

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyarankan untuk menyusui selama enam bulan pertama kehidupan. Zat-zat yang terkandung pada ASI sangat dibutuhkan untuk menunjang pertumbuhan serta perkembangan, terutama pada masa emas (golden period) 2 tahun pertama kehidupan seorang anak. Jika pemberian ASI kurang diberikan, maka pertumbuhan dan perkembangan sang anak akan terganggu (Nyoman Deni Witari et al., n.d.).

Di antara 51 negara, Indonesia berada di urutan terendah ketiga dalam cakupan ASI eksklusif. Menurut *World Health Organization*, angka pemberian ASI eksklusif secara global adalah 40%, dengan hanya 23 negara yang mencapai setidaknya 60% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif (Fk & Andalas, 2020).

World Health Organization (WHO) serta *United Nations of Children's Fund (UNICEF)* menyatakan bahwa menggunakan pemberian makanan yang tepat dapat mencegah kematian bayi. Strategi ini mencakup pemberian ASI eksklusif selama enam bulan kehidupan, pengenalan makanan pendamping ASI (MPASI) yang aman dan bergizi di usia enam bulan, dan pemberian ASI lanjutan sampai usia dua tahun atau lebih (WHO, 2020).

Air susu ibu (ASI) ialah nutrisi alamiah bagi bayi dengan kandungan gizi yang paling sinkron untuk pertumbuhan optimal. ASI memberikan perlindungan pada kekebalan tubuh bayi, sehingga bayi dapat tumbuh dan berkembang dengan sangat baik hingga usia enam bulan. Pemberian ASI yang diberikan sejak dilahirkan hingga usia enam bulan, tanpa ditambahkan atau diubah dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral) (Yustanta et al., 2021).

Kandungan ASI yang lengkap dapat membantu mencegah penyakit fisik akut, seperti penyakit gastrointestinal, otitis media, infeksi saluran atas (ISPA), dan entero nekrotikans neonatal kolitis. Kandungan ASI juga dapat membantu mencegah penyakit kronis, seperti asma, alergi, dan obesitas, dan menjadi kontrasepsi alami bagi ibu. Hiasapan bayi ke puting susu ibu akan merangsang ujung saraf sensoris di sekitar payudara. Rangsangan ini kemudian dikirim ke otak, yang merangsang hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormone prolaktin untuk merangsang sel-sel alveoli (Hasriyana & Surani, 2021).

Salah satu konsekuensi dari kekurangan cakupan ASI adalah puting lecet yang parah dan bayi yang rewel. Sang Ibu kemudian merasa bahwa air susu yang keluar tidak akan cukup untuk memenuhi kebutuhan dan perkembangan bayinya karena ASI yang kurang. Cara menyusui yang salah juga dapat

memengaruhi penyebab kekurangan ASI. Secara umum, ada banyak alasan untuk kegagalan ASI eksklusif, seperti kurangnya pengetahuan dan sikap ibu, yang dapat menyebabkan ibu tidak dapat memberikan ASI pada awal kelahiran (Lydiani et al., 2020).

Ibu yang mengalami masalah pada awal menyusui, seperti kelelahan, merasa ASI sedikit, putting susu lecet, gangguan tidur pada malam hari, dan stres karena peran baru, hal ini dapat mengganggu proses laktasi karena stres juga dapat mengganggu produksi ASI, menyebabkan ASI eksklusif tidak tercapai (Handayani, 2021).

Menurut beberapa penelitian, penyebab paling umum ibu berhenti menyusui adalah karena ASI mereka "kering" dan sulit untuk keluar. Namun, penelitian telah menemukan bahwa faktor yang tepat untuk ini adalah stres, kecemasan, dan bekerja di luar rumah, yang semuanya dapat membuat ASI lebih sulit mengalir dan membuat ibu enggan untuk menyusui (Lydiani et al., 2020).

Ibu yang cemas dan stres dapat mengganggu proses menyusui karena menyusui dapat berjalan lancar dan nyaman bagi ibu yang rileks dan nyaman. Selain itu, ada beberapa alasan mengapa ibu tidak menyusui bayinya secara eksklusif; ini termasuk promosi susu formula yang berkelanjutan, kebutuhan ibu untuk kembali bekerja, dan kurangnya kesadaran ibu tentang pentingnya dan manfaat ASI. Harga susu formula yang murah juga menjadi

alasan lain mengapa ibu enggan menyusui bayinya (Sofiyanti et al., 2019).

Meskipun menyusui adalah keadaan alami, banyak ibu menghadapi tantangan untuk menyusui secara penuh selama enam bulan pertama kehidupan bayi mereka. Teknik hypnobreastfeeding adalah salah satu solusi yang dapat membantu mengatasi kendala yang terkait dengan pemberian ASI eksklusif. Dengan metode ini, ibu dapat menghasilkan lebih banyak ASI untuk bayi mereka, yang memastikan bahwa mereka menerima jumlah ASI yang cukup (Carolin et al., 2021).

Penerapan teknik *hypnobreastfeeding* telah terbukti dapat meningkatkan produksi ASI dan membuat ibu merasa lebih santai, tenang, dan nyaman selama masa menyusui (Prananingrum, 2021). Kondisi ini dapat berdampak positif pada kelenjar pituitary dengan meningkatkan produksi hormone prolactin dan oksitosin, yang mengakibatkan produksi dan pengeluaran ASI yang tinggi (Carolin et al., 2021).

Studi penelitian yang dilakukan oleh Masrifa (2018) di BPM Husniyati dan BPM Yuhana Kota Palembang menemukan bahwa teknik *hypnobreastfeeding* memengaruhi pengeluaran ASI ibu menyusui dengan hasil $p=0,000$ ($p<0,05$), menunjukkan bahwa ada pengaruh. Menurut penelitian sebelumnya, waktu yang diperlukan untuk melakukan intervensi *hypnobreastfeeding* bervariasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati & Bisepta (2017) menunjukkan bahwa pemberian *hypnobreastfeeding* pada ibu menyusui harus dilakukan setidaknya dua kali setiap hari sebelum menyusui bayinya. Untuk mengukur produksi ASI ibu menyusui, *hypnobreastfeeding* dilakukan oleh ibu menyusui secara mandiri selama di rumah, dengan waktu pemberian selama tujuh hari sebelumnya diberikan workshop satu kali.

Menurut hasil penelitian Nuratri et al. (2015), *hypnobreastfeeding* diproyeksikan mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif sebesar 41% ($R^2=0,41$). Penelitian yang dilakukan oleh Dewi pada tahun 2013 menunjukkan bahwa persalinan tanpa ASI efektif. Dengan $p \text{ value} < \alpha (0,05)$, Gentlebirth dengan *Hypnobreastfeeding* dan IMD efektif untuk memberikan asi eksklusif. Hasil yang sama juga disampaikan oleh Putriningrum et al. (2015) bahwa terapi *hypnobreastfeeding* berdampak dengan nilai signifikan 0.002 pada proses menyusui.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang dilakukan pada bulan Desember 2022 di Puskesmas Moncongloe Kabupaten Maros diperoleh jumlah ibu menyusui sebanyak 162 orang dan dari hasil wawancara beberapa ibu menyusui mengeluh susah untuk keluar ASInya ini dikarenakan beberapa factor seperti kelelahan, stress dikarenakan tuntutan pekerjaan, hingga kurangnya

kesadaran dan pengetahuan ibu tentang pentingnya dan manfaat ASI.

Atas dasar Permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Teknik *Hypnobreastfeeding* Terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Menyusui di Puskesmas Moncongloe Kabupaten Maros Tahun 2022”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka timbul masalah yang hendak peneliti teliti menilai lebih lanjut apakah ada pengaruh teknik *hypnobreastfeeding* terhadap pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Moncongloe Kabupaten Maros ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh teknik *hypnobreastfeeding* terhadap pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Moncongloe Kabupaten Maros.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengeluaran ASI pada ibu menyusui sebelum dilakukan teknik *hypnobreastfeeding* di Puskesmas Mocongloe Kabupaten Maros.

- b. Mengetahui pengeluaran ASI pada ibu menyusui sesudah dilakukan teknik *hypnobreastfeeding* di Puskesmas Mocongloe Kabupaten Maros..
- c. Mengetahui pengaruh teknik *hypnobreastfeeding* terhadap pengeluaran ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Mocongloe Kabupaten Maros.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Meningkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang layanan kesehatan terutama dalam memberikan pengetahuan tentang pengeluaran ASI dengan teknik *hypnobreastfeeding*.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Pelayanan Kesehatan

Bisa meningkatkan layanan untuk ibu menyusui dan membuat ibu percaya bahwa mereka dapat memenuhi kebutuhan ASI bayi mereka. Pada akhirnya, ini dapat menghasilkan peningkatan cakupan ASI eksklusif.

b) Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai informasi yang dapat ditambahkan, yang dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian

mendatang dan sebagai sumber masukan bagi lembaga akademik dalam proses pengembangan pembelajaran.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai sumber informasi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan pengeluaran ASI dengan teknik *hypnobreastfeeding* pada ibu menyusui.