

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa postpartum atau nifas adalah periode yang dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika organ reproduksi kembali ke kondisi semula sebelum kehamilan, yang berlangsung sekitar 6 minggu atau 42 hari (Wahyuni, dkk, 2024). Selama masa postpartum, salah satu masalah yang sering dialami oleh ibu adalah ketidakefektifan pengeluaran ASI atau terhambatnya produksi ASI (Barus, 2024). Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan alami pertama yang sangat penting bagi bayi pada bulan pertama kehidupannya. ASI mengandung berbagai komponen yang bermanfaat, seperti nutrisi, hormon, kekebalan tubuh, faktor pertumbuhan, anti alergi, antibodi, serta zat antiinflamasi yang membantu mencegah infeksi pada bayi (Pratiwi, dkk, 2024).

ASI Eksklusif menurut *World Health Organization* tahun 2019 adalah memberikan hanya ASI tanpa tambahan makanan atau minuman lain kepada bayi sejak lahir hingga usia 6 bulan, kecuali obat-obatan dan vitamin. Menurut Kemenkes RI tahun 2021 ASI merupakan asupan yang terbaik untuk bayi. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, cakupan pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia sekitar 38%, yang masih jauh dari target WHO yang mencapai 50%. Di beberapa wilayah Asia Tenggara, prevalensi pemberian ASI eksklusif bahkan masih di bawah target tersebut, seperti di Thailand yang mencapai 23,1%, Filipina 33%, dan Indonesia juga termasuk di antaranya. Data dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) Indonesia tahun 2022, sekitar 52,5% atau setengah dari 2,3 juta bayi yang berusia kurang dari

enam bulan mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia. Angka ini mengalami penurunan sebesar 12% dibandingkan dengan tahun 2019. Angka Inisiasi Menyusui Dini (IMD) juga mengalami penurunan, dari 58,2% pada tahun 2019 menjadi 48,6% pada tahun 2022. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Bali, cakupan pemberian ASI eksklusif di Bali pada tahun 2020 tercatat sebesar 64,92%, kemudian meningkat menjadi 75,9% pada tahun 2021. Namun, pada tahun 2022, angka tersebut mengalami penurunan menjadi 66,2% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2023). Pada tahun 2023, cakupan pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Karangasem mencapai 76,2%. Kecamatan Rendang mencatatkan cakupan pemberian ASI eksklusif tertinggi sebesar 100%. Sementara itu, Kecamatan Karangasem mencatatkan angka terendah sebesar 54,3%, yang masih belum memenuhi target pencapaian pemberian ASI eksklusif (Dinas Komunikasi & Informatika, 2023).

Kegagalan dalam pencapaian pemberian ASI eksklusif salah satunya disebabkan oleh bayi yang tidak mendapatkan cukup ASI akibat masalah dalam proses menyusui. Setelah melahirkan, seorang ibu akan mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis yang dapat memengaruhi kelancaran proses menyusui (Dewi & Tri, 2022). Masalah yang sering dialami ibu setelah melahirkan adalah ketidakefektifan dalam menyusui. Menyusui yang tidak efektif adalah kondisi di mana ibu dan bayi mengalami ketidakpuasan atau kesulitan selama proses menyusui (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016).

Penyebab ketidakberhasilan dalam proses menyusui, terutama pada ibu pasca melahirkan, antara lain adalah inisiasi menyusui yang terhambat, kurangnya pengalaman ibu, kesibukan bekerja, ASI yang tidak keluar atau kurang lancar,

putting susu yang tidak menonjol, serta putting susu yang lecet (Delianti, dkk, 2024). Seperti halnya ibu pasca melahirkan yang mengalami kelelahan fisik dan psikis, perubahan pola tidur, serta kurangnya istirahat karena harus mengurus bayi dan pekerjaan rumah tangga lainnya, kondisi ini dapat meningkatkan risiko kelelahan dan stres pada ibu. Akibatnya, pengeluaran hormon oksitosin dan prolaktin dapat terhambat. Hormon oksitosin berperan dalam pengeluaran ASI, sementara hormon prolaktin berfungsi sebagai stimulus utama dalam produksi ASI selama menyusui (Shanti, 2023).

Berbagai cara dapat dilakukan untuk merangsang pengeluaran ASI pasca melahirkan, antara lain: memastikan kecukupan nutrisi ibu, menghindari pemberian susu formula, mengurangi stres, melakukan kontak kulit dengan bayi, mengonsumsi minuman hangat, menghangatkan payudara ibu, menerapkan metode *hypnobreastfeeding*, merangsang payudara ibu, melakukan kompres hangat, dan pijat payudara (Danaz, 2021).

Selain cara tersebut, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu pasca melahirkan adalah dengan memberikan sensasi rileks pada ibu melalui *Rolling Massage* pada punggung. Pijatan ini membantu mengurangi ketegangan pada tubuh, meningkatkan relaksasi, mengurangi stress dan kecemasan yang sering dialami ibu menyusui, serta mendukung proses menyusui dengan merangsang produksi hormon prolaktin dan hormon oksitosin (Delianti, dkk, 2024).

Rolling massage merupakan metode yang melibatkan tulang belakang dari leher hingga sekitar *costae* 5-6 dengan gerakan memutar. Teknik ini dilakukan pada ibu setelah melahirkan untuk membantu kerja hormon oksitosin dalam

pengeluaran ASI. Pemijatan ini dapat mempercepat kerja sistem saraf parasimpatis yang mengirimkan sinyal ke otak bagian belakang, merangsang kerja oksitosin untuk mengalirkan ASI. Selain itu, tindakan ini juga dapat memengaruhi hormon prolaktin yang berfungsi sebagai stimulus dalam produksi ASI selama menyusui. Selain manfaat hormon, pemijatan ini juga memberikan sensasi rileks pada ibu, melancarkan aliran saraf, serta membantu memperlancar saluran ASI pada kedua payudara (Dayen, dkk, 2023).

Area punggung merupakan titik akupresur yang berperan penting dalam proses laktasi, sehingga *rolling massage* diyakini dapat meningkatkan kelancaran produksi ASI, serta membantu meningkatkan kepercayaan diri ibu menyusui dengan mengurangi stress dan kecemasan pasca melahirkan (Wita Solama, 2021). Saraf yang terdapat pada payudara dipersarafi oleh saraf punggung atau dorsal, yang berasal dari tulang belakang dan sumsum tulang belakang. Saraf ini berfungsi mengirimkan sinyal ke berbagai organ tubuh yang terhubung sepanjang tulang belakang. Oleh karena itu, pemijatan pada bagian punggung dapat merangsang otot-otot payudara untuk mengeluarkan hormon progesteron, estrogen, dan oksitosin, yang semuanya berperan dalam proses pengeluaran ASI (M, Rahayu and Wijayanti, 2022).

Pemijatan pada area punggung bertujuan untuk merangsang kelenjar air susu ibu agar dapat memproduksi ASI dengan lebih lancar, serta memicu hormon oksitosin atau *refleks let down*. Selain itu, pemijatan ini juga memberikan kenyamanan dan menciptakan rasa rileks pada ibu melalui pelepasan hormon endorfin. Semakin sering *rolling massage* pada punggung dilakukan, semakin meningkat pula kadar hormon oksitosin dan prolaktin dalam tubuh, yang berperan

penting dalam memperlancar pengeluaran dan produksi ASI (Indrayani, dkk, 2021).

Meningkatkan efektivitas *rolling massage*, penggunaan minyak zaitun dapat ditambahkan. Minyak zaitun mengandung lemak sehat, serta vitamin E dan K, yang memiliki sifat antioksidan alami. Kandungan ini dapat membantu menenangkan tubuh, sekaligus mengurangi peradangan, memberikan manfaat tambahan bagi ibu dalam memperlancar proses menyusui dan memberikan rasa nyaman (Khotimah, dkk, 2022).

Minyak zaitun mengandung polifenol yang tinggi, yaitu senyawa kimia alami dengan sifat antioksidan yang melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan akibat radikal bebas dan dapat membantu mencegah risiko penyakit jantung. Polifenol ini juga memberikan efek vasodilatasi pada pembuluh darah melalui peningkatan *Nitric Oxide Synthase* (NOS). Selain itu, kandungan polifenol dan lemak tak jenuh dalam minyak zaitun dapat membantu memperlancar aliran darah, yang pada gilirannya memberikan manfaat tambahan dalam mendukung kesehatan tubuh secara keseluruhan (Kurniasih, dkk, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ratna Juwita & Suci Suri Annisa (2023), yang menunjukkan adanya peningkatan jumlah produksi ASI setelah terapi *rolling massage* punggung dengan tambahan minyak zaitun dilakukan pada dua subjek penelitian. Pada subjek I, produksi ASI meningkat dari 0 cc menjadi 100 cc, sementara pada subjek II, meningkat dari 20 cc menjadi 120 cc. Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di UPTD Puskesmas Karangasem I pada bulan Januari-Maret 2025 didapatkan data ibu postpartum sebanyak 20 orang (95,23%) dimana sebanyak 10 orang (50%)

mengalami masalah dalam menyusui dan 10 orang (50%) tidak mengalami masalah dalam menyusui.

Hasil wawancara terhadap 10 orang ibu postpartum yang mengalami masalah menyusui didapatkan hasil bahwa tindakan yang dilakukan oleh ibu-ibu tersebut adalah dimana sebanyak lima orang (50%) melakukan kompres hangat pada payudara dan melakukan pijatan pada payudaranya, sebanyak tiga orang (30%) hanya melakukan pemijatan pada payudaranya, dan dua orang (20%) tidak melakukan tindakan apapun karena belum mengetahui secara pasti tindakan seperti apa yang baik untuk dilakukan.

Pemberian terapi *rolling massage* punggung telah memberikan dampak positif pada ibu yang mengalami masalah dalam pemberian ASI. Mengingat pentingnya produksi dan pengeluaran ASI pada awal masa menyusui untuk keberhasilan proses menyusui, sehingga peneliti tertarik untuk menulis Karya Ilmiah Akhir Ners mengenai topik “Asuhan Keperawatan Menyusui Tidak Efektif dengan Intervensi Teknik *Rolling Massage* pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini yakni “Bagaimana gambaran tindakan perawat pada ibu postpartum dengan menyusui tidak efektif di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I ?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Mendapatkan gambaran untuk asuhan keperawatan menyusui tidak efektif dengan intervensi teknik *rolling massage* pada ibu postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi pengkajian asuhan keperawatan menyusui tidak efektif pada ibu postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan menyusui tidak efektif pada ibu postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.
- c. Menyusun intervensi keperawatan menyusui tidak efektif pada ibu postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.
- d. Melaksanakan implementasi menyusui tidak efektif pada ibu postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.
- e. Melakukan evaluasi asuhan keperawatan menyusui tidak efektif pada ibu postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.
- f. Memberikan tindakan inovasi *rolling massage* pada ibu postpartum dengan masalah menyusui tidak efektif di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangasem I.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat:

- a. Menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat mengenai asuhan keperawatan menyusui tidak efektif dengan intervensi teknik *rolling massage* pada ibu postpartum.
- b. Menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa jurusan keperawatan mengenai asuhan keperawatan menyusui tidak efektif dengan intervensi teknik *rolling massage* pada ibu postpartum.
- c. Digunakan sebagai gambaran untuk penelitian selanjutnya terkait dengan asuhan keperawatan menyusui tidak efektif dengan intervensi teknik *rolling massage* pada ibu postpartum.

2. Manfaat praktis

Penulisan karya ilmiah ini diharapkan dapat:

- a. Memberikan masukan bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan percaya diri pada ibu postpartum untuk menyusui dengan pemberian *rolling massage*.
- b. Memberikan pengetahuan dan sikap kepada pasien dan keluarga terkait dengan pemberian *rolling massage* pada ibu postpartum yang mengalami gangguan menyusui tidak efektif.
- c. Memberikan manfaat sebagai acuan bagi pihak institusi kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan menyusui tidak efektif pada ibu postpartum.

E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah

Proses penyusunan KIAN dari studi literatur melibatkan beberapa tahapan, mulai dari identifikasi topik, pencarian literatur yang relevan, analisis dan penyusunan laporan yang sistematis, pengurusan ijin yaitu sampai dikeluarkan ijin dari UPTD Puskesmas Karangasem I, mengumpulkan data pasien dimana penulis melakukan (mengumpulkan data, observasi, pemeriksaan fisik pasien) di UPTD Puskesmas Karangasem I. Melakukan studi dokumentasi data pasien dan konsultasi dengan Kepala UPTD Puskesmas Karangasem I, sehingga laporan KIAN dapat disajikan dan dapat diajukan untuk dipresentasikan dihadapan penguji.