

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hypnobreastfeeding ialah metode alami yang memanfaatkan kekuatan bawah sadar untuk mendukung kelancaran proses menyusui. Untuk memaksimalkan produksi ASI agar dapat memenuhi kebutuhan bayi selama pertumbuhan dan perkembangan, teknik *hypnobreastfeeding* membantu meningkatkan kepercayaan diri dan relaksasi dengan menawarkan afirmasi atau rekomendasi yang konstruktif saat ibu berada dalam keadaan tenang atau fokus. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 memperlihatkan besarnya jumlah bayi yang mendapatkan pemberian ASI Eksklusif secara nasional adalah 55,5%, sedangkan pemerintah menetapkan target capaian nasional asi eksklusif yaitu 80%. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi aktual dan target yang dicapai. Capaian indikator di Provinsi Sumatera Utara masih belum sejalan dengan target nasional yang telah ditetapkan. (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Menurut laporan Dinas Kesehatan Sumatera Utara, pada tahun 2023 hanya 49,77% bayi yang memperoleh ASI eksklusif. Pada wilayah kota Medan cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 47,66%, cakupan data tersebut belum memenuhi target nasional pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan Sumatera Utara, 2023).

Keberhasilan proses menyusui tidak hanya ditentukan oleh faktor fisiologis, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu, termasuk tingkat kecemasan dan stres yang mungkin dialami selama masa menyusui. Tingginya tingkat kecemasan dapat menjadi hambatan psikologis yang menurunkan motivasi ibu untuk menyusui serta berdampak pada volume produksi ASI. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu ibu dalam mengatasi kendala tersebut adalah metode *hypnobreastfeeding*. (Maulina et al., 2023).

Teknik *hypnobreastfeeding* merupakan metode alami yang bertujuan untuk mendukung kelancaran produksi ASI. Pendekatan ini memanfaatkan terapi verbal

yang berisi afirmasi positif guna menumbuhkan ketenangan dan konsentrasi pada ibu. Dengan terciptanya kondisi psikologis yang lebih stabil, kecemasan dapat diminimalkan dan kepercayaan diri ibu meningkat, sehingga ibu menjadi lebih siap dan nyaman menjalani proses menyusui (Fitriasnani et al., 2024).

Hasil Penelitian Fitri, Gunawan dan Regina (2024) menunjukkan bahwa pengeluaran ASI pada ibu nifas primipara hari ke 7 setelah diberikan *hypnobreastfeeding* diperoleh rata-rata pengeluaran ASI 90 ml. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan rata-rata terjadi peningkatan pengeluaran asi sebanyak 30 ml.

Demikian juga penelitian Alifiani, Linda dan Lola (2024), hasil penelitian Terdapat peningkatan volume ASI yang signifikan antara 6 jam postpartum sebelum diberikan hypnobreastfeeding dan hari ke-7, intervensi yang diberikan berhasil meningkatkan rata-rata volume ASI, dari hanya 3,83 ml sebelum intervensi menjadi 92,98 ml sesudahnya. Selain itu, rentang volume ASI juga menunjukkan perubahan yang cukup besar, dari 1–6 ml sebelum intervensi menjadi 72–105 ml setelah intervensi hypnobreastfeeding.

Hasil survei yang dilakukan peneliti dari 20 ibu nifas ada 15 ibu yang memberikan susu formula, Mengacu pada Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 33 Tahun 2012, pemberian ASI eksklusif diwajibkan sebagai bagian dari kebijakan nasional dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Melalui uraian pada bagian latar belakang, penulis merasa terdorong untuk mengkaji lebih lanjut mengenai dampak penerapan teknik hypnobreastfeeding terhadap Pengeluaran ASI.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pelaksanaan *hypnobreastfeeding* terhadap peningkatan pengeluaran ASI pada ibu nifas di PMB Kurnia & klinik Tanjung.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji pengaruh penerapan teknik hypnobreastfeeding terhadap pengeluaran ASI yang oleh ibu nifas di PMB Kurnia dan Klinik Tanjung.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menilai jumlah ASI yang dikeluarkan oleh ibu nifas sebelum penerapan teknik hypnobreastfeeding.
- b. Menilai jumlah ASI yang dikeluarkan oleh ibu nifas setelah diberikan intervensi melalui metode hypnobreastfeeding.
- c. Mengkaji dampak penerapan teknik hypnobreastfeeding terhadap volume produksi ASI.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Mengembangkan pengetahuan dan wawasan dalam bidang pelayanan kebidanan, khususnya terkait asuhan pada ibu nifas secara komplementer dengan fokus terhadap proses laktasi.
- b. Menjadi sarana yang berguna untuk menerapkan pengetahuan dari penelitian tentang teknik *hypnobreastfeeding*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini bertujuan untuk memperluas pemahaman yang mendalam terkait pemanfaatan teknik hypnobreastfeeding sebagai salah satu intervensi yang potensial dalam meningkatkan produksi ASI. Hasil dari studi ini diharapkan dapat menjadi sumber rujukan bagi tenaga kesehatan, terutama bidan, dalam upaya memberikan dukungan maksimal kepada ibu yang sedang menyusui. Selain itu, implementasi teknik hypnobreastfeeding juga diharapkan dapat mendorong peningkatan kesadaran ibu mengenai pentingnya metode ini dalam mendukung kelancaran menyusui serta memperkuat hubungan emosional antara ibu dan bayi.