

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setelah melahirkan, sebagian besar wanita akan memasuki fase alami yang disebut periode postpartum, yang biasanya berlangsung sekitar enam minggu. Dua jam setelah kelahiran plasenta menandai dimulainya periode postpartum, atau masa nifas, yang dapat berlangsung hingga 42 hari. Kehadiran bayi baru membawa perubahan besar dalam kehidupan seorang ibu. Pada saat itu, memberikan ASI kepada bayinya menjadi perhatian utamanya. Salah satu langkah penting untuk mencegah kematian bayi dan masalah gizi adalah pemberian ASI eksklusif kepada neonatus (Oktaviani *et al.*, 2022).

Bayi berkembang dengan baik melalui ASI karena ASI menyediakan semua nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat. Selain memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi, zat-zat yang terkandung dalam ASI juga mendukung perkembangan sistem kekebalan dan kecerdasan bayi. Menyusui memberikan berbagai manfaat kesehatan, baik bagi bayi maupun ibu, seperti menurunkan risiko kanker payudara, mempercepat proses pemulihan, menunda kehamilan, dan mengurangi pendarahan pascapersalinan. Namun, jaranganya pengeluaran ASI dapat menyebabkan stasis ASI, yaitu kondisi di mana payudara membengkak akibat penumpukan ASI yang menghambat alirannya. Jika masalah ini tidak segera diatasi, gejala dapat semakin memburuk (Oktaviani *et al.*, 2022).

Bendungan ASI terjadi ketika air susu tidak mengalir dengan lancar karena bayi jarang menyusu pada ibunya. Jika ibu mengalami kesulitan dalam menyusui, bayi mungkin tidak mendapatkan cukup nutrisi penting yang terkandung dalam ASI, yang dapat memperburuk kondisi payudara. Payudara yang membengkak akibat peningkatan cairan limfatik dan aliran darah, dikenal sebagai pembengkakan, dapat menyebabkan ketidaknyamanan serta peningkatan suhu tubuh jika tidak segera ditangani (Oktaviani *et al.*, 2022).

Dari data WHO (2018), angka kejadian bendungan ASI pada ibu *post partum* di seluruh dunia mencapai (87,05%). Kejadian ini turun menjadi 66,87% pada tahun 2019, dan pada tahun 2020 sebesar 66,34%. Sekitar 107.654 ibu *post partum* mengalami bendungan ASI pada tahun 2019, menurut data dari ASEAN, yang mencakup sepuluh negara. Negara-negara ini meliputi Indonesia, Laos, Vietnam, Brunei Darussalam, Filipina, Singapura, Brunei Darussalam, dan Laos. Bendungan ASI dilaporkan dialami oleh 66,87% ibu *post partum* pada tahun 2020, dan meningkat menjadi 71,11% pada tahun berikutnya, dengan Indonesia mencatat angka tertinggi sebesar 37,12% (Solihah *et al.*, 2023).

Pembengkakan ASI mempengaruhi sekitar 16% ibu menyusui di Indonesia, dengan mayoritas ibu yang terkena dampak adalah ibu bekerja (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Indonesia, 2020). Berdasarkan data Provinsi Jawa Barat tahun 2021, sekitar (52%) dari ibu yang menyusui dilaporkan mengalami bendungan ASI. Di kota Bandung data tahun 2021 sekitar (72,64%) bayi tidak mendapatkan ASI Eksklusif. Sementara itu, di Kecamatan Andir puskesmas Garuda tahun 2022, angka bayi tidak mendapatkan ASI Eksklusif mencapai (6,01%), dengan jumlah bayi yang terkena dampak sebanyak 373 orang. Fenomena ini menunjukkan urgensi yang semakin meningkat terhadap dampak bendungan ASI (Solihah *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Maret 2024 di puskesmas Garuda berfokus pada pengalaman ibu nifas dan menyusui mengenai bendungan ASI. Melalui penggunaan google formulir mengenai gejala bendungan ASI yang pernah dialami ibu nifas dan menyusui, dari total 24 ibu nifas dan menyusui yang telah mengisi google formulir, hasil awal menunjukkan bahwa sebanyak 18 orang atau sekitar (75%) mengalami bendungan ASI, dan 6 orang atau sekitar (25%) tidak mengalami bendungan ASI. Masalah ini tentu menjadi perhatian penting yang harus segera ditangani.

Bendungan ASI merupakan masalah kesehatan yang sering dialami oleh wanita pascapersalinan. Kondisi ini ditandai dengan meningkatnya tekanan

intraduktal yang memengaruhi berbagai bagian payudara, menyebabkan payudara terasa penuh, tegang, dan nyeri, meskipun tanpa disertai demam. Mastitis adalah peradangan yang dapat muncul akibat bendungan ASI, dan kondisi ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan yang semakin parah bagi ibu dan bayi. Gejala nyeri pascapersalinan meliputi nyeri payudara, nyeri vagina, keluarnya cairan, kontraksi, penurunan nafsu makan, perubahan suasana hati, dan penurunan berat badan. Selain itu, salah satu masalah yang mungkin dialami oleh bayi baru lahir adalah dehidrasi, yang terjadi ketika bayi kehilangan terlalu banyak cairan, terutama jika bayi tidak mendapatkan cukup ASI (Solihah *et al.*, 2023).

Kebijakan pemerintah sebagaimana yang diatur dalam Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 menekankan pentingnya pelayanan berkualitas tinggi dari petugas kesehatan kepada ibu nifas dan ibu menyusui. Pelayanan tersebut mencakup proses laktasi atau menyusui yang tepat, teknik menyusui yang benar, serta penyimpanan ASI yang aman, termasuk pencegahan terhadap masalah seperti pembengkakan payudara, mastitis, abses, luka pada puting susu, dan masuknya puting susu ke dalam. Mengingat signifikansi pemberian ASI, diperlukan perhatian khusus dalam proses menyusui agar berjalan dengan optimal. Sehubungan dengan hal tersebut, telah diatur mengenai pemberian ASI secara eksklusif kepada bayi di Indonesia dalam Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor 450/MENKES/IV/2004 (Solihah *et al.*, 2023).

Peran utama tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam memberikan asuhan pada masa nifas sangatlah vital. Tugas dan tanggung jawab bidan selama periode ini termasuk mendorong ibu untuk menyusui bayinya dengan nyaman dan mengikuti pola menyusui sesuai kebutuhan bayi selama sekitar dua tahun untuk memperkuat ikatan emosional dan mencegah terjadinya masalah seperti bendungan ASI yang berpotensi mengancam kesehatan ibu (Solihah *et al.*, 2023).

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya bendungan ASI meliputi frekuensi pemberian ASI, efektivitas isapan bayi, motivasi ibu dalam menyusui, perawatan payudara dan teknik menyusui. Selain itu, bendungan ASI juga bisa disebabkan oleh pola pemberian ASI yang tidak teratur. Tanda dan gejala bendungan ASI meliputi rasa nyeri pada payudara, perubahan warna menjadi merah, pembengkakan pada payudara dan payudara terasa keras. Kondisi ini dapat mengganggu proses menyusui. Jika bendungan ASI tidak segera ditangani, hal ini dapat berkembang menjadi mastitis pada ibu (Solihah *et al.*, 2023).

Perubahan fisik dan fisiologis yang dialami oleh ibu *post partum* dapat berdampak pada perubahan psikologisnya, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi proses laktasi. Wanita pascapersalinan harus menjaga kebersihan payudara dengan baik untuk meningkatkan sirkulasi darah, yang akan membantu menghindari pembengkakan payudara dan meningkatkan suplai ASI. Teknik perawatan payudara seperti laktasi, yang mencakup berbagai variasi termasuk pijat oksitosin, pijat arugan, pijat marmet, dan pijat oketani, telah terbukti efektif meminimalkan bendungan ASI (Solihah *et al.*, 2023).

Salah satu tindakan yang dapat meningkatkan kesuksesan menyusui adalah melakukan oketani *massage* pada payudara. Oketani *massage* memiliki keunggulan dibandingkan dengan pijat lainnya, karena lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI jika dibandingkan dengan pijat Marmet dan pijat oksitosin. Oketani *massage* dirancang khusus untuk membantu ibu menyusui mengatasi masalah yang sering terjadi selama masa menyusui, seperti bendungan ASI, penyumbatan saluran susu, atau masalah mengalirnya ASI. Teknik ini memberikan pendekatan yang unik dan disesuaikan dengan kebutuhan khusus ibu menyusui. Oketani *massage* dikenal dengan teknik pijatan yang lembut dan tidak menyakitkan, yang sangat penting mengingat sensitivitas dan kepekaan yang mungkin dialami oleh payudara ibu menyusui. Dengan pendekatan yang lembut, oketani *massage* memberikan kenyamanan bagi ibu selama proses pemijatan (Anggraini *et al.*, 2022).

Oketani *massage* adalah metode yang efektif, ekonomis, dan mudah diterapkan. Teknik ini pertama kali diperkenalkan oleh Sotomi Oketani di Jepang pada tahun 1981. Pijat oketani membantu ibu *post partum* memproduksi lebih banyak ASI dengan membuat payudara mereka lebih lembut dan lebih elastis, yang pada gilirannya merangsang peningkatan produksi ASI. Ibu *post partum* yang melahirkan secara normal atau caesar mungkin mendapat manfaat dari pijat Oketani karena mengurangi kemungkinan bendungan ASI (Anggraini *et al.*, 2022).

Oketani *massage* berkontribusi pada peningkatan dan kelancaran produksi ASI, serta mengurangi kemungkinan terjadinya masalah pada puting susu dan bendungan ASI setelah dilakukan oketani *massage*. Oketani *massage* dapat dikombinasikan menggunakan *essential oil*, seperti lavender *oil*, chamomile *oil*, jasmine *oil* atau bergamot *oil* (Pratiwi & Nurrohmah, 2023).

Lavender *oil* memiliki sejumlah keunggulan dibandingkan dengan minyak esensial lainnya, menjadikannya salah satu pilihan yang paling populer dalam aromaterapi dan perawatan kesehatan alami. Dibandingkan dengan minyak esensial seperti peppermint atau eucalyptus yang lebih dikenal karena sifat penyegar dan stimulasi, lavender *oil* menawarkan manfaat yang lebih menyeluruh dan dapat digunakan dalam berbagai situasi. Misalnya, peppermint *oil* sangat efektif untuk meredakan sakit kepala dan meningkatkan konsentrasi, sedangkan eucalyptus *oil* sangat baik untuk meredakan masalah pernapasan. Namun, lavender *oil* lebih serbaguna karena dapat digunakan untuk meredakan gangguan tidur, menenangkan kulit, dan bahkan sebagai pengharum alami. Selain itu, lavender *oil* juga efektif untuk mengatasi masalah bendungan ASI, menjadikannya pilihan yang tepat untuk ibu menyusui. Oleh karena itu, meskipun setiap minyak esensial memiliki manfaat spesifiknya, lavender *oil* lebih unggul karena kemampuannya yang luas dalam meningkatkan kesejahteraan fisik dan emosional. (Ni Made Maharianingsih, 2020).

Lavender *oil* mengandung *linalool* dan *linalyl acetate* yang dapat merangsang daerah otak, khususnya nucleus raphe, yang dapat meningkatkan

perasaan kenyamanan seseorang. Penggunaan lavender *oil* aman untuk ibu *post partum*, karena lavender *oil* merupakan salah satu minyak yang dapat diserap oleh kulit, jarang menyebabkan reaksi alergi, dan memiliki manfaat lain sebagai antidepresan, memberikan efek menenangkan, meningkatkan kualitas tidur, serta membantu relaksasi otot (Pratiwi & Nurrohmah, 2023).

Berdasarkan ringkasan ini, penulis berencana untuk membuat karya tulis ilmiah yang berjudul "Pengaruh Pemberian Oketani *Massage* Menggunakan Lavender *Oil* Terhadap Pencegahan Bendungan ASI Pada Ibu *Post Partum*"

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Pemberian Oketani *Massage* Menggunakan Lavender *Oil* Terhadap Pencegahan Bendungan ASI Pada Ibu *Post Partum*?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Pengaruh Pemberian Oketani *Massage* Menggunakan Lavender *Oil* Terhadap Pencegahan Bendungan ASI Pada Ibu *Post Partum*.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kejadian bendungan ASI pada kelompok perlakuan oketani *massage* menggunakan lavender *oil*
2. Untuk mengetahui kejadian bendungan ASI pada kelompok kontrol oketani *massage* menggunakan lavender *oil*
3. Untuk mengetahui pengaruh pemberian oketani *massage* menggunakan lavender *oil* terhadap pencegahan bendungan ASI.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan pemahaman ilmiah yang lebih mendalam bagi penulis mengenai dampak pemberian oketani *massage* dengan lavender *oil* dalam mencegah penyumbatan ASI. Selain itu, upaya penelitian ini diarahkan untuk menjadi dasar bagi pengembangan pengetahuan penulis di bidang ini melalui eksplorasi informasi yang lebih mendalam, analisis data yang teliti, dan penafsiran temuan yang inovatif. Dengan demikian, diharapkan penulis dapat memperluas pengetahuan dan keterampilan dalam bidang kesehatan, khususnya perawatan *post partum*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Diharapkan bagi Responden tidak hanya memberikan informasi kepada responden tentang manfaat pencegahan penyumbatan ASI melalui metode oketani *massage* dengan lavender *oil*, tetapi juga dapat membantu ibu *post partum* untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan emosional ibu dalam pemulihan pasca persalinan
2. Diharapkan bagi tenaga kesehatan dapat membantu dalam mengurangi angka kejadian bendungan ASI pada ibu *post partum* dengan pengaplikasian oketani *massage* menggunakan lavender *oil* dan dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup bagi ibu *post partum*
3. Diharapkan bagi peneliti yang lain dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan atau sumber data dalam penelitian berikutnya yang berkaitan dengan pencegahan bendungan ASI pada ibu *post partum*.