

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa *postpartum* merupakan periode transisi yang krusial bagi ibu, berlangsung sekitar 6-8 minggu setelah melahirkan yang ditandai dengan transformasi fisiologis, psikologis, dan sosial yang signifikan, sehingga memerlukan adaptasi yang optimal untuk menjamin kesehatan ibu dan bayi.¹ Fase ini menjadi indikator penting bagi kesehatan ibu dan bayi dalam keberhasilan menyusui karena ASI berperan sebagai sumber nutrisi utama yang mendukung pertumbuhan, perkembangan serta imunitas bayi.² Upaya mencapai keberhasilan menyusui yang optimal di Indonesia masih dihadapkan pada berbagai tantangan, terutama pada fase awal masa *postpartum*.³

Secara fisiologis, kelancaran produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh kerja hormon prolaktin dan oksitosin, di mana oksitosin berperan dalam mekanisme refleksi *let-down* yang memungkinkan ASI keluar dari alveoli menuju duktus laktiferus.⁴ Kelancaran produksi ASI juga dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik ibu, kelelahan, kecemasan, kondisi hormonal serta kondisi psikologis seperti *postpartum blues*. Faktor eksternal mencakup dukungan suami dan keluarga, edukasi tenaga kesehatan dan juga pemberian perawatan pendukung seperti pijat oksitosin.⁵ Ibu *postpartum* juga rentan mengalami gangguan psikologis pada minggu awal *postpartum*.

Kejadian *baby blues* dapat memengaruhi kondisi emosional dan juga keberhasilan menyusui. *Baby blues* yang secara klinis ditandai dengan perasaan sedih, mudah menangis, kecemasan, dan perubahan suasana hati dalam dua minggu pertama pascapersalinan sehingga berpengaruh terhadap hormon oksitosin yang menghambat pengeluaran ASI.⁶ Apabila tidak ditangani dengan baik akan menurunkan kualitas interaksi ibu dan bayi, berkurangnya durasi menyusui hingga meningkatkan risiko gagalnya pemberian ASI Eksklusif.^{7,8} Hasil penelitian oleh Kartilah & Februanty (2023) menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada skor kecemasan rata-rata dan persentase rata-rata produksi ASI lancar ibu menyusui antara sebelum dan setelah terapi stimulasi oksitosin.⁹

Secara epidemiologis, prevalensi *baby blues* pada tingkat global tahun 2023 dilaporkan berkisar antara 30–75%, sementara di Indonesia tahun 2024, angka kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum* dilaporkan mencapai 50–70%.¹⁰ Kondisi ini kerap dianggap ringan, tanpa penanganan yang adekuat, kondisi tersebut berpotensi berkembang menjadi depresi *postpartum* yang lebih berat. Penelitian oleh Apriana (2023) melaporkan bahwa kecemasan yang dialami ibu *postpartum* akan menghambat produksi hormon prolaktin dan oksitosin sehingga pengeluaran ASI menjadi terhambat dan mempengaruhi keberhasilan ASI Eksklusif.⁵ Penelitian lain oleh Thul *et al.* (2020) menunjukkan bahwa *baby blues* dan stres psikologis berhubungan erat dengan terjadinya gangguan laktasi, karena kondisi emosional negatif dapat menurunkan kadar hormon oksitosin dan prolaktin dalam darah.¹¹

Ibu yang mengalami *baby blues* cenderung menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang rendah dalam menyusui, kecenderungan untuk menghentikan pemberian ASI lebih cepat, serta risiko lebih besar dalam pemberian susu formula secara dini.³ Sekresi hormon oksitosin dapat distimulasi melalui intervensi nonfarmakologis, yaitu pijat oksitosin. Teknik stimulasi yang dilakukan akan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis dan merangsang hipotalamus dalam peningkatan lepasnya hormon oksitosin. Kadar hormon yang meningkat akan memperlancar keluarnya ASI dengan memicu kontraksi sel mioepitel.¹²

Berdasarkan laporan *World Health Organization* pada tahun 2022, capaian ASI eksklusif secara global masih sekitar 48%, yang menunjukkan kesenjangan yang cukup besar dibandingkan dengan target global sebesar 70% pada tahun 2030.² Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023, cakupan ASI eksklusif di Indonesia mencapai 67,6%, namun variasi capaian antar wilayah dan keterlambatan pengeluaran ASI pada hari-hari awal *postpartum* masih banyak dijumpai.¹³ Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2024, cakupan bayi mendapat ASI Eksklusif di Indonesia tercatat sekitar 69,26% dengan Provinsi Sumatera Barat berada pada posisi ke-7 yaitu sebesar 76,11%. Data Badan Pusat Statistik (BPS) juga menunjukkan bahwa capaian ASI eksklusif bayi usia kurang dari enam bulan di Provinsi Sumatera Barat mengalami penurunan pada tahun 2025, dari 76,44% pada tahun 2024, menjadi 72,33%.¹⁴

Sedangkan menurut data profil Kesehatan Kota Padang persentase pemberian ASI Eksklusif pada bayi < 6 bulan di Kota Padang tahun 2024 sebesar 83,3% atau berjumlah 5,295 orang dari total 6,357 orang. Puskesmas dengan cakupan tertinggi pemberian ASI Eksklusif yaitu Puskesmas Pauh sebesar 97,7% dengan jumlah 512 orang dari total 530 orang, dan puskesmas dengan cakupan terendah ditemukan pada Puskesmas Air Dingin yang tercatat sebanyak 162 orang dari total 233 orang atau sekitar 69,5%, kemudian puskesmas Lubuk Buaya yang tercatat sebanyak 252 orang dari total 361 orang atau sekitar 69,8%, dan Puskesmas Parak Karakah yang berjumlah 232 orang dari total 309 orang atau sekitar 75,1%.¹⁵

Pijat oksitosin merupakan salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang dilakukan dengan memberikan pijatan pada sepanjang tulang belakang hingga tulang rusuk kelima atau keenam guna merangsang pelepasan hormon oksitosin.⁹ Intervensi ini dinilai aman serta mudah diaplikasikan, dan memiliki efek relaksasi yang memberikan dampak positif terhadap kondisi fisik dan psikologis ibu pada masa *postpartum*.¹⁶ Peningkatan hormon oksitosin diharapkan tidak hanya berperan dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI, tetapi juga dalam menurunkan tingkat stres dan gejala *baby blues* pada ibu *postpartum*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Apreliasari *et al.* (2020), menunjukkan terdapat perbedaan selisih produksi ASI setelah dilakukan pijat oksitosin. Terjadinya peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh pemijatan yang dilakukan pada tulang belakang untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin yang bisa membuat ibu rileks, sehingga ASI dapat keluar dengan sendirinya.¹⁷ Penelitian lain oleh Sandriani (2023), mengindikasikan adanya pengaruh signifikan pijat oksitosin terhadap peningkatan volume dan kelancaran produksi ASI pada ibu *postpartum* setelah dilakukan pijat oksitosin secara bertahap, dari tidak keluar, menjadi keluar sedikit, hingga akhirnya keluar dalam jumlah lebih banyak pada hari ketiga.¹²

Penelitian yang dilakukan oleh Febriani (2025), mengatakan bahwa pijat oksitosin terbukti berpengaruh positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu *postpartum* dan juga membantu ibu menjadi lebih rileks dan mengurangi stres sehingga turut membantu meningkatkan kuantitas dan kualitas ASI karena hormon stres seperti adrenalin bisa menghambat produksi oksitosin.¹⁸

Pemilihan Puskesmas Air Dingin sebagai lokasi penelitian berdasarkan pada cakupan ASI eksklusif yang masih rendah. Survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 23-25 Mei 2026 terhadap 8 ibu menyusui menunjukkan bahwa seluruh responden belum pernah mendapatkan intervensi pijat oksitosin. Dari 8 responden, 3 ibu mengalami permasalahan pada periode menyusui. Ny. N menyampaikan bahwa ia cemas dan khawatir karena produksi ASI sedikit pada minggu awal setelah melahirkan dan sempat berencana mengganti ASI dengan susu formula. Ny. I mengatakan mudah lelah karena pola istirahat sangat terganggu pada masa awal setelah melahirkan dan juga merasa takut jika ASI tidak keluar. Ny. T mengatakan cemas, khawatir dan takut jika ASI tidak cukup untuk bayi yang akan menyebabkan anak kekurangan nutrisi.

Penelitian ini diharapkan dapat menganalisis secara kuantitatif pengaruh pijat oksitosin terhadap dua aspek penting sekaligus, yaitu kelancaran produksi ASI dan kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum*. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi baru dalam pengembangan ilmu kebidanan dan keperawatan maternitas, khususnya terkait intervensi nonfarmakologis berbasis hormonal dan psikologis.¹⁹

Berdasarkan latar belakang data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI dan kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2026.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI dan kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2026.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI dan kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Air Dingin Kota Padang tahun 2026.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui perbedaan skor kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi.
2. Mengetahui perbedaan skor kejadian *baby blues* sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi.
3. Mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu *postpartum*.
4. Mengetahui pengaruh pijat oksitosin terhadap kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan, pemahaman, dan pengalaman peneliti dalam melaksanakan penelitian mengenai pengaruh pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI dan kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum*

1.4.2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan Kebidanan

Dapat menambah informasi yang digunakan sebagai masukan bagi akademik dalam mengembangkan pembelajaran dan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3. Manfaat Bagi Puskesmas

Dapat memberikan manfaat bagi pihak puskesmas sebagai bahan masukan dan evaluasi dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Dengan adanya penelitian ini juga dapat membantu pihak puskesmas dalam mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kinerja tenaga kesehatan dan tingkat kepuasan pasien.

1.4.4. Manfaat Bagi Masyarakat

Memberikan edukasi kepada masyarakat, terutama kepada ibu nifas mengenai pentingnya perawatan masa nifas yang berfokus pada pemulihan fisik dan kesehatan psikologis ibu dan mengenai pijat oksitosin sebagai intervensi nonfarmakologis yang aman dan mudah dilakukan. Dengan pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan kelancaran produksi ASI dan kondisi psikologis ibu yang lebih baik serta menurunkan risiko masalah kesehatan jangka panjang.

