

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peningkatan Program ASI eksklusif merupakan salah satu bentuk usaha pemerintah dalam pencapaian Sustainable Development Goal's (SDGs) berkaitan dengan status gizi anak, Menurut *World Health Organization* (WHO) 2019 Inisiasi Menyusu Dini dan ASI Eksklusif membantu anak untuk bertahan hidup dan membangun anti bodi yang dibutuhkan anak untuk perlindungan terhadap berbagai penyakit dan meningkatkan inteligensi. Peningkatan menyusui secara global berpotensi menyelamatkan nyawa 820.000 anak dan mencegah 20.000 kasus kanker payudara pada wanita setiap tahunnya. Bertepatan dengan Pekan Air Susu Ibu sedunia yang di peringati setiap tanggal 1-7 Agustus, didapat data bahwa pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama masih sangat rendah yakni 35,7 %, angka ini jauh dari target WHO 2019 maupun kementerian Kesehatan yaitu 50 %, hal ini dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap dan motivasi sejak awal baik dari diri ibu sendiri, keluarga maupun tenaga Kesehatan (Kemenkes, 2019)

Kesalahan dalam tatalaksana laktasi merupakan salah satu sebab kegagalan ibu menyusui, di Indonesia pada tahun (2012-2013) inidapatkan hasil bahwa terdapat 373.000.000 orang ibu nifas, 130.550.000 (35%) orang mengalami gangguan proses laktasi, dan gangguan akibat kecemasan sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Ibu primipara yang mengalami kecemasan tingkat berat mencapai 83,4% dan kecemasan sedang sebesar 16,6%, sedangkan pada ibu multipara didapatkan kecemasan tingkat berat 7%, kecemasan sedang 71,5%, dan cemas ringan 21,5% (Depkes RI, 2016) dimana hal tersebut menyebabkan penurunan

produksi ASI yang menyebabkan ibu harus menghentikan pemberian ASI di awal proses menyusui (Riksani, 2012).

Pada ibu nifas sering mengalami kecemasan akibat kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri dan bayinya (Solehati dan Kosasih, 2015). Seorang ibu dituntut untuk bisa merawat dan menyusui bayinya dengan benar sehingga kebutuhan gizi si bayi dapat terpenuhi. Tuntutan seperti inilah yang dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan bagi ibu primipara. Menurut Kruckman (2012) dalam Agustin dan Septiyana (2018) mengatakan bahwa tuntutan menyusui bayi bagi seorang ibu akan dirasa berat ditambah lagi kurangnya pendampingan proses menyusui yang memadai tentang proses pemberian ASI sehingga bayi yang sulit menyusui, menghisap yang menyebabkan rasa sakit pada ibu dan produksi ASI semakin berkurang hal inilah yang dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan. Bila tidak tertangani dengan baik hal ini akan mempengaruhi berkurangnya kualitas ASI yang dihasilkan serta berkurangnya rangsangan hormone prolaktin dan oksitosin yang berperan besar dalam produksi dan pengeluaran ASI, sehingga pemenuhan gizi pada bayi akan terganggu yang menyebabkan terganggunya proses tumbuh kembang pada bayi

Berdasarkan penelitian Bentelu dkk., (2015) yang dilakukan di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado dengan hasil penelitian yang mengatakan bahwa tingkat kecemasan ibu primipara pada saat menyusui paling banyak mengalami cemas sedang, tingkat kecemasan ibu multipara pada saat menyusui paling banyak dikarenakan mereka mengalami cemas ringan.

Berdasarkan hasil study pendahuluan yang dilakukan di ruang ASI Puskesmas Arjowinangun, pada 3 bulan terakhir di dapat data sebanyak 16

ibu nifas yang datang ke Puskesmas Arjowinangun untuk konsultasi masalah pemberian ASI didapatkan 7 ibu primi para (43,75 %) 6 orang (85,7 %) diantaranya terdapat gangguan menyusui dan mendapatkan konseling ASI, dari identifikasi masalah yang dilakukan konselor ASI terdapat 3 orang (60 %) dengan keluhan ASI tidak banyak sehingga memberikan bayinya susu formula untuk mencukupi kebutuhan bayinya, 2 orang (20%) mengeluh sakit pada payudara yang lecet dan berhenti menyusui sementara sampai payudara sembuh dan 2 orang (20 %) lainnya tidak memberikan ASI sama sekali, karena takut bayinya rewel bila ditinggal bekerja.

Menurut penelitian Kusmiyati dan Wahyuningsih (2014) menyatakan bahwa faktor mental dan psikologis ibu dalam menyusui sangat besar pengaruhnya terhadap proses menyusui dan produksi ASI. Perasaan stress, cemas dan tertekan yang dialami seorang ibu dapat menghambat proses menyusui dan produksi ASI. Lebih dari 80% kegagalan ibu menyusui dalam memberikan ASI adalah karena faktor psikologis, terdapat pengaruh secara bermakna *hypnobreastfeeding* terhadap penurunan tingkat kecemasan.

Untuk mengurangi rasa kecemasan pada ibu nifas primipara dalam proses menyusui perlu adanya dukungan keluarga yang terus menerus dan yang intensif baik sebelum proses persalinan atau awal masa nifas sehingga ibu siap untuk menjalani peran barunya, Relaksasi pada ibu menyusui yang sering disebut dengan relaksasi *hypnobreastfeeding* merupakan teknik relaksasi dengan melakukan kontak langsung dengan alam bawah sadar. Ketika mampu mencapai kondisi relaks yang dalam dan stabil, maka akan mampu menanamkan suatu afirmasi positif yang secara otomatis akan mempengaruhi kehidupan dan tindakan sehari-hari tanpa disadari dalam hal ini menanamkan sugesti kepercayaan diri menjadi seorang ibu dan mampu menjaga serta merawat bayinya dengan baik serta dapat memberikan nutrisi

yang terbaik untuk bayi. (Sari dkk. 2009) seperti diketahui bahwa kecemasan dan produksi ASI saling mempengaruhi atau berkesinambungan maka tehnik ini dapat dilakukan dengan mudah oleh semua orang dan oleh ibu sendiri sehingga ibu lebih rileks, produksi ASI lancar dan bayi tidak rewel sehingga *postpartum blouse* dapat dihindari

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan menyusui pada ibu nifas di PMB Kota Malang tahun 2021

1.2 Perumusan masalah

Berdasarkan data diatas rumusan masalah yang diambil adalah “ Adakah pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan menyusui pada ibu Nifas di PMB wilayah Puskesmas Arjowinangun - kota Malang tahun 2021”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan menyusui pada ibu Nifas di PMB wilayah Puskesmas Arjowinangun - Kota Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kecemasan menyusui pada ibu nifas sebelum di berikan *Hypnobreastfeeding* di PMB Wilayah Pusesmas Arjowinangun Kota Malang

- b. Mengidentifikasi kecemasan menyusui pada ibu nifas setelah di berikan *Hypnobreastfeeding* di PMB Wilayah Pusesmas Arjowinangun Kota Malang
- c. Menganalisa pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan menyusui pada ibu nifas di PMB Wilayah Pusesmas Arjowinangun Kota Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

- a. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai bahan promosi kesehatan bagi bidan dalam meningkatkan pelayanan di bidang kesehatan ibu dan Anak di tempat bekerja

- b. Bagi ibu

Sebagai alternatif untuk mengurangi masalah menyusui dan membantu memperlancar produksi ASI sehingga Kecemasan dapat dihindari

1.4.2 Manfaat Teoritis

Dari hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan pada masyarakat mengenai pengaruh *Hypnobreastfeeding* terhadap kecemasan menyusui pada ibu nifas primipara

