

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas merupakan periode setelah persalinan yang ditandai dengan proses pemulihan tubuh ibu serta dimulainya laktasi sebagai sumber utama nutrisi bagi bayi. Hal ini terjadi karena secara fisiologis masa nifas dimulai sejak plasenta lahir sehingga rahim kembali ke kondisi seperti sebelum kehamilan. Oleh karena itu, masa nifas umumnya berlangsung selama sekitar enam minggu atau kurang lebih 42 hari sebagai bagian dari proses pemulihan (Ayun & Qomariyah, 2022).

ASI merupakan sumber makanan utama bagi bayi yang diproduksi secara alami oleh kelenjar payudara ibu. Kandungan di dalamnya meliputi berbagai zat gizi esensial yang berperan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal, serta komponen imunologis yang membantu meningkatkan daya tahan tubuh terhadap berbagai penyakit. Oleh karena itu, pemberian ASI sejak lahir hingga usia enam bulan menjadi pilihan yang paling. Selain memberikan manfaat bagi bayi, pemberian ASI juga berperan dalam menjaga kesehatan ibu serta memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan keluarga (Rahmi et al., 2024).

Menyusui merupakan proses alami yang terjadi setelah kelahiran dan dikendalikan oleh mekanisme fisiologis tubuh. Namun, berbagai masalah atau komplikasi dapat timbul selama proses ini, seperti pembengkakan payudara, mastitis, dan saluran susu yang tersumbat. Pada hari awal setelah persalinan, produksi dan pengeluaran ASI sering kali belum optimal. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya rangsangan terhadap hormon prolaktin dan oksitosin, yang memiliki peran penting dalam proses pembentukan serta pengeluaran ASI. Selain itu, kelancaran produksi dan pengeluaran ASI juga dipengaruhi oleh berbagai

faktor, seperti perawatan payudara, frekuensi pemberian ASI, tingkat stress, kondisi kesehatan ibu, kebiasaan merokok atau konsumsi alkohol, penggunaan alat kontrasepsi, serta kecukupan asupan nutrisi (Mintaningtyas & Isnaini, 2022).

Pada praktiknya, tidak semua ibu dapat menyusui secara optimal. Berbagai masalah dapat terjadi selama proses menyusui, seperti puting susu lecet, payudara bengkak (bendungan ASI), mastitis, dan abses payudara. Selain itu, produksi ASI juga dipengaruhi oleh faktor hormonal (prolaktin dan oksitosin), asupan nutrisi, kondisi psikologis ibu, perawatan payudara, frekuensi menyusui, serta penggunaan obat atau kontrasepsi hormonal (Miskiyah et al., 2023).

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan menyusui masih menjadi tantangan. Hal ini dapat dilihat dari cakupan ASI eksklusif yang belum optimal. Cakupan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 69,26% yang paling tinggi tercatat di Provinsi Nusa Tenggara Barat (83,42%) dan terendah di Provinsi Papua Barat (10,4%). Sementara itu, di provinsi Jawa Barat mencapai 72,39% (Kementerian Kesehatan, 2025). Di wilayah Cirebon, khususnya Kabupaten Cirebon tahun 2024 terdapat 75,26% bayi yang mendapat ASI eksklusif. Capaian tersebut menunjukkan bahwa pemberian ASI eksklusif masih belum mencapai target pemerintah sebesar 80% (Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon, 2025).

Perawatan payudara merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan produksi ASI. Tindakan ini bertujuan untuk memperlancar aliran darah serta mencegah terjadinya penyumbatan pada saluran ASI, sehingga proses produksi dapat berjalan lebih optimal. Oleh karena itu, ibu dapat melakukan perawatan payudara secara mandiri, salah satunya melalui pijat laktasi seperti pijat oketani (Widiawati et al., 2024)

Pada tahun 1991, bidan Jepang Sotomi Oketani mengembangkan teknik Pijatan Oketani. Teknik pijatan yang dirancang khusus untuk mengatasi masalah menyusui, teknik ini diperkenalkan sebagai bagian dari program untuk pendukung ASI menyusui eksklusif di Bangladesh, di mana keefektifannya telah terbukti dalam praktik (Hairunisyah R, Rosdiana, 2024). Metode pijat Oketani tidak hanya membantu mengatasi hambatan selama menyusui, tetapi juga membantu meredakan nyeri pasca persalinan pada ibu dan memberikan kenyamanan serta relaksasi. Teknik ini memiliki perbedaan dengan pijat payudara pada umumnya. Pijat oketani bekerja dengan meningkatkan elastisitas duktus laktiferus, areola, dan putting susu, serta merangsang kelenjar hipofisis anterior untuk mengeluarkan hormon prolaktin. Oleh karena itu, teknik ini dapat mendukung proses produksi ASI (Widiawati et al., 2024).

Berdasarkan penelitian Lestari, T., & Fitriyani, T. (2024), mengenai pengaruh pijat oketani terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di RSUD Cilacap, diperoleh hasil bahwa sebelum intervensi, rata-rata produksi ASI sebesar 2,00 dengan seluruh responden (100%) mengalami ketidaklancaran ASI. Setelah diberikan pijat oketani selama 15 menit, satu kali selama tiga hari, terjadi peningkatan rata-rata menjadi 7,4. Selain itu, pada hari kedua sebanyak 90% responden mengalami kelancaran ASI, dan pada hari ketiga seluruh responden (100%) menunjukkan produksi ASI yang lancar. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Miskiyah, T., Imardiani, dan Pransiska, R. (2023), di puskesmas Nagaswidak, Kota Palembang, dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan produksi ASI setelah diberikan pijat oketani. Sebelum intervensi, median frekuensi menyusui tercatat sebanyak 6

kali perhari, sedangkan setelah dilakukan pijat oketani meningkat menjadi 12 kali perhari. Keberhasilan pijat oketani juga dibuktikan penelitian oleh Ayu & Candra (2021), di RS dr. R. Hardjanto Balikpapan. Berdasarkan hasil penelitian, produksi ASI pada ibu menyusui sebelum intervensi pijat oketani masih tergolong rendah dengan nilai rata-rata 1,557 ml. setelah dilakukan pijat oketani, rata-rata produksi ASI meningkat secara signifikan menjadi 35,961.

Selain teknik pijat Oketani, ada pendekatan nonfarmakologis lain yang dapat berkontribusi pada keberhasilan menyusui yaitu aromaterapi. Jenis aromaterapi yang sering digunakan salah satunya lavender oil, yang dikenal karena efek relaksasi, mengurangi kecemasan, dan menstabilkan emosi ibu menyusui. Relaksasi secara psikologis dapat menstimulasi pelepasan hormon oksitosin yang memiliki peran penting dalam proses produksi ASI serta membantu memperlancar aliran ASI (Prisusanti & Salsabila, 2025). Aromaterapi lavender diekstraksi dari bunga lavender (*Lavandula angustifolia*) dan mengandung senyawa seperti choral hydrate, yang membantu merilekskan tubuh. Aromaterapi ini dapat dikombinasikan dengan pijat untuk hasil optimal (Agustina & Listiyanawati, 2023).

Berdasarkan penelitian Rosa et al., (2025) di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung, yang mengkaji implementasi hypnobreastfeeding dan aromaterapi lavender pada ibu menyusui dengan ketidakadekuatan suplai ASI, hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI setelah intervensi. Peningkatan tersebut terlihat dari bertambahnya frekuensi bayi menyusu, meningkatnya frekuensi buang air kecil (BAK) pada bayi, serta berkurangnya tingkat kecemasan pada ibu setelah diberikan aromaterapi lavender selama 6 pertemuan dalam 3 minggu.

Peran perawat sangat penting dalam mendampingi ibu pasca melahirkan melalui pemberian edukasi dan penerapan teknik peningkatan volume ASI. Edukasi yang berkelanjutan akan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyusui, sekaligus membangun rasa percaya diri. Selain itu, keterlibatan keluarga, terutama dukungan suami, juga terbukti memperkuat keberhasilan menyusui dan mempercepat pemulihan psikologis ibu (Rahmawati & Setyoningrum, 2025).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk mengkombinasikan mengenai masalah produksi ASI dengan mengangkat judul “Implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender pada ibu postpartum untuk meningkatkan produksi ASI di RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam proposal ini adalah “Bagaimana implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender pada ibu postpartum untuk meningkatkan produksi ASI di RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu mengimplementasikan pijat oketani dan aromaterapi lavender untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat:

- a. Menggambarkan kondisi klien yang mengalami masalah menyusui tidak efektif sebelum Implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender.
- b. Melaksanakan Implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender pada klien yang mengalami masalah ASI tidak efektif.
- c. Mengidentifikasi respon atau perubahan pada setelah dilakukan tindakan pijat oketani dan aromaterapi lavender pada klien yang mengalami masalah menyusui tidak efektif.
- d. Menganalisis kesenjangan pada kedua klien yang dilakukan Implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Meningkatkan wawasan dan pengetahuan dalam melakukan implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender pada ibu postpartum.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Klien

Manfaat bagi ibu postpartum dengan dilakukan implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender yaitu dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI serta kenyamanan dan percaya diri untuk menyusui bayinya.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat berguna sebagai bahan pembelajaran dalam meningkatkan pemahaman dan pengembangan proses keperawatan pada ibu postpartum dengan penerapan pijat oketani dan aromaterapi lavender untuk meningkatkan produksi ASI.

c. Bagi Lahan Praktik

Diharapkan sebagai masukan dalam pengembangan pelayanan keperawatan maternitas di lahan praktik melalui penerapan pijat oketani dan aromaterapi lavender untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

d. Bagi Penulis

Penulis dapat meningkatkan wawasan ilmu pengetahuan dan mengaplikasikan kemampuan dalam melakukan implementasi pijat oketani dan aromaterapi lavender pada ibu postpartum.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini didasarkan pada beberapa jurnal referensi terdahulu yang relevan dalam hal topik kajian yang akan diteliti, namun berbeda dari segi subjek, lokasi, dan metode penelitian yang digunakan.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Lestari, T., & Fitriyani, T. (2024) di wilayah kerja RSUD Cilacap terhadap 10 ibu post *sectio caesarea* hari pertama. Penelitian ini didasarkan pada teori stimulasi jaringan payudara melalui pijat oketani yang mampu merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin, sehingga berkontribusi dalam meningkatkan produksi ASI. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif.
2. Penelitian dilakukan oleh Rosa et al., (2025) di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung Kabupaten OKU Sumatera Selatan terhadap 2 orang ibu postpartum. Penelitian ini didasarkan pada teori efek relaksasi dari aromaterapi lavender yang mampu menurunkan tingkat kecemasan pada ibu, sehingga mendukung pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam refleksi pengeluaran

ASI. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif sebagai metode yang diterapkan.

3. Penelitian yang akan dilakukan

Penelitian yang akan dilakukan memiliki persamaan dengan dua penelitian sebelumnya, yaitu sama-sama berfokus pada upaya peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum. Namun demikian, terdapat perbedaan dalam pelaksanaannya, di mana penelitian ini mengkombinasikan pijat oketani dan aromaterapi lavender sebagai bentuk intervensi untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum spontan. Penelitian ini melibatkan dua ibu postpartum spontan sebagai responden dan menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan kualitatif. Melalui pendekatan tersebut, peneliti akan menguraikan secara lebih mendalam mengenai proses peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum spontan di RSUD Arjawinangun, Kabupaten Cirebon.