

Article

HUBUNGAN KECEMASAN TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POSTPARTUM DI DESA PANDANARUM LUMAJANG

Yurike Syamu Rafika¹, lit Ermawat², Yessy Nur Endah Sary³

¹ S-1 Kebidanan, STIKES Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

² STIKES Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

³ STIKES Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo

SUBMISSION TRACK

Received: July 26, 2023

Final Revision: August 06, 2023

Available Online: August 08, 2023

KEYWORDS

Anxiety, breastmilk expenditure, postpartum, mother

CORRESPONDENCE

Phone: 085336356553

E-mail: yurikesr123@gmail.com

ABSTRACT

Postpartum is the period after the birth of the baby and placenta and ends up to 6 weeks (42 days) which is marked by the cessation of bleeding. Unsmooth milk production is one of the factors that cause failure in exclusive breastfeeding. One of the triggers for breastfeeding in postpartum mothers is the anxiety they experience while breastfeeding. Meanwhile, optimal breastfeeding can increase the body's immunity and the baby's growth and development process. But not all mothers succeed in giving. The purpose of this study was to determine the correlation between anxiety and the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers in Pandanarum Village, Lumajang. This research design uses cross-sectional. The sampling technique in this study used a total sampling of 35 postpartum mothers in Pandanarum Lumajang Village. Respondent characteristic questionnaire and Parenting Stress Index Short Form. This research uses the Kruskal-Wallis test. The results showed that the majority of postpartum mothers experienced anxiety as many as 25 respondents (71.4%). the majority of mothers have fluency in breastfeeding as many as 25 respondents (71.4%). Based on the results of the study, there was a significant relationship between anxiety and the smoothness of breastfeeding in postpartum mothers in Pandanarum Lumajang Village, namely p-value 0.020. So it can be concluded that anxiety in breastfeeding mothers can affect breast milk expenditure.

I. INTRODUCTION

Postpartum adalah masa setelah kelahiran bayi dan plasenta serta berakhir sampai 6 minggu (42 hari) yang ditandai dengan berhentinya perdarahan (Rosyidah, 2019). Pada masa ini seorang ibu juga dituntut untuk memberikan Air Susu Ibu (ASI) kepada bayinya. Air Susu Ibu (ASI) adalah satu-atunya nutrisi yang didapat bayi dari usia 0 s.d 6 bulan sebelum mengenal makanan padat. Selain itu bayi juga mendapatkan nutrisi sekunder dari lemak

coklat yang berfungsi untuk mencegah hipotermi (Lidell, 2018). Sehingga sangat penting bagi Ibu untuk memberikan ASI kepada bayi. Pemberian ASI yang optimal dapat meningkatkan kekebalan tubuh dan proses tumbuh kembang bayi. Namun tidak semua ibu berhasil dalam pemberian ASI. Hal ini dapat disebabkan karena produksi ASI yang kurang, reflek pengeluaran ASI, dan kelangsungan serta kontinuitas kelangsungan ASI (Erniayati, 2020).

Proses pemberian ASI eksklusif pada bayi, ibu menyusui dihadapkan pada beberapa kendala. Salah satu kendala yang sering terjadi adalah kuantitas ASI yang dihasilkan oleh ibu menyusui kurang atau tidak mencukupi kebutuhan bayi. Produk ASI yang tidak lancar menjadi salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan dalam pemberian ASI secara eksklusif, 44 ibu post partum, sebanyak 44% berhenti menyusui sebelum bayi berusia 3 bulan karena ASI yang kurang, 31% karena masalah payudara, 25% merasa kelelahan (Kemenkes RI, 2017). Hal ini dapat disebabkan karena ibu mengalami kecemasan. Kecemasan adalah perasaan gelisah yang tak jelas akan ketidaknyamanan atau ketakutan yang disertai respon otonom, perasaan takut terhadap sesuatu mengatasi bahaya, termasuk terhadap rasa nyeri (Sugiyanto, 2020).

Prevalensi ASI Eksklusif di Indonesia berada pada kategori cukup dengan jumlah 71,58% (Badan Pusat Statistika, 2021). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia cakupan ASI eksklusif di Indonesia belum mencapai angka yang diharapkan yaitu sebesar 80% (Kemenkes RI, 2017). Sementara Jawa Timur termasuk provinsi ke-17 yang mendapatkan ASI eksklusif sebesar 69,61%. Sementara Kabupaten Lumajang dalam tingkat pemberian ASI eksklusif pada tahun 2020 relative sangat baik yaitu dengan angka 83,3%. Namun demikian, masih ada 16,7% bayi usia <6 bulan yang belum mendapatkan ASI eksklusif. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi Kabupaten Lumajang untuk menuntaskan target 100% dalam upaya pemberi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu post partum mengalami rasa cemas sebanyak 25 responden (71.4%) dengan pengeluaran ASI yang lancar sebanyak 25 responden (71.4%). Sementara penelitian yang dilakukan oleh Mardjun et al (2019) menunjukan bahwa dari 68 responden didapati sebagian responden mengalami kecemasan ringan berjumlah 24 responden (35,3%) dengan ASI lancar berjumlah 28 responden (41,2%), dan ASI kurang lancar berjumlah 40responden (58,8%).

Upaya agar ASI tetap lancar yaitu mulai dari motivasi ibu yang kuat untuk menghasilkan ASI. Salah satunya yaitu dukungan dari suami dan keluarga, karena

dukungan dari orang-orang terdekat dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI dan terhindar dari kecemasan sehingga terciptakan suasana yang nyaman di dalam keluarga dan ibu merasa rileks dan nyaman. Dengan demikian ASI akan terproduksi dengan lancar. Jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran ASI, sebaliknya jika ibu merasa cemas dan kecemasans akan menghambat kelancaran pengeluaran ASI (Qiftiyah, M, 2018).

Berdasarkan permasalahan diatas penulis bermaksud untuk meneliti hubungan kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum di Desa Pandanarum Lumajang..

II. METHODS

Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu postpartum di Desa Pandanarum Lumajang Tahun 2023 sebanyak 35 orang. Jumlah sampel sama dengan populasi dengan menggunakan teknik sampling total sampling yaitu 35 orang. Pengambilan data penelitian menggunakan kuesioner karakteristik responden dan *Parenting Stress Index Short Form*. Data Penelian ini dianalisis menggunakan uji *Kruskall Wallis*

III. RESULT

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu post partum mengalami rasa cemas sebanyak 25 responden (71.4%). mayoritas ibu memiliki kelancaran dalam pengeluaran ASI sebanyak 25 responden (71.4%). Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum di Desa Pandanarum Lumajang yaitu *p-value* 0,020.

Table 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum di Desa Pandanarum Lumajang bulan April-Mei 2023

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Prosentase (%)
Tidak Cemas	10	28.6
Cemas	25	71.4
Total	35	100

Table 2. Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu Postpartum di Desa Pandanarum Lumajang bulan April-Mei 2023

Kelancaran Pengeluaran ASI	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Lancar	10	28.6
Lancar	25	71.4
Total	40	100

Table 3. Hubungan Kecemasan Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Desa Pandanarum Lumajang

Tingkat Kecemasan	Kelancaran Pengeluaran ASI		<i>p-value</i>
	Tidak Lancar	Lancar	
Tidak Cemas	0 0%	10 100%	0.020
Cemas	10 40%	15 60%	
Total	10 28.5%	25 71.5%	

IV. DISCUSSION

1. Identifikasi Tingkat Kecemasan Ibu Post Partum di Desa Pandanarum Lumajang

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas ibu post partum mengalami rasa cemas sebanyak 25 responden (71.4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardjun et al (2019), terdapat 24 responden (35,3%) dengan tingkat kecemasan ringan. Kecemasan pada ibu post partum dapat menimbulkan berbagai masalah diantaranya depresi post partum yang mana kesehatan psikologi ibu akan terganggu (Amalia, 2016). Sehingga ibu post partum sebaiknya harus memiliki tingkat kecemasan yang rendah, agar kondisi kesehatan ibu membaik. Berdasarkan asumsi peneliti kecemasan pada ibu post partum sering terjadi sehingga perlu dilakukan dukungan dari anggota keluarga khususnya suami yang seharusnya selalu ada untuk istrinya.

2. Identifikasi Kelancaran Pengeluaran ASI Ibu Post Partum di Desa Pandanarum Lumajang

Hasil penelitian ini menunjukkan ibu memiliki lancar dalam pengeluaran ASI sebanyak 25 responden (71.4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardjun et al (2019), terdapat 28 responden (41,2%) dengan pengeluaran ASI yang lancar. Produksi ASI akan lancar, jika ibu merasa senang. Namun jika suasana hati ibu cemas produksi ASI akan terhambat (Qiftiyah, M, 2017). Disisi lain ibu yang malas untuk melakukan mobilisasi pada waktu post partum akan malas juga untuk menyusui bayinya sehingga produksi ASI akan terhambat (Amalia, 2016).

Berdasarkan asumsi dari peneliti, pemberian ASI harus lancar karena 6 bulan pertama bayi harus mendapatkan asupan ASI yang optimal untuk menunjang proses pertumbuhannya baik perkembangan kognitif maupun motoriknya.

3. Analisis Hubungan Kecemasan Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di Desa Pandanarum Kabupaten Lumajang

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum di Desa Pandanarum Lumajang yaitu *p-value* 0,020. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardjun et al (2019), terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kelancaran pengeluaran ASI di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado yaitu *p-value* $0,001 < \alpha = 0,05$.

Ibu menyusui harus berpikir positif dan rileks agar tidak mengalami kecemasan dan kondisi psikologis ibu menjadi baik, kondisi psikologis yang baik dapat memicu kerja hormon yang memproduksi ASI. Kecemasan yang terjadi pada ibu post partum karena terlalu memikirkan hal-hal negatif. Ibu post partum harus berfikir positif, berusaha untuk mencintai bayinya, dan rileks ketika menyusui. Ketika ibu berfikir positif dan tetap tenang akan memicu produksi ASI sehingga ASI bisa keluar dengan lancar, sebaliknya ibu yang kondisi psikologisnya terganggu seperti merasa cemas akan mempengaruhi produksi ASI sehingga produksi ASI bisa menurun dan menyebabkan ASI kurang lancar. Berdasarkan asumsi dari peneliti bahwa

seorang ibu menyusui harus selalu berfikir positif dan selalu senang agar produksi ASI semakin lancar.

V. CONCLUSION

Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di Desa Pandanarum Kabupaten Lumajang tahun 2023. Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah :

1. Penelitian ini menemukan bahwa mayoritas ibu post partum mengalami rasa cemas sebanyak 25 responden (71.4%).
2. Penelitian ini menemukan bahwa mayoritas ibu memiliki kelancaran dalam pengeluaran ASI sebanyak 25 responden (71.4%).
3. Ada hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum di Desa Pandanarum Lumajang yaitu *p-value* 0,020.

REFERENCES

- Amalia, R. (2016). Hubungan Stres Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Pasca Persalinan di RSIA.Yani Surabaya.
- Erniyati,S. (2020). Hypnolactation Meningkatkan Keberhasilan Laktasi dan Pemberian ASI Eksklusif . Pustaka rumah cinta.
- Hawari, R. P. (2011). Management Stress, Cemas dan Depresi. Jakarta : FK UI.
- Istighosah, N., & Nurtikasari, A. (2021). Pengaruh Stress Psikologi terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum. *Media Informasi Kesehatan*, 8(1), 1–10.
- Istighosah, N., & Sari, A. N. (2022). Pengaruh Paritas dengan Kejadian Stres Psikologis Ibu Menyusui Minggu Pertama Post Partum di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 48–55.
- Kamariyah, N. (2014). Kondisi Psikologis Mempengaruhi Produksi ASI Ibu Menyusui Di BPS Aski Pakis Sido Kumpul Surabaya
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia 2017 (Indonesia Health Profile 2017). 2017;1–184
- Mardjun, Z., G. Korompis., dan S. Rompas. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. e-journal Keperawatan (e-Kp). Vol (7). No (1)
- Nursalam. (2018). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (Edisi 4). Surabaya: Salimba Medika.
- Notoadmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Rahmi, J., Romlah, S. N., Ramadihina, A. R., & Sari, I. P. (2020). Pengaruh Perawatan Payudara Terhadap Kelancaran Asi Dan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas. *Edu Masda*, 4(1), 49–55
- Rosyidah, R. (2019). Buku Ajar Mata KuliahAsuhan Kebidanan Nlfas dan Menyusui. Sidoarjo: UMSIDA Press
- Qiftiyah, M. (2017). Studi Tingkat Kecemasan Ibu Post Partum Terhadap Kelancara ASI Pada Ibu Nifas Hari Ke-5 (Di BPM Asri Dan Polindres Permata Bunda Tuban).