

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Air Susu Ibu (ASI) adalah sumber nutrisi bagi bayi terutama yang berusia <6 bulan, karena pada masa ini belum dianjurkan bagi bayi untuk mengkonsumsi makanan pendamping ASI (Pramesti et al., 2022). Ada beberapa manfaat pemberian ASI diantaranya memperkuat ikatan batin antara ibu dan bayi, mengurangi risiko anemia ibu dan sebagai salah satu bentuk metode KB sementara (Astutik, 2014 dalam Zubaida et al., 2024).

Pemberian ASI berkelanjutan merupakan program *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) yang merekomendasikan agar bayi diberi ASI eksklusif dari usia 0-6 bulan. ASI eksklusif diberikan kepada bayi tanpa disertai pemberian makanan atau minuman lain, kecuali vitamin dan obat-obatan yang diperlukan berdasarkan indikasi medis (Fidiawati et al., 2022). Pemberian ASI eksklusif merupakan hal yang penting karena dapat meningkatkan antibodi, membantu perkembangan otak dan fisik bayi serta mengurangi risiko kanker payudara (Wahyuni et al., 2023).

Berdasarkan laporan *Global Breastfeeding Scorecard*, hanya sekitar 48% bayi di dunia yang menerima ASI eksklusif tahun 2024, sementara WHO menargetkan cakupan ASI eksklusif minimal 50% pada tahun 2025 (WHO dan Unicef, 2025). Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 69,26%, namun angka tersebut masih belum memenuhi target

nasional sebesar 80% (Kemenkes, 2024). Secara regional, Provinsi Jawa Barat menunjukkan capaian ASI eksklusif sebesar 78,9% pada tahun 2024, meningkat 7,7% dibandingkan tahun 2023 yang hanya mencapai 71,2% (Profil Kesehatan Jawa Barat 2024).

Menurut Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya pada tahun 2025 bahwa dari total sasaran 13.833 bayi hanya 9.218 bayi yang menerima ASI eksklusif. Selain itu, berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di Puskesmas Tamansari pada tanggal 22 Januari 2026 cakupan pemberian ASI eksklusif di tahun 2025 hanya 58,72%, sedangkan jumlah ibu menyusui di Kelurahan Mulyasari Puskesmas Tamansari pada tahun 2026 sekitar 382 ibu menyusui.

Ketidaklancaran ASI menjadi masalah pada ibu menyusui terutama hari pertama dan kedua masa *post partum*, karena terjadi perubahan fisiologis serta psikologis pada ibu. Kelelahan, nyeri, adaptasi fisik, stres dan cemas dapat menghambat kerja hormon oksitosin sehingga mengakibatkan ketidaklancaran ASI (Handayani et al., 2023). Oleh karena itu, ibu menyusui perlu menjaga keseimbangan kondisi fisiologis dan psikologis untuk mendukung kelancaran ASI.

Kelancaran ASI pada ibu menyusui dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, meliputi faktor fisiologis, psikologis, sosial, dan lingkungan dengan penyebab utama yaitu keseimbangan hormon prolaktin dan oksitosin dalam tubuh ibu (Jayanti dan Yulianti, 2022). Kelancaran ASI dapat diukur dengan indikator yang dapat dinilai dari kondisi bayi dan ibu. Indikator

dari bayi diantaranya BAB 3-4 kali sehari, BAK minimal 6-8 kali sehari, menyusui dengan frekuensi 8-10 kali dalam 24 jam dan warna urin bayi kuning jernih. Sedangkan dari ibu yaitu ASI keluar atau menetes melalui puting, payudara terasa tegang karena terisi ASI dan ibu mendengar suara bayi menelan saat menyusui (Mustika, 2018 dalam Elvira et al., 2023).

Beberapa metode untuk membantu ibu *post partum* dalam kelancaran ASI diantaranya merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, menjaga asupan nutrisi dan manajemen menyusui yang tepat. Hal tersebut bisa dilakukan dengan memeras ASI, perawatan payudara, inisiasi menyusui dini (IMD) dan menyusui secara *on demand* (Mustikawati, 2022). Selain itu, terdapat cara lain untuk memperlancar pengeluaran ASI mulai dari pijat *marmet*, pijat *woolwich*, pijat oksitosin maupun *back rolling massage* (Nurjanah et al., 2025).

Saat ini, berdasarkan penelitian Susanti et al., (2024) terdapat terapi non-farmakologi yang lebih mudah, murah, cepat dan juga dapat diterima oleh responden. Adapun intervensi yang dilakukan untuk meningkatkan kelancaran ASI pada ibu menyusui yaitu dengan Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin dan Sugestif (SPEOS) yang dikombinasikan dan dilakukan secara sistematis (Siregar et al., 2024).

Metode SPEOS merupakan teknik relaksasi yang bertujuan untuk menstimulasi pelepasan hormon endorfin dan oksitosin serta disertai dengan pemberian afirmasi positif. Metode ini meliputi pijat endorfin, yaitu pijatan ringan pada area lengan dan bahu yang berperan dalam peningkatan kadar endorfin sehingga meningkatkan relaksasi pada ibu. Selanjutnya, pijat

oksitosin dilakukan dengan memijat tulang belakang untuk merangsang produksi hormon oksitosin dan prolaktin. Tahap terakhir adalah sugestif, berupa penyampaian afirmasi positif kepada ibu untuk menumbuhkan kepercayaan diri bahwa ibu mampu menyusui dengan optimal (Ketut et al., 2023).

Penelitian Susanti et al., (2024) menyebutkan terdapat efektivitas metode SPEOS terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas yang mendapatkan intervensi, hari pertama hingga hari ketiga ibu merasakan kondisi yang lebih rileks dan nyaman. Analisis menggunakan uji *paired sample t-test* yang menunjukkan nilai *p-value* sebesar  $0,001 < \alpha 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian metode SPEOS berpengaruh secara signifikan terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Elisa (2021) dalam Nurjanah et al., (2025) bahwa SPEOS mampu meningkatkan kelancaran ASI pada ibu *post partum*.

Untuk meningkatkan efektivitas pijat endorfin, *oksiton* dan sugestif, tindakan ini dapat dikombinasikan dengan terapi murottal. Terapi murottal ini diberikan dengan cara mendengarkan rekaman suara Al-Quran dengan frekuensi panjang dan alunan tertentu (Lu dan Astuti, 2023). Pendekatan spiritual dengan terapi murottal al-quran ini bertujuan untuk menenangkan ibu yang mengalami stres, yang secara tidak langsung akan mempengaruhi dalam kelancaran ASI (Oktaviya et al., 2025).

Menurut penelitian Putri dan Sulistiyah, (2025) terapi murottal terbukti efektif untuk membantu menenangkan ibu dan mengurangi kecemasan dalam

proses menyusui. Penelitian Eliyawati et al., (2023) juga menyebutkan terdapat pengaruh terapi murrotal Al-Quran terhadap kelancaran ASI, pada hari pertama 12,86 cc sedangkan hari ketiga setelah intervensi 21,9 cc dengan *p value* 0,001 < 0,05 yaitu  $H_a$  diterima. Oleh karena itu, terdapat pengaruh dari pemberian terapi murottal al-Qur'an terhadap kelancaran ASI ibu nifas.

Namun, sebagian besar penelitian masih meneliti satu jenis intervensi secara terpisah baik SPEOS maupun terapi murottal. Padahal, kelancaran ASI tidak hanya dipengaruhi oleh stimulasi fisiologis tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi emosional dan spiritual ibu menyusui. Penelitian kombinasi SPEOS dan terapi murottal terhadap kelancaran ASI masih terbatas, sehingga diperlukan penelitian untuk mengetahui pengaruh kombinasi kedua intervensi tersebut.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti akan melaksanakan penelitian tentang pengaruh kombinasi Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal terhadap kelancaran ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

## **B. Rumusan Masalah**

Kelancaran ASI merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Namun, pada kenyataannya masih banyak ibu menyusui yang mengalami ketidaklancaran ASI. Kondisi ini sering dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti stres, kecemasan, kelelahan serta kurangnya stimulasi hormon oksitosin. Berbagai upaya non-farmakologis telah

dikembangkan untuk mengatasi masalah tersebut, salah satunya Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) serta terapi murottal.

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah “bagaimana pengaruh kombinasi Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal terhadap kelancaran ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Tamansari”.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh kombinasi Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal terhadap kelancaran ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Tamansari
- b. Mengidentifikasi kelancaran ASI ibu menyusui sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi
- c. Mengidentifikasi kelancaran ASI ibu menyusui sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok kontrol
- d. Menganalisa pengaruh intervensi terhadap kelancaran ASI sesudah dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah keilmuan dan memberikan kontribusi dalam bidang keperawatan maternitas, khususnya mengenai penerapan intervensi non-farmakologis untuk meningkatkan kelancaran ASI pada ibu menyusui.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Ibu Menyusui**

Penelitian ini diharapkan dapat membantu ibu menyusui dalam meningkatkan kelancaran ASI dengan cara Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal sehingga mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

#### **b. Bagi Instansi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan referensi dan sumber pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dalam proses belajar mengajar, khususnya mata kuliah keperawatan maternitas terkait intervensi untuk meningkatkan kelancaran ASI.

#### **c. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan ibu dan anak serta menjadi referensi bagi tenaga kesehatan dalam mendukung keberhasilan program ASI eksklusif.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai landasan teori dan metodologi untuk penelitian dengan desain yang lebih kuat dan dijadikan dasar untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel lebih besar dan cakupan wilayah yang berbeda.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis, Judul, Tahun	Metode (Desain, Sampel, Instrumen)	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Penulis: (Karo et al., 2024) Judul: The Impact of the SPEOS Method on Boosting Exclusive Breastfeeding Rates among Postpartum Women Tahun : 2024	Desain: <i>Quasi experiment</i> dengan rancangan <i>two groups</i> experimental dan control. Sampel: 30 sampel Instrumen: Lembar observasi dan lembar checklist	Hasil Penelitian: Metode SPEOS memberikan pengaruh untuk meningkatkan produksi ASI	Perbedaan penelitian ini yaitu instrumen yang digunakan untuk mengukur volume ASI dan intervensi yang dilakukan hanya SPEOS saja. Selain itu, metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan <i>total sampling</i> .
2	Penulis: (Julianti et al., 2023) Judul: The Influence of The SPEOS Method on Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers 0-6 Months	Desain: <i>Experimental Design</i> dengan menggunakan <i>one group pre test post test</i> Sampel: 40 sampel Instrumen: Lembar Observasi	Hasil Penelitian: Hasilnya menunjukkan bahwa produksi ASI setelah diberikan metode SPEOS, semua ibu berhasil menyusui dan dapat memberikan ASI eksklusif.	Perbedaan penelitian ini yaitu hanya melakukan satu intervensi dan tidak ada perbedaan intervensi. Penelitian ini menggunakan satu kelompok intervensi.
3	Penulis: (Mp et al., 2022) Judul: The Effect of SPEOS Method and Acupunture to Increase Breast Milk Production	Desain: <i>Quasy eksperimen</i> dengan <i>Pre test Post Test with Control Group</i> Sampel: 20 sampel	Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan peningkatan produksi ASI di antara ketiga	Perbedaan penelitian ini terletak pada pelaksanaan intervensi yaitu terdapat dua kelompok perlakuan dan satu kelompok kontrol. Intervensi yang diberikan meliputi metode SPEOS dan

	Tahun: 2022	Instrumen: Lembar observasi, lembar kuisioner dan timbangan bayi	kelompok yang diteliti.	akupunktur dengan tujuan meningkatkan produksi ASI. Metode pengambilan sampel menggunakan <i>consecutive sampling</i> .
4	Penulis: (Khairiyah et al., 2025) Judul: Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Kelancaran Produk ASI Pada Ibu Postpartum di PMB Anisa Mauliddina Sleman Yogyakarta Tahun: 2025	Desain: <i>Pre experiment dengan one group pre-post test design</i> Sampel: 21 sampel Instrumen: Lembar observasi	Hasil: Penelitian ini menemukan adanya pengaruh terapi murottal Al-Qur'an terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Anisa Mauliddina, Sleman, Yogyakarta tahun 2025.	Perbedaan penelitian ini yaitu rancangan yang digunakan <i>one group pre test post test design</i> dan pengambilan sampel dengan cara <i>quota sampling</i> . Penelitian ini hanya melakukan satu intervensi yaitu terapi murottal tanpa melihat perbedaan dengan intervensi lain dan hanya menggunakan satu kelompok intervensi.
5	Penulis: (Oktaviya et al., 2025) Judul: Pijat Oksitosin dan Murottal, Sebuah Kombinasi Fisik dan Spiritual untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu Tahun: 2025	Desain: Pendekatan eksperimen analitik dengan rancangan <i>one group pre-test dan post-test</i> . Sampel: 20 sampel Instrumen: Lembar kuisioner	Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada produksi ASI antara sebelum dan setelah diberikan kombinasi pijat oksitosin dan terapi murottal Al-Qur'an.	Perbedaan penelitian ini yaitu rancangan yang digunakan <i>one group pre test post test design</i> dengan pengambilan sampel <i>consecutive sampling</i> . Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja.

Pada penelitian ini akan dilakukan tindakan metode SPEOS dan murottal Al-Quran yang memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya berdasarkan:

1. Intervensi yang dilakukan pada penelitian sebelumnya hanya satu intervensi sedangkan dalam penelitian ini menggunakan dua intervensi yang dikombinasikan.
2. Lokasi penelitian berbeda dengan penelitian sebelumnya sedangkan penelitian ini dilaksanakan di wilayah Kota Tasikmalaya.

3. Penelitian sebelumnya menilai produksi ASI sedangkan pada penelitian ini secara khusus menilai kelancaran ASI melalui pemberian Stimulasi Pijat Endorfin, Oksitosin, Sugestif (SPEOS) dan Terapi Murottal sebagai indikator utama keberhasilan intervensi.