

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN IBU TERHADAP PEMBERIAN ASI

Lisa Monica¹, Agrina², Misrawati³

^{1,2,3}Fakultas Keperawatan Universitas Riau di Kota Pekanbaru
(Lisa.monica1998@gmail.com/082283548602)

Abstrak

Ibu postpartum melalui beberapa tahap, yaitu *taking in*, dimana ibu khawatir akan tubuhnya dan belum biasa merawat bayinya, sehingga terjadi kecemasan pada ibu, kemudian tahap *taking hold* dimana ibu tidak mampu bertanggung jawab untuk merawat anaknya, dan tahap terakhir adalah *letting go* dimana ibu sudah mengambil alih tanggung jawab untuk merawat bayinya dengan baik. mengetahui hubungan tingkat kecemasan ibu postpartum terhadap pemberian ASI. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Responden pada penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu sebanyak 85 responden. Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan kecemasan ibu postpartum dengan pemberian ASI, sebagian besar (58,5%) kategori usia normal (20-35 tahun), beragama islam (59,3%) sebagian ibu memiliki bayi berusia bayi 15-19 minggu (21,2%), ibu primipara (43,2%), jenis persalinan normal (52,5%), mayoritas pendidikan ibu SMA (44,1%), pekerjaan ibu terbanyak sebagai IRT (56,8%), jenis persalinan terakhir mayoritas normal (66,1%). Mayoritas Tingkat kecemasan ibu postpartum pada tingkat sedang (47,5%) dan sebanyak (27,1%) ibu memberikan ASI kepada bayinya. Berdasarkan hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kecemasan ibu postpartum dengan pemberian ASI di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki (p value= 0,018). Terdapat hubungan kecemasan ibu dengan pemberian ASI di Puskesmas Payung Sekaki.

Kata kunci: ASI, Ibu Menyusui, Kecemasan

Abstract

Postpartum mothers go through several stages, namely taking in, where the mother is worried about her body and is not used to caring for her baby, resulting in anxiety for the mother, then the taking hold stage where the mother is unable to be responsible for caring for her child, and the final stage is letting go where Mother has taken over the responsibility to take good care of her baby. to determine the relationship between the anxiety level of postpartum mothers and breastfeeding. Methods: This study uses a correlation descriptive design with a cross sectional approach. Respondents in this study used a purposive sampling technique, namely as many as 85 respondents. After conducting research on the relationship between postpartum maternal anxiety and breastfeeding, the majority (58.5%) of the normal age category (20-35 years), Muslim (59.3%) some mothers have babies aged 15-19 weeks (21.2%), primiparous (43.2%), normal type of delivery (52.5%), the majority of mothers with high school education (44.1%), most mothers work as housewives (56.8%), the last type of delivery was the majority normal (66.1%). The majority of anxiety levels for postpartum mothers are at a moderate level (47.5%) and as many as (27.1%) mothers breastfeed their babies. Based on the results of statistical tests, it can be concluded that there is a relationship between postpartum maternal anxiety and breastfeeding in the working area of the Payung Sekaki Health Center (p value = 0.018). There is a relationship between maternal anxiety and breastfeeding at the Payung Sekaki Health Center.

Key Words: breast milk, breastfeeding, Anxiety.

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terpenting bagi bayi karena jaringan dan organ tubuh bayi belum berkembang dan cukup berkembang untuk mencerna makanan. Kandungan ASI sendiri mempengaruhi banyaknya manfaat ASI yang mengandung berbagai nutrisi yang baik untuk bayi, seperti lemak, protein, antibodi dan masih banyak nutrisi lainnya (Puspita, 2016). oleh karena itu ASI memberikan dampak yang besar bagi perkembangan bayi. Sayangnya, sistem kekebalan tubuh, sehingga menyusui menjadi tugas penting bagi ibu hamil.

Meskipun ASI memiliki banyak manfaat, cakupan ASI masih rendah. WHO (2020) menyatakan bahwa cakupan persentase pemberian ASI di seluruh dunia sebesar 41%, dengan target 70% pada tahun 2030. Di Indonesia, 37,3% bayi dalam rentang usia nol hingga lima bulan dan 58,2% bayi baru lahir dilaporkan memulai menyusui dini dalam waktu kurang dari satu jam (Riskesdas, 2021).

Selain itu, enam provinsi tidak memenuhi target renstra tahun 2018; Misalnya, provinsi Riau adalah satu-satunya provinsi dengan cakupan pemberian ASI hanya 35,01 persen pada tahun 2018 (Profil Kesehatan Indonesia, 2020), dan kota Pekanbaru mencapai 65,27 persen pada tahun 2018 (Dinkes kota Pekanbaru, 2018). Angka

keberhasilan pemberian ASI masih rendah, dan tentunya diperlukan peningkatan untuk mencapai target tersebut.

Banyak faktor diantaranya perubahan sosial dan budaya, faktor psikologis dan faktor fisik ibu, peningkatan sistem reproduksi anak, faktor tenaga kesehatan, pola makan ibu, berat lahir anak, dan penggunaan alat kontrasepsi, dapat menyebabkan gagalnya proses menyusui. Perubahan budaya dan sosial dimana ibu bekerja atau memiliki Tugas lainnya adalah meniru teman atau tetangga dengan botol, berdampak kuat pada anak yang disusui.

Menyusui adalah kunci untuk menyusui. Pelepasan ASI di hari-hari pertama setelah melahirkan bisa bermasalah karena hormon oksitosin tidak merangsangnya. Selain itu, terjadi perubahan fisik dan psikis pada ibu hamil juga dapat mempengaruhi proses persalinan. Fakta menunjukkan bahwa kondisi psikologis memengaruhi cara kerja hormon oksitosin. Kesehatan mental ibu sebelum menyusui adalah komponen penting dari keberhasilan menyusui. Ibu yang mengalami stres, kecemasan, takut, dan ketidakbahagiaan sangat berpengaruh pada keberhasilan pemberian ASI (Purwanti, 2012).

Hormon oksitosin dilepaskan untuk mengeluarkan air susu yang diproduksi oleh payudara disebut produksi air susu. Seorang ibu menghasilkan susu selama

kehamilan dan segera setelah melahirkan. Menurut Prasetyono (2009), faktor psikologis mempengaruhi kelembutan menyusui karena emosi ibu dapat menghambat atau meningkatkan pelepasan oksitosin (Hardiani, 2017). Hipotalamus mengontrol hormon dan proses menyusui. Hormon ini mempengaruhi dua proses penting yaitu refleksi produksi ASI dan refleksi ejeksi (Badriah, 2011). Hipotalamus juga bekerja sesuai dengan instruksi otak dan mengikuti emosi ibu (Aprilia, 2011).

Bagi ibu, ringannya ASI memiliki efek menenangkan dan psikologis. Ketika ibu merasa cemas, khawatir, cemas, khawatir, sedih atau pikiran tidak nyaman, hal ini akan mempengaruhi ASI yang lembek (Riksani, 2012). Oleh karena itu, produksi susu akan berhasil. Ibu akan memompa ASI dengan baik jika kondisinya baik dan bahagia; Sebaliknya, jika ibu stres dan stres, produksi ASI akan terbatas (Qiftiyah, 2018). Ibu yang cemas mengeluarkan ASI lebih sedikit daripada ibu yang tidak cemas. Menurut hasil penelitian Sulastri (2016), terdapat hubungan antara stres ibu dengan menyusui setelah melahirkan. Kecemasan adalah masalah psikologis yang umum di kalangan ibu. Kecemasan adalah pengalaman yang mengganggu secara psikologis sebagai reaksi umum terhadap ketidakmampuan mengatasi masalah atau perasaan percaya. Tolong jelaskan keterampilan ahli fisiologi di bidang

keterampilan ahli fisiologi, fokus, identifikasi mereka sesuai dengan ide mereka, taruh keterampilan psikolog, fokus, fokus, dan fokus pada mereka (Diana, P., Marethi, I., & Expression, A.S., 2020).

Faktor yang menyebabkan kecemasan pada ibu pasca persalinan termasuk stres psikologis yang diperlukan oleh ibu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan atau situasi yang terjadi, usia ibu - ibu di bawah usia 20 tahun tidak memiliki kematangan fisik dan kondisi anak yang dikandungnya. Selain itu, penting bagi ibu untuk mendapatkan dukungan dari pasangan dan keluarganya.

Kecemasan lebih sering terjadi dibandingkan depresi. Hasilnya menunjukkan bahwa antara tahun 2012 dan 2013, Di Indonesia, hingga 373.000.000 ibu menderita gangguan kecemasan terkait menyusui, dimana 107.000.000 ibu atau 28,7% dari seluruh ibu adalah anak-anak. Tingkat ketakutan pada primipara adalah 83,4% di Bangladesh (29%), Hong Kong (54%) dan Pakistan (70%). Di antara ibu, 7% mengalami kecemasan berat, 71,5% kecemasan sedang, dan 21,5% kecemasan ringan (Depkes RI, 2016).

Penelitian Era Lestari (2017) menemukan bahwa ibu sering mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 13 (43,3%), berdasarkan tingkat kecemasan mereka. Di sisi lain, penelitian yang dilakukan oleh Ike Mardiaty, Agustin, dan

Septiyana (2018) melihat kecemasan ibu, khususnya ibu primipara yang mengalami masalah dengan proses laktasi mereka, menyebabkan ibu mengalami kecemasan.

Sosial demografi, biofisik, dan faktor psikologis adalah beberapa dari banyak faktor yang memengaruhi keberhasilan ibu menyusui. Faktor psikologis menjadi hal yang paling penting untuk dipertimbangkan dan banyak ibu yang berhenti menyusui karena mengalami masalah psikologis seperti kecemasan, depresi atau depresi saat menyusui. Banyak ibu menyusui yang khawatir bagaimana mereka bisa menyusui bayinya jika payudaranya bermasalah sehingga tidak bisa menyusui setelah melahirkan. Di lingkungan kerja puskesmas Payung Sekaki Pesisir, peneliti mewawancarai tujuh ibu untuk melakukan studi pendahuluan. Hasilnya menunjukkan bahwa dua dari tujuh ibu memberikan ASI kepada bayinya tanpa bantuan susu formula, dan dua dari tujuh ibu juga menambahkan susu formula karena mereka percaya bahwa Bayi memerlukan lebih banyak nutrisi daripada ASI saja.

Berdasarkan fenomena diatas, dapat dilihat bahwa banyaknya faktor kegagalan pemberian ASI salah satunya adalah faktor psikologi yaitu kecemasan terhadap pemberian ASI. berdasarkan penjelasan latar belakang dan kejadian, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu terhadap Pemberian ASI”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian deskriptif korelasi desain pendekatan cross sectional dan kolaboratif. Penelitian dilaksanakan kecamatan Payung Sekaki pada Februari 2019 sampai dengan bulan Juni 2023. Teknik pengambilan sampel yaitu Purposive sampling dimana seluruh populasi berjumlah 590 ibu menyusui menjadi 85 sampel ibu yang menyusui. Analisa bivariat pada penelitian ini digunakan untuk melihat hubungan tingkat kecemasan ibu terhadap pemberian ASI. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data chi-kuadrat digunakan. Penelitian ini menggabungkan nilai-p dan nilai- α . Jika nilai-p sama dengan nilai- α (0,05)

3. HASIL PENELITIAN

Analisa Bivariat

Tabel 1 Analisa Bivaria
Hubungan kecemasan ibu dengan
pemberian ASI di Puskesmas Payung
Sekaki

No	Kece masan	Pemberian ASI						<i>P</i> <i>value</i>
		ASI		ASI Cmpr		Tdk ASI		
		N	%	N	%	N	%	
1	Ringan	10	43,5	9	39,1	4	17,4	0,0
2	Sedang	16	41	13	33,3	10	25,6	18
3	Berat	6	16,1	3	13	14	60,9	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa Hasil uji statistik diperoleh hasil $p \text{ value} : 0,018 < \alpha : 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada hubungan kecemasan ibu dengan pemberian ASI di Puskesmas Payung Sekaki.

4. PEMBAHASAN

A. Analisis Bivariat

Berdasarkan penelitian, diketahui bahwa ada hubungan antara pusat perhatian ibu dan H_0 ditolak, karena hasil $p \text{ value} = 0,018 < 0,05$. untuk memberikan makanan bayi kepada Puskesmas Payung Sekaki.

Studi sebelumnya, Arfiah (2018) menemukan korelasi antara tingkat kecemasan dan kemampuan menyusui pada masa persalinan dengan $p \text{ value} = 0,002 < 0,05$; Mardjun et al. (2019) menemukan korelasi antara stres dan rasa produksi ASI dengan $p \text{ value} = 0,001 < 0,05$; dan Octaviani et al. (2022) menemukan korelasi antara kecemasan dan kenikmatan menyusui pada ibu. Seperti yang ditunjukkan oleh penelitian Kamariyah (2018), ada hubungan antara keinginan mental ibu dengan produksi ASI secara teratur. Dengan kondisi mental yang baik, ibu akan lebih termotivasi untuk

menyusui anaknya, meskipun mereka juga dapat bermain hormon. Karena produksi ASI dimulai langsung dari proses menyusui dan merangsang produksi ASI, andil dalam produksi ASI akan meningkat.

Assriyah et al. (2020) mengatakan kecemasan adalah gangguan emosi yang normal yang ditandai dengan rasa takut atau khawatir yang luar biasa. Faktor psikologis adalah penyebab utama gejala yang dilaporkan, tetapi faktor fisik mungkin juga berperan. Ketika seseorang tidak dapat mengatasi stres psikososial, mereka akan mengalami gangguan kecemasan. Menurut Kusumawati dkk. (2020), faktor yang memengaruhi kemungkinan keterlambatan persalinan hari pertama dan kedua adalah tingkat kecemasan yang dialami ibu selama proses persalinan dan setelah proses persalinan. Stres adalah hal biasa bagi ibu. Ini berkaitan dengan gerakan ibu, yang dibagi menjadi tiga kategori berbeda (mengambil, mengambil, dan meninggalkan), dan jika terjadi dalam jumlah besar, akan menjadi patologis.

Menurut Wulansari dkk. (2020), keadaan psikologis dan emosional ibu memengaruhi kelancaran pemberian ASI. Jika ibu

mengalami gejala seperti khawatir, gelisah, khawatir, tidak tenang, sedih, atau pikiran yang kuat, ini akan memengaruhi pemberian ASI, dan ibu yang khawatir lebih cenderung menyembunyikan ASI daripada ibu yang tidak khawatir. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa ASI alami mengalami dua proses: refleksi produksi susu dan refleksi pengolahan. Menurut Sumarni dan Ratnasari (2021). Hipotalamus mengendalikan perasaan ibu dan hormon otak, sehingga ibu yang cemas mengeluarkan ASI lebih sedikit daripada ibu yang tidak cemas (Martiana et al., 2021)..

Selain itu, kehamilan memulai proses psikologis ibu hamil. Selama kehamilan, ibu akan mengalami perubahan emosi yang memerlukan adaptasi. Stres atau kecemasan dapat menyebabkan peningkatan sekresi hormon adrenokortikal (ACTH) dari hipofisis anterior, yang pada gilirannya akan menyebabkan peningkatan produksi kortisol, yang menghambat produksi ASI (Sumarni & Ratnasari, 2021). Hall & Guyton, 2019. Ketika kortisol meningkat, efek umpan balik negatif dari kortisol terjadi pada hipotalamus yang mengurangi sintesis CRF dan pada hipofisis anterior yang

mengurangi sintesis ACTH. Oleh karena itu, ketika kortisol meningkat, respons ini secara otomatis akan menurunkan jumlah ACTH, sehingga nilainya kembali ke tingkat sebelumnya. Sekresi kortisol yang tinggi dapat menghentikan transfer dan sekresi hormon oksitosin, yang dapat mengganggu pasokan produk susu (kolostrum, susu modifikasi, dan susu matur).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang cemas seringkali cenderung kehilangan rasa percaya diri, khawatir, gelisah dan juga memiliki emosi negatif yang buruk yaitu rasa takut terhadap anaknya dan terhadap dirinya sendiri. Meskipun ibu harus didorong untuk menyusui, beberapa ibu mengalami stres yang mempengaruhi menyusui. Ibu menyusui perlu berpikir dan istirahat dengan baik agar tidak perlu khawatir, dan pada saat yang sama, kondisi mental ibu yang baik, kondisi mental yang baik dapat merangsang aktivitas hormon penghasil ASI.

Menurut penelitian dan pernyataan pendukung, peneliti percaya bahwa pemikiran negatif yang berlebihan selama wabah menyebabkan stres ibu. Saat menyusui, ibu harus berpikir positif, berusaha mencintai bayinya,

dan rileks. Produksi ASI akan meningkat ketika ibu berpikir jernih dan tenang, sedangkan ibu yang mengalami masalah psikologis, seperti stres, akan mempengaruhi produksi ASI., yang mempengaruhi ASI. produksi. akan menyebabkan berkurangnya suplai ASI dan menghambat keluarnya ASI.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan yang akan terjadi uji statistik chi square diperoleh hasil p value : $0,018 < \alpha : 0,05$ sebagai akibatnya, H_0 ditolak serta H_a diterima yaitu terdapat korelasi kecemasan bunda menggunakan hadiah ASI di Puskesmas Payung Sekaki.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memiliki beberapa saran untuk ditujukan kepada:

1. Bagi tenaga kesehatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan lebih meningkatkan upaya penyuluhan yang baik kepada

individu dan keluarga, khususnya ibu hamil untuk selalu berpikiran positif dan mencari informasi tentang kesehatan khususnya proses pemberian ASI sehingga tidak cemas.

2. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data dasar maupun bahan bacaan bagi ibu mengenai pentingnya pemberian ASI terhadap tumbuh kembang bayi.

3. Bagi penelitian berikutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan acuan atau data penunjang bagi peneliti berikutnya untuk meneliti faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu seperti nutrisi selama hamil.

6. REFERENSI

- Arfiah, A. (2018). Pengaruh Pemenuhan Nutrisi Dan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Primipara. *JURNAL KEBIDANAN*, 8(2), 134. <https://doi.org/10.33486/jk.v8i2.60>
- Assriyah, H., Indriasari, R., Hidayanti, H., Thaha, A. R., & Jafar, N. (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Psikologis, Dan Inisiasi Menyusui Dini Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Puskesmas Sudiang. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of*

Indonesian Community Nutrition, 9(1). <https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10156>

- Ayuningtyas, B. Y. O. (2023). Pengaruh Efikasi Diri Ibu Menyusui Dengan Pemberian Asi Eksklusif Di Rsu Aghisna Medika Kroya. *XIX(1)*, 124–135.

- Deafira, A., Wilar, R., & Kaunang., E. D. (2017). Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pemberian Asi pada Bayi yang Dirawat pada Beberapa Fasilitas Kesehatan di Kota Manado. *Jurnal E-Clinic (ECL)*, Vol 5(2). Diperoleh pada tanggal 20 Februari 2020. Dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/view/17024>

- Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. (2019). Profil kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2019. *Tidak dipublikasikan*.
- Emily de jager. (2013). *Psychosocial correlates of exclusive breastfeeding: a systematic review*. midwifery 29 506-518. Diperoleh pada tanggal 22 Februari 2020. Dari https://www.researchgate.net/publication/232704809_Psychosocial_correlates_of_exclusive_breastfeeding_A_Systematic_review
- Evin, N. S., Embun, N., & Sri, A. P. A. (2022). Jenis Persalinan dan Produksi Air Susu Ibu di Puskesmas Gunung Medan Evin Noviana Sari. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(5), 672–674.
- Fikawati, S., & Syafiq, A. (2010). Kajian implementasi dan kebijakan air susu ibu eksklusif dan inisiasi menyusui dini di Indonesia. *Makara Kesehatan*, 14(1), 17–24.
- Hana Rosiana Ulfah, & Farid Setyo Nugroho. (2020). Hubungan Usia, Pekerjaan Dan Pendidikan Ibu Dengan Pemberian Asi Eksklusif. *Intan Husada Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 9–18. <https://doi.org/10.52236/ih.v8i1.171>
- Kamariyah, N. (2018). Kondisi Psikologi Mempengaruhi Produksi Asi Ibu Menyusui Di Bps Aski Pakis Sido Kumpul Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 7(1). <https://doi.org/10.33086/jhs.v7i1.483>
- Kemenkes RI. (2018). *Menyusui Sebagai Dasar Kehidupan*. Diperoleh pada tanggal 20 Februari 2020. Dari <https://www.kemkes.go.id>
- Kemenkes RI. (2018). *Pedoman Pekan Asi Sedunia (PAS)*. Diperoleh pada tanggal 20 Februari 2020. Dari <https://www.kemkes.go.id>
- Kusumawati, P. D., Damayanti, F. O., Wahyuni, C., & Wahyuningsih, A. S. (2020). Analisa Tingkat Kecemasan Dengan Percepatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 101–109. <https://www.jqwh.org/index.php/JQH/article/view/69>
- Mardjun, Z., Korompis, G., & Rompas, S. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.229>