan *Hypnobreastfeeding* pada ibu nifas terhadap kelancaran pengeluaran ASI?

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh penerapan *Hypnobreastfeeding* pada ibu nifas terhadap kelancaran pengeluaran ASI

Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengidentifikasi kelancaran pengeluaran ASI sebelum dilakukannya penerapan *Hypnobreastfeeding*.
2. Untuk mengidentifikasi kelancaran pengeluaran ASI sesudah dilakukannya penerapan *Hypnobreastfeeding*.

Manfaat Penelitian

1. Bagi Petugas Kesehatan
Dapat dijadikan tambahan/masukan dalam pengaruh terkait kelancaran Pengeluaran ASI Pada nifas dengan penerapan *Hypnobreastfeeding* .
2. Bagi Pendidikan
Sebagai bahan referensi dan perbandingan bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia Medan.
3. Bagi Peneliti
Untuk meningkatkan wawasan pengetahuan peneliti tentang Pengaruh penerapan *Hypnobreastfeeding* pada ibu nifas terhadap kelancaran pengeluaran ASI dan menambah pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian eksperimen kesehatan.