

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama periode postpartum, kondisi fisik ibu biasanya masih lemah dan belum cukup kuat untuk beraktivitas seperti biasa. Pada masa postpartum ibu dapat mengalami berbagai masalah kesehatan baik itu fisik ataupun psikologis. Masalah kesehatan fisik yang dapat dialami ibu diantaranya kelelahan, nyeri punggung, nyeri perineum, nyeri kepala, kesulitan menyusui, luka pasca operasi, sembelit, wasir, inkontinensia urin, gangguan tidur, hubungan seksual yang menyakitkan, dan kurangnya gairah seksual (Rahayuninhsih, *et al.*, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan Park dan Bang (2022), masalah kesehatan fisik yang paling umum dialami ibu postpartum yakni kelelahan. Kelelahan adalah kondisi umum yang berkelanjutan yang dialami ibu postpartum setelah melahirkan. Gejala kelelahan terjadi akibat penyesuaian fisik dan psikologis setelah melahirkan.

Kelelahan pasca melahirkan merupakan kelelahan yang dirasakan akibat adaptasi fisik dan psikologis pasca melahirkan. Gejala kelelahan terjadi sekitar 64% ibu di periode post partum. Dilaporkan bahwa 38,8% ibu merasakan kelelahan masing-masing pada 10 hari pertama setelah melahirkan, 27,1% merasakan kelelahan pada 1 bulan pasca melahirkan dan 11,4% merasakan kelelahan pada 3 bulan setelah melahirkan. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh kelelahan post partum pada periode post partum bersifat umum dan persisten. Gejala psikologis negatif misalnya, depresi, kecemasan dan stress, masalah tidur dan perilaku pengasuhan yang kurang efektif karena tingkat kelelahan berat pasca persalinan (Hendesron, *et al.*, 2019).

Ibu postpartum mengalami mudah lelah dapat menimbulkan perasaan kurang nyaman dan malas untuk menyusui bayinya yang akhirnya lebih memilih susu

formula karena lebih praktis. Kelelahan post partum juga dapat membuat produksi ASI menurun di bulan pertama postpartum. Selain itu kelelahan post partum juga dapat mempengaruhi kualitas hidup bagi ibu yang berdampak terjadinya baby blues bahkan depresi post partum (Waluyo, *et al.*, 2019).

Kelelahan pasca melahirkan terjadi akibat adaptasi ibu terhadap peran baru dan fungsi keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kelelahan yang tinggi pada ibu pasca melahirkan menyebabkan stress, perasaan tidak mampu, ketidakpuasan, mudah marah dan putus asa, serta gangguan komunikasi orang tua dan bayi (Shehta & Hassan, 2019).

Perilaku pengasuhan ibu kurang tercapai jika ibu mengalami kelelahan pasca persalinan lebih awal karena dukungan laktasi yang tidak memadai. Beberapa ibu baru memilih untuk menyusui, pemberian ASI eksklusif membutuhkan komitmen yang kuat yang dapat ditingkatkan dengan support system yang kuat. Praktik menyusui dapat terhambat jika seorang ibu mengalami kelelahan pasca persalinan. Meskipun relatif umum, kelelahan pasca persalinan kurang diteliti mengenai pengaruhnya terhadap tingkat pemberian ASI (Phillips, *et al.*, 2020).

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang sekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. ASI eksklusif adalah pemberian ASI tanpa makanan dan minuman tambahan lain pada bayi berumur nol sampai enam bulan. (Rahmawati & Ramadhan, 2019) ASI merupakan cairan untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya dalam melawan serangan penyakit. Keseimbangan zat-zat gizi dalam ASI berada pada tingkat terbaik dan ASI memiliki bentuk yang paling baik bagi tubuh bayi. ASI juga sangat kaya akan sari makanan yang mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf. Makanan untuk bayi yang dibuat menggunakan teknologi masa kini tidak mampu menandingi keunggulan dari ASI (Parwati & Thalib, 2022).

Tingkat pemberian ASI eksklusif terus menurun di sebagian besar negara meskipun rekomendasi yang terus menerus dari organisasi kesehatan dunia (WHO) tentang melakukan promosi praktik menyusui selama setidaknya enam bulan. Alasan untuk tingkat pemberian ASI rendah adalah pengetahuan terbatas yang dimiliki wanita tentang manfaat menyusui di enam bulan pertama dan adaptasi di periode postpartum (Khasawneh, *et al.*, 2020)..

Data *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menjelaskan bahwa hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara eksklusif selama 6 bulan pertama dari tahun 2007- 2014. Di asia tenggara capaian ASI eksklusif menunjukkan angka tidak banyak berbeda. Sebagai perbandingan, cakupan ASI eksklusif di India mencapai 46%, di Philipina 34%, di Vietnam 27% dan Myanmar 24%. Anak-anak yang mendapatkan ASI eksklusif empat belas kali lebih mungkin untuk bertahan hidup dalam enam bulan pertama kehidupan dibandingkan anak yang tidak disusui. Mulai menyusui pada hari pertama setelah lahir dapat mengurangi resiko kematian bayi baru lahir hingga 45% (Unicef, 2024).

Data di Indonesia, hanya 1 dari 2 bayi berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif, dan hanya sedikit lebih dari 5% anak yang masih mendapatkan ASI pada usia 23 bulan. Artinya, hampir setengah dari seluruh anak Indonesia tidak menerima gizi yang mereka butuhkan selama dua tahun pertama kehidupan. Lebih dari 40% bayi diperkenalkan terlalu dini kepada makanan pendamping ASI, yaitu sebelum mereka mencapai usia 6 bulan, dan makanan yang diberikan sering kali tidak memenuhi kebutuhan gizi bayi (Wijaya, 2024).

Survei di Indonesia melaporkan bahwa 38% ibu berhenti memberikan ASI karena kurangnya produksi ASI. ASI yang tidak lancar menjadikan ibu merasa cemas dan menghindar untuk menyusui dan berdampak pada kurangnya isapan bayi. Hal tersebut mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga produksi ASI semakin menurun, sehingga ibu

mengambil langkah berhenti menyusui dan mengganti dengan susu formula (UNICEF, 2024).

Motivasi menyusui adalah dorongan internal dan eksternal yang memengaruhi kemauan ibu untuk menyusui bayinya. Adapun faktor yang memengaruhi motivasi meliputi kondisi fisik (kelelahan, nyeri, kesehatan umum); dukungan keluarga dan tenaga kesehatan; pengetahuan dan keyakinan tentang manfaat ASI; emosional dan psikologis. Semakin tinggi tingkat motivasi, semakin besar kemungkinan ibu akan konsisten menyusui bayinya sesuai anjuran kesehatan (Oktafia & Deviana, 2021).

Rumah Sakit Angkatan Udara (RSAU) dr. Esnawan Antariksa merupakan rumah sakit rujukan yang memiliki pelayanan obstetri dan neonatal lengkap. Berdasarkan pengamatan awal atau laporan tenaga kesehatan, masih ditemukan ibu postpartum yang mengeluh cepat lelah dan kurang termotivasi untuk menyusui, terutama pada hari-hari pertama setelah melahirkan. Meskipun edukasi menyusui telah diberikan, kondisi fisik ibu yang kelelahan sering kali menjadi hambatan utama. Hingga saat ini, belum banyak penelitian yang meneliti hubungan antara kelelahan ibu postpartum dan motivasi pemberian ASI di RSAU dr. Esnawan Antariksa Jakarta.

Penelitian tentang motivasi menyusui telah banyak dilakukan, namun sebagian besar berfokus pada pengetahuan, dukungan suami, atau pendidikan ibu, bukan pada faktor kelelahan fisik pasca melahirkan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengetahui apakah kelelahan postpartum berhubungan dengan motivasi pemberian ASI, khususnya di lingkungan rumah sakit yang padat aktivitas seperti RSAU dr. Esnawan Antariksa.

Kesenjangan penelitian (*Research Gap*) tentang motivasi menyusui telah banyak dilakukan, namun sebagian besar berfokus pada pengetahuan, dukungan suami, atau pendidikan ibu, bukan pada faktor kelelahan fisik pasca melahirkan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengetahui apakah kelelahan post partum

berhubungan dengan motivasi pemberian ASI, khususnya di lingkungan rumah sakit yang padat aktivitas seperti RSAU dr. Esnawan Antariksa.

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara terhadap ibu post partum di RSAU dr. Esnawan antariksa didapatkan hasil bahwa ibu postpartum mengalami kelelahan mulai saat proses melahirkan hingga 1 bulan setelah melahirkan. Selain itu, ibu post partum juga mengatakan bahwa kelelahan yang dirasakan mengakibatkan motivasi pemberian ASI menurun bahkan suami menyarankan memberikan susu formula. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan kelelahan post partum dengan motivasi pemberian ASI.

1.2 Rumusan Masalah

Periode postpartum merupakan masa kritis dimana ibu menghadapi berbagai tantangan kesehatan, baik fisik maupun psikologis. Kelelahan menjadi masalah kesehatan fisik yang paling umum dialami, dengan prevalensi mencapai 64% pada ibu post-partum. Kondisi kelelahan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan ibu, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap praktik pemberian ASI. Ibu yang mengalami kelelahan cenderung merasa tidak nyaman dan kurang termotivasi untuk menyusui, bahkan memilih susu formula sebagai alternatif yang lebih praktis. Hal ini menjadi permasalahan serius mengingat cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih rendah, dimana hanya 1 dari 2 bayi berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif, dan 38% ibu berhenti memberikan ASI karena berbagai kendala termasuk kelelahan yang mempengaruhi produksi ASI.

Motivasi menyusui merupakan faktor kunci keberhasilan pemberian ASI, yang dipengaruhi oleh berbagai aspek termasuk kondisi fisik ibu. Namun, penelitian tentang hubungan antara kelelahan postpartum dengan motivasi pemberian ASI masih terbatas. Sebagian besar penelitian lebih berfokus pada pengetahuan, dukungan suami, atau pendidikan ibu. Di RSAU dr. Esnawan Antariksa Jakarta, berdasarkan pengamatan awal dan hasil studi pendahuluan melalui wawancara,

ditemukan bahwa ibu postpartum mengeluh mengalami kelelahan sejak proses melahirkan hingga 1 bulan setelah melahirkan, yang berdampak pada menurunnya motivasi pemberian ASI bahkan mendorong keluarga menyarankan pemberian susu formula. Meskipun edukasi menyusui telah diberikan, kondisi kelelahan fisik ibu tetap menjadi hambatan utama. Hingga saat ini, belum ada penelitian yang meneliti hubungan antara kelelahan ibu post-partum dengan motivasi pemberian ASI di rumah sakit tersebut.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, Adakah Hubungan kelelahan ibu post partum dengan motivasi pemberian ASI pada ibu post partum di RSAU dr. Esnawan Antariksa?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Teridentifikasi hubungan kelelahan ibu post partum dengan motivasi pemberian asi pada ibu postpartum RSAU dr. Esnawan Antariksa.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik responden meliputi usia, pendidikan, pekerjaan, paritas, jenis persalinan.
- b. Mengidentifikasi kelelahan ibu post partum dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu postpartum RSAU dr. Esnawan Antariksa.
- c. Mengidentifikasi motivasi ibu dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu postpartum RSAU dr. Esnawan Antariksa.
- d. Menganalisis hubungan kelelahan ibu post partum dengan motivasi dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu postpartum RSAU dr. Esnawan Antariksa.

1.4. Manfaat

1.4.1 Manfaat bagi Pelayanan Kesehatan

Memberikan informasi dan menambah wawasan bagi masyarakat tentang Hubungan kelelahan ibu postpartum dengan motivasi pemberian asi pada ibu post partum.

1.4.2 Manfaat Bagi Ilmu Keperawatan

Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan ilmu keperawatan sebagai bentuk karya ilmiah dalam bidang keperawatan maternitas, sehingga juga dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3 Manfaat bagi Profesi

Dengan adanya penelitian ini, penulis berharap agar profesi keperawatan dapat lebih termotivasi untuk menjalankan perannya termasuk mengedukasi masyarakat terutama ibu hamil guna berkontribusi dalam upaya memberikan motivasi pada ibu postpartum agar semangat dalam pemberian asi.

1.4.4 Manfaat bagi Peneliti

Menambah pemahaman peneliti tentang hubungan kelelahan ibu post partum dengan motivasi melakukan ASI eksklusif pada ibu postpartum.

1.4.5 Manfaat bagi Institusi/lokasi tempat penelitian

Hasil penelitian sebagai bahan informasi bagi petugas kesehatan dan digunakan oleh perawat sebagai model pengembangan asuhan keperawatan maternitas dalam mengoptimalkan pelayanan kesehatan ibu post partum dan dalam kaitannya dengan kelelahan ibu postpartum dengan motivasi perberian asi pada ibu postpartum di RSAU dr. Esnawan Antariksa Jakarta.