

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas, yang juga dikenal sebagai periode post partum, dimulai setelah plasenta dilahirkan dan berlanjut sampai organ reproduksi kembali ke keadaan normal sebelum kehamilan. Pada umumnya, masa ini berlangsung sekitar 6 minggu atau sekitar 42 hari setelah melahirkan, tetapi lamanya bisa bervariasi tergantung individu. Meskipun beberapa wanita mungkin mengalami perubahan signifikan dalam waktu yang relatif singkat, secara umum masa nifas bisa berlangsung hingga 40 hari pasca melahirkan.

Setelah melahirkan, tubuh wanita akan mengalami proses pemulihan yang disebut masa nifas. Dalam masa ini, organ reproduksi secara perlahan akan kembali ke kondisi normal sebelum hamil. Masa nifas sendiri merupakan periode penting pasca persalinan di mana tubuh wanita berusaha untuk pulih dan kembali normal secara fisiologis. Umumnya, proses ini berlangsung sekitar 6 minggu setelah melahirkan (Saraung, Rompas and Bataha, 2019).

Ibu postpartum sering mengalami perubahan fisiologis pada payudara, seperti pembengkakan payudara dan puting akibat perubahan hormonal. Kondisi ini bisa menyebabkan kesulitan saat menyusui, sehingga proses menyusui menjadi tidak efektif. Bila tidak mendapat perawatan memadai, hal ini bisa berdampak pada status gizi bayi dan juga mengganggu bonding antara ibu dan bayi saat menyusui. (Widaningsih, 2018).

Menyusui adalah proses alami yang terkadang memiliki tantangan tersendiri. Di antara faktor yang mempengaruhi tingkat pemberian ASI eksklusif adalah kesalahpahaman tentang menyusui, seperti anggapan bahwa produksi ASI tidak cukup. Hal ini seringkali menjadi hambatan dalam proses menyusui yang efektif. Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola makan dan minum ibu, kondisi psikologis atau emosi, serta bentuk payudara yang tidak

mendukung proses menyusui. Selain itu, refleks isap bayi/termasuk kekuatan, durasi, dan frekuensi isapan /juga berperan penting dalam menentukan jumlah ASI yang diproduksi. Jika salah satu faktor ini terganggu, produksi ASI bisa tidak optimal (Saudia, 2019).

Saat bayi menghisap payudara, sentuhan tersebut meningkatkan oksitosin yang memicu kontraksi sel-sel mioepitel, memicu refleks letdown atau pengeluaran ASI. Namun, ada beberapa tantangan yang sering dialami ibu menyusui, seperti puting lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, mastitis, abses payudara, atau masalah anatomi puting. Selain itu, bayi yang tidak menyusu juga bisa mempengaruhi produksi ASI yang optimal (Bahiyatun, 2019).

Jika masalah menyusui tidak diatasi, kesinambungan pemberian ASI bisa terganggu, akibatnya, bayi tidak memperoleh nutrisi yang cukup agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Untuk itu, penting bagi ibu dan keluarga untuk bekerja sama dengan tenaga kesehatan. Di Indonesia, berbagai upaya telah dilakukan untuk meningkatkan pemberian ASI, seperti program Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan perawatan payudara sebelum dan sesudah melahirkan, yang memiliki tujuan untuk meningkatkan produksi ASI dan mencegah masalah seperti puting lecet (Marmi, 2022).

Faktor-faktor seperti pembengkakan payudara akibat ASI yang tidak keluar secara efektif mempengaruhi kemampuan ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Pembengkakan ini sering kali diakibatkan oleh kurangnya hisapan bayi atau daya hisap yang lemah, sehingga ASI menumpuk dan menyebabkan rasa sakit serta ketidaknyamanan pada ibu. Hal ini pada akhirnya dapat mengganggu pemenuhan kebutuhan ASI bagi bayi (Yanti, 2019).

Seorang ibu yang tidak menyusui bayinya bisa mengalami kondisi di mana ASI menumpuk, yang disebut bendungan ASI. Hasil penelitian Wicak dkk (2020) terdapat 57,14% ibu post partum yang mengalami bendungan ASI. Berdasarkan data dari Association of Southeast Asian Nations (ASEAN), Indonesia memiliki

angka tertinggi di Asia Tenggara untuk kasus ibu yang mengalami bendungan ASI, yaitu sekitar 37,12% (Depkes RI, 2017).

Sebuah cara efektif untuk menyelesaikan masalah menyusui adalah dengan memberikan edukasi dan pelatihan perawatan payudara kepada ibu post partum yang melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD). Edukasi ini dapat dilakukan melalui penyuluhan yang disertai demonstrasi cara merawat payudara pasca melahirkan dengan benar. Dengan memberikan edukasi yang sistematis dan ilmiah, ibu postpartum dapat memahami cara merawat payudara yang tepat dan dapat menentukan keputusan yang sesuai untuk kesehatan mereka dan bayi mereka (Nur, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Soleha dkk menunjukkan bahwa perawatan payudara pada ibu postpartum memiliki hubungan positif dan signifikan dengan produksi ASI. Temuan ini mendukung teori yang menyatakan bahwa gerakan perawatan payudara dapat membantu memperlancar refleks pengeluaran ASI, sehingga produksi ASI menjadi lebih optimal. Oleh karena itu, merawat payudara dengan baik dapat menjadi salah satu poin utama dalam upaya meningkatkan produksi ASI pada ibu setelah melahirkan (Sholeha, Sucipto & Izah, 2019).

Pemerintah Indonesia berupaya meningkatkan program ASI Eksklusif sebagai bagian dari upaya mencapai Sustainable Development Goals (SDGs). ASI adalah sumber gizi terunggul untuk bayi berumur 0-2 tahun, yakni masa emas pertumbuhan dan perkembangan sang anak. Pada periode ini, otak bayi berkembang sangat pesat, sehingga penting bagi ibu untuk memastikan bayi mendapatkan nutrisi yang optimal. Meningkatkan cakupan pemberian ASI Eksklusif diharapkan mampu mencegah kelaparan dan malnutrisi, menurunkan angka kematian bayi, serta mendukung perkembangan mental dan kognitif si kecil (Malatuzzulfa, Meinawati, & Nufus, 2022).

Menurut data WHO tahun 2020, hanya sekitar 44% bayi berusia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020, sementara target yang ingin dicapai adalah 50%. Rendahnya angka pemberian ASI

eksklusif ini dapat berdampak negatif pada kualitas hidup dan potensi generasi masa depan. Pemberian ASI eksklusif yang memadai sangat diperlukan untuk mendukung perkembangan bayi secara optimal dan kesehatan jangka Panjang (Halim, 2021).

Data yang diambil dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, cakupan ASI eksklusif pada bayi berusia 2 tahun di Indonesia adalah sebesar 68,68% pada tahun 2019 dan meningkat menjadi 69,61% pada tahun 2022. Di Provinsi DKI Jakarta, persentase bayi yang menerima ASI eksklusif juga mengalami peningkatan, yaitu dari 68,08% menjadi 70,86% pada tahun 2020. Ini menunjukkan adanya kemajuan dalam pemberian ASI eksklusif di Indonesia, meskipun masih ada ruang untuk perbaikan.

Salah satu faktor yang menghambat keberhasilan pemberian ASI eksklusif adalah kurangnya kepercayaan diri ibu terhadap kemampuannya memproduksi ASI yang cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Ketika ibu merasa khawatir dan tidak percaya diri, hal ini dapat menghambat produksi ASI karena stres dan kecemasan dapat mengurangi pengeluaran hormon oksitosin, yang berperan penting dalam stimulasi produksi prolaktin—hormon yang bertanggung jawab untuk produksi ASI. Oleh karena itu, dukungan dan bantuan kepada ibu sangat penting untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dan memastikan produksi ASI yang optimal.

Menurut penelitian Rifa'in dan Wagiyo (2016), ada beberapa cara untuk menstimulasi pengeluaran ASI, seperti membuat ibu merasa tenang, melakukan kontak kulit dengan bayi, melihat foto bayi, menggunakan teknik hypnobreastfeeding, mengonsumsi minuman hangat, menghangatkan payudara, merangsang payudara, dan melakukan pijat payudara. Cara-cara ini dapat membantu meningkatkan produksi ASI dan membantu ibu dalam proses menyusui (Wahyuni E. S., Yanti, Ariani, Hutabarat, Purba, & Nurhamidah, 2021).

Di Indonesia, meskipun sebagian besar ibu pernah memberikan ASI kepada bayinya, namun penelitian IDAI (Yohmi dkk, 2015) mengemukakan hanya sekitar 49,8% yang memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan sesuai rekomendasi WHO. Rendahnya tingkat pemberian ASI eksklusif dapat membawa dampak besar terhadap kualitas kehidupan generasi mendatang dan juga memengaruhi perekonomian negara. Oleh sebab itu, diperlukan usaha untuk meningkatkan kesadaran dan edukasi mengenai pentingnya ASI eksklusif untuk kesehatan serta perkembangan bayi.

Beberapa penelitian mengemukakan bahwa terdapat faktor-faktor yang menjadi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Faktor-faktor tersebut diantaranya usia ibu, pengetahuan, budaya, dan dukungan keluarga. Selain itu, pendidikan ibu, pengetahuan tentang ASI eksklusif, dan sikap ibu sangat berperan penting dalam menciptakan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Oleh karena itu, untuk mendukung keberhasilan program ASI eksklusif, payudara perlu dipersiapkan dan dirawat sejak masa kehamilan agar dapat berfungsi secara optimal saat bayi lahir. Dengan demikian, ibu mampu memberikan ASI eksklusif yang berkualitas kepada bayinya.

Merawat payudara selama menyusui sangat penting untuk mencegah dan mengatasi potensi masalah payudara. Dengan perawatan yang baik, proses menyusui dapat menjadi lebih nyaman dan menyenangkan bagi ibu dan bayi. Perawatan payudara yang tepat dapat membantu mengurangi risiko masalah seperti payudara bengkak, puting lecet, atau infeksi, sehingga ibu dapat lebih menikmati pengalaman menyusui dan memberikan nutrisi terbaik untuk bayi mereka (Mufdlilah, 2017).

Selama kehamilan, banyak ibu mengalami ketidaknyamanan pada payudara, seperti nyeri, sensitivitas, pembengkakan, dan pembesaran payudara. Setelah melahirkan, ibu menyusui sering menghadapi masalah seperti puting lecet, payudara bengkak, mastitis atau abses payudara, kesulitan menemukan posisi menyusui yang nyaman, nyeri pada puting, penyumbatan saluran susu, dan infeksi payudara. Masalah-masalah ini dapat mempengaruhi kenyamanan dan keberhasilan proses menyusui.

Oleh karena itu, perawatan payudara yang tepat dan dukungan yang memadai sangat penting untuk membantu ibu mengatasi masalah-masalah tersebut (Mufdlilah, 2017).

Perawatan payudara, atau yang dikenal sebagai breast care, mempunyai tujuan untuk memelihara kesehatan payudara dan meningkatkan produksi ASI yang lancar dan melimpah (Dewi, Harapan and Ponorogo, 2017). Perawatan payudara (Breast Care) merupakan metode perawatan payudara yang dilakukan selama kehamilan atau masa nifas untuk mendukung produksi ASI, menjaga kebersihan payudara, dan memperbaiki bentuk puting susu yang mungkin terbalik atau datar. Puting susu demikian sebenarnya tidak menjadi kendala bagi ibu untuk menyusui secara efektif. Dengan mengetahui sejak awal, ibu memiliki kesempatan untuk memastikan puting susu lebih mudah digunakan saat menyusui. Selain itu, diperlukan kebersihan dan menjaga kebersihan pribadi sangatlah penting (Rustam, 2012).

Menjaga kesehatan payudara sangat penting, baik sebelum dan sesudah melahirkan. Perawatan ini sebaiknya dilakukan secara teratur, seperti saat mandi sehari dua kali, dan bisa lebih sering jika ada masalah dengan menyusui. Selama kehamilan, tubuh wanita mengalami berbagai perubahan alami, termasuk perubahan berat badan, perubahan pada kulit, dan perubahan pada payudara (Switaningtyas, Harianto and W, 2017).

Dalam jurnal penelitian oleh Nur Dwi Yulianti (2022), penelitian ini menggunakan metode purposive sampling dengan 36 sampel responden yang memenuhi kriteria inklusi. Informasi yang dikumpulkan kemudian dianalisis memakai uji statistik Chi-square dengan menggunakan program SPSS. Hasil analisis memperlihatkan bahwa nilai p-value adalah 0,007, yang lebih kecil dari alpha 0,05. Ini mengindikasikan bahwa perawatan payudara dan pijatan oksitosin efektif dalam meningkatkan kecukupan keluaran ASI pada ibu nifas di PMB Tangerang Selatan tahun 2022.

Upaya promosi kesehatan pada ibu nifas atau pasca persalinan meliputi beberapa aspek, yaitu preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif. Upaya preventif diutamakan untuk menghindari munculnya penyakit atau masalah kesehatan dengan melakukan kegiatan pencegahan dini. Dengan demikian, ibu nifas dapat terhindar dari komplikasi kesehatan dan mendapatkan perawatan yang optimal untuk dirinya dan bayinya (Agustini, 2019 : 93).

Sasaran utama upaya preventif adalah kelompok orang yang berisiko tinggi, dengan tujuan mencegah mereka menjadi sakit melalui pencegahan primer. Contoh kegiatan preventif dalam keperawatan maternitas mencakup imunisasi massal yang ditujukan kepada bayi, balita, dan ibu hamil. Selain itu, ada pemeriksaan kesehatan secara rutin yang bisa dilakukan di Posyandu, Puskesmas, ataupun melalui kunjungan ke rumah. Pemberian Vitamin A dan yodium juga dilakukan, baik di Posyandu, Puskesmas, maupun di rumah. Termasuk di dalamnya adalah pemeriksaan serta pemeliharaan kesehatan saat kehamilan, masa nifas, dan menyusui (Agustini, 2019 : 97). Contoh preventif pada ibu yang baru melahirkan, terdapat pemeriksaan fisik yang dilakukan setelah masa post partum. Pemeriksaan ini meliputi pemantauan tinggi fundus uteri (TFU), pengamatan terhadap lochea, serta evaluasi terhadap perdarahan dan bekas luka dari operasi sesar. Semua ini dilakukan di ruang perawatan inap.

Upaya promotif dalam promosi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat secara optimal. Sasaran utama upaya ini adalah kelompok orang sehat, dengan tujuan meningkatkan taraf kesehatan mereka dan mengurangi jumlah orang sakit. Contoh-contoh kegiatan promotif antara lain mencakup penyuluhan kesehatan kepada masyarakat, pengembangan program gizi, asuhan kesehatan bagi individu serta lingkungan, dorongan untuk berolahraga rutin, dan pemberian edukasi mengenai kesehatan seksual. Kegiatan-kegiatan ini dirancang untuk memberdayakan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan mereka sendiri. (Agustini, 2019 : 97).

Upaya kuratif adalah serangkaian tindakan pengobatan yang bertujuan untuk menyembuhkan penyakit, mengurangi penderitaan, dan menangani komplikasi atau kecacatan. Sasaran utama upaya ini adalah kelompok orang sakit, terutama mereka yang menderita penyakit kronis (Agustini, 2019 : 94). Contoh kegiatan kuratif meliputi perawatan pasien di rumah (home nursing) dan perawatan lanjutan setelah pasien keluar dari Puskesmas atau rumah sakit (Agustini, 2019 : 97).

Salah satu contoh peran perawat maternitas dalam upaya kuratif adalah menjalin kerja sama dengan dokter untuk memberikan perawatan analgetik, seperti penggunaan ketorolac dan tramadol, untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami pasien sesuai dengan diagnosis dan rencana asuhan keperawatan yang telah ditetapkan.

Upaya rehabilitatif bertujuan untuk mengembalikan pasien ke dalam masyarakat dan membantu mereka menjadi produktif kembali sesuai dengan kemampuan mereka. Contoh kegiatan rehabilitatif yang dapat dilakukan adalah memotivasi pasien untuk melakukan mobilisasi dini, seperti gerakan miring kanan dan kiri secara bertahap, untuk mempercepat proses penyembuhan dan pemulihan kondisi tubuh. Dengan demikian, pasien dapat kembali berfungsi secara optimal dan berintegrasi dengan masyarakat (Agustini, 2019 : 94).

Salah satu contoh peran perawat, dalam Upaya rehabilitatif adalah memandu pasien dalam melakukan mobilisasi dini secara bertahap, seperti miring kanan dan kiri, untuk mempercepat pemulihan kondisi tubuh. Perawat juga memberikan edukasi kepada pasien tentang mobilisasi pasca-persalinan, yang meliputi, 6 jam pertama: istirahat tirah baring dan mobilisasi ringan seperti menggerakkan lengan, ujung jari kaki, dan memutar pergelangan kaki, 6-10 jam: melakukan gerakan seperti menaikkan tumit, meregangkan otot betis, dan menekuk serta menggeser kaki dan setelah 24 jam: melatih diri untuk duduk dan kemudian berjalan. Tujuan dari mobilisasi dini ini adalah untuk mencegah komplikasi seperti trombosis dan emboli, serta mempercepat proses pemulihan pasien.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Asuhan Keperawatan pada Ibu Post Partum dengan fokus pada ketidakefektifan proses menyusui yang diatasi dengan tindakan pijat payudara. Penelitian ini akan dilakukan di Ruang Cempaka 1 RS Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan penulisan karya ilmiah ini untuk mengetahui asuhan keperawatan pada ibu post partum spontan dengan ketidakefektifan proses menyusui melalui tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mahasiswa mampu memahami konsep dasar penerapan asuhan keperawatan pada ibu post partum spontan/normal dengan ketidakefektifan proses menyusui melalui tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.
- b. Mahasiswa mampu melakukan pengkajian pada ibu post partum spontan/normal di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.
- c. Mahasiswa merumuskan diagnose keperawatan pada ibu post partum spontan/normal di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.
- d. Mahasiswa mampu membuat intervensi pada ibu post partum spontan/normal dengan ketidakefektifan proses menyusui melalui tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.
- e. Mahasiswa mampu melakukan implementasi pada ibu post partum spontan/normal dengan ketidakefektifan proses menyusui melalui tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.

- f. Mahasiswa mampu melakukan evaluasi pada ibu post partum spontan/normal dengan ketidakefektifan proses menyusui melalui tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.
- g. Mahasiswa mampu melakukan pendokumentasian pada ibu post partum spontan/normal dengan ketidakefektifan proses menyusui melalui tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.
- h. Mahasiswa mampu mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat pada ibu post partum spontan/normal dengan ketidakefektifan proses menyusui melalui tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.

C. Manfaat Penulisan

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk:

1. Bagi Klien

Dapat menambah wawasan ibu tentang ibu yang baru melahirkan secara normal terkait ketidakefektifan proses menyusui dengan memberikan pijatan payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambahkan referensi keperawatan bagi ibu post partum spontan/normal yang mengalami ketidakefektifan dalam proses menyusui dengan melakukan tindakan pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.

3. Bagi Institusi Keperawatan

Karya Tulis Ilmiah ini bisa menjadi sumber masukan, informasi, dan fasilitas bagi ibu yang baru melahirkan secara spontan atau normal yang mengalami ketidakefektifan dalam proses menyusui melalui metode pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokkes Polri.

4. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan bisa memperoleh pengetahuan dan pengalaman yang lebih dalam tentang ibu post partum spontan/normal yang mengalami ketidakefektifan dalam proses menyusui, dengan menerapkan tindakan berupa pijat payudara di Ruang Cempaka 1 Rs Bhayangkara Tk 1 Pusdokes Polri.