

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses produksi ASI (lactogenesis) sudah dimulai sejak masa kehamilan jadi semua ibu hamil pada umumnya sudah memiliki ASI. Pada usia kehamilan memasuki minggu ke 16-22 payudara akan mulai membengkak, hal ini diakibatkan adanya penambahan dan pembesaran lobulus-al-veolus untuk memproduksi kolostrum. Setelah ibu melahirkan plasenta kadar progesteron dalam tubuh mengalami penurunan drastis, sementara hormon prolaktin meningkat sehingga jumlah ASI yang diproduksi meningkat dan jumlah kolostrum yang keluar selama 3 hari pertama masih sedikit, proses ini terjadi pada 30-40 jam pasca persalinan (Sagita, 2020).

Setelah bayi lahir sangat penting bagi ibu untuk memberikan ASI yang keluar pertama kali berwarna kekuningan yaitu kolostrum. Kolostrum memberikan antioksidan, antibodi, imunoglobulin, dan antivirus melindungi bayi dari virus dan infeksi, mencegah kadar bilirubin terlalu tinggi, membentuk pertahanan saluran cerna dan memberi perlindungan dengan melapisi dinding usus bayi yang belum sempurna menutup kembali (Sagita, 2020).

Seorang ibu pasca melahirkan tentunya mengalami kelelahan fisik dan psikis, perubahan pola tidur, kurangnya istirahat karena mengurus bayi dan pekerjaan rumah tangga lainnya. Sehingga hal ini beresiko ibu mengalami kelelahan dan stress yang mengakibatkan menurunnya pasokan ASI (Sagita,

2020).

Upaya untuk menjaga produksi ASI adalah mengonsumsi makanan yang tinggi protein, melakukan pijat prolaktin dan juga oksitosin untuk memberikan sensasi rileks pada ibu, sehingga melancarkan aliran saraf saluran ASI pada kedua payudara. Salah satu teknik pemijatan yang dapat dilakukan yaitu dengan metode *rolling massage* (Ekawati, 2017).

Rolling Massage merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI. *Back Rolling Massage* dilakukan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang costae kelima-keenam. Ibu akan merasa tenang, rileks, meningkatkan ambang rasa nyeri dan mencintai bayinya, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar. Oksitosin dapat diperoleh dengan berbagai cara baik melalui oral, intra-nasal, intra-muscular, maupun dengan pemijatan yang merangsang keluarnya hormon oksitosin. Tindakan *Back Rolling Massage* ini dapat memberikan sensasi rileks pada ibu dan melancarkan aliran saraf serta saluran ASI kedua payudara lancar (Mayangsari & Rahma, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Heny Ekawati dengan menggunakan metode *Quasi Eksperimental* dengan teknik consecutive sampling dan menggunakan lembar observasi frekuensi Buang Air Kecil (BAK) bayi pada hari 1-3. Hasilnya frekuensi BAK bayi pada kelompok control memiliki rerata 5,8 dan kelompok perlakuan 7,3. Dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang artinya ada pengaruh *rolling massage* punggung terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum (Ekawati, 2017).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan telaah pustaka tentang “Efektifitas *Rolling Massage* terhadap Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah yang diambil adalah

“Bagaimana efektifitas *Rolling Massage* Terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum? ”

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui efektifitas *Rolling Massage* Terhadap Pengeluaran ASI pada ibu post partum

D. Manfaat Asuhan

1. Manfaat Teoritis

Menambah informasi dan pengetahuan bagi pengembangan ilmu kebidanan khususnya tentang efektifitas *Rolling Massage* Terhadap Pengeluaran ASI pada ibu post partum.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan pertimbangan bagi pengelola institusi terutama dalam mengembangkan ilmu kebidanan.

b. Bagi Penulis

Sebagai pengalaman ilmiah yang dapat meningkatkan pengetahuan dan menambah wawasan tentang efektifitas *Rolling Massage* Terhadap Pengeluaran ASI pada ibu post partum

c. Bagi Ibu Post Partum

Sebagai pengetahuan dan juga dapat mengaplikasikan *Rolling Massage* untuk kelancaran ASI

