



Article

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI ASI EKSKLUSIF DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGKALA KOTA MAKASSAR

Herty Haerani¹, Imran Pasha²

^{1,2}Prodi Pendidikan Profesi Ners, Universitas Megarezky, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: October 28, 2023

Final Revision: November 11, 2023

Available Online: November 13, 2023

KEYWORDS

Tingkat stres, ASI eksklusif, produksi ASI

CORRESPONDENCE

Phone: 08124111006

E-mail: hhaerani02@gmail.com

A B S T R A C T

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik dan sempurna untuk bayi, karena mengandung semua zat gizi sesuai kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Data dari *World Health Organization* tahun 2018 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru sekitar 38%. Tujuan : Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan tingkat stres dengan produksi ASI pada ibu menyusui ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas Bangkala Kota Makassar. Metode : Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang menggunakan desain korelasi dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari-Februari 2023 di puskesmas Bangkala Kota Makassar dengan sampel sebanyak 56. Hasil : Hasil uji mann whitney menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000, nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Artinya ada hubungan tingkat stres dengan produksi ASI. Kesimpulan : Tingkat stres pada ibu yang menyusui ASI eksklusif lebih banyak pada kategori stres sedang, produksi ASI pada ibu yang menyusui ASI eksklusif lebih banyak yang tidak cukup pemenuhan ASI untuk bayinya, dan ada hubungan tingkat stres dengan produksi ASI

I. INTRODUCTION

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik dan sempurna untuk bayi, karena mengandung semua zat gizi sesuai kebutuhan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi (Utami 2012). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh

bakteri dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI dapat mengurangi resiko kematian pada bayi. Pemberian ASI yang dianjurkan adalah, ASI eksklusif menyusui selama 6 bulan karena ASI saja dapat memenuhi 100% kebutuhan bayi dari 6-12 bulan. (Kemenkes RI, 2016). Data dari World Health Organization (WHO, 2018) masih menunjukkan rata-rata angka pemberian

ASI eksklusif di dunia baru sekitar 38%. Di Indonesia meskipun jumlah ibu yang menyusui tergolong besar 96%, tetapi hanya 42% dari bayi yang usia dibawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif. Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masih jauh dari target. Berdasarkan data yang dikumpulkan (*Infant-Young-Child Feeding*), saat ini usaha meningkatkan penggunaan ASI telah menjadi tujuan global. Setiap tahun pada tanggal 1-6 Agustus adalah pekan ASI se-dunia. Namun ternyata, capaian ASI eksklusif di Indonesia belum mencapai angka yang diharapkan. (Prawiroho, 2008).

Cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan di provinsi Sulawesi Selatan sebanyak 56,025 % dari jumlah ibu yang menyusui bayinya. Adapun presentase cakupan pemberian ASI eksklusif tahun 2020 di wilayah puskesmas se-kota Makassar tahun 2021 sebesar 36,8%. Angka ini masih dibawah target Program Pembangunan Nasional dan Strategi Nasional. Adapun keberhasilan pemberian ASI berhubungan dengan kelancaran produksi ASI. (Profil Kesehatan Sulawesi Selatan, 2021).

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala bagian poliklinik KIA didapatkan bayi berumur 0-6 bulan yang mendapatkan ASI secara eksklusif berjumlah 20 bayi (12%) dan bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif berjumlah 145 bayi (87%) dari total keseluruhan 165 bayi.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian

mengenai “Hubungan Tingkat Stres Dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkala Kota Makassar”.

II. METHODS

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, yaitu jenis penelitian yang spesifikasinya tersusun secara terencana, sistematis, serta terstruktur dengan jelas mulai dari awal sampai pembuatan desain penelitiannya. (Siyoto and Sodik 2015). Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menitikberatkan pada pengukuran dan analisis hubungan sebab-akibat antara bermacam macam variabel, bukan prosesnya, penyelidikan dipandang berada dalam kerangka bebas nilai (Ahyar et al. 2020).

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan antara variabel independen yaitu tingkat stres ibu menyusui dengan variabel dependen yaitu produksi ASI.

Populasi dalam penelitian ini di wilayah kerja Puskesmas Bangkala yang akan diteliti oleh peneliti yaitu populasi sebanyak 62 ibu, Sampel adalah bagian dari populasi yang dapat dijadikan sebagai subjek penelitian melalui sampling untuk sampel pada penelitian ini 56

III. RESULT

Hasil penelitian akan dijelaskan dalam bentuk tabel mencakup karakteristik responden dan distribusi frekuensi dibawah ini :

Karakteristi Responden	Jumlah	Persen (%)
Umur		
Remaja Akhir	26	46
Dewasa Awal	30	54
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	30	54
Pedagang	17	30
Wiraswasta	4	7
Guru	2	4
Perawat	3	5
Pendidikan		
Menengah	46	14,3
Tinggi	9	7,9
Usia Bayi (Bulan)		
1	11	20
2	9	16
3	9	16
4	7	13
5	4	7
6	16	29
Berat Badan (Kg)		
3,0-3,9	9	16
4,1-4,9	18	32
5,0-5,9	14	25
6,0-6,4	15	27
Bayi Mendapatkan Kolostrum		
Ya	52	93
Tidak	4	7
Paritas		
Primipara	38	68
Multipara	18	32
Riwayat Persalinan		
Normal	35	63
SC	21	38
Total	56	100

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Pekerjaan, Usia Bayi, Berat Badan Bayi, Bayi Yang Mendapatkan Kolostrum

Pada tabel 4.1 distribusi frekuensi responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, usia bayi, berat badan bayi, bayi mendapatkan kolostrum. Responden berdasarkan usia terbanyak berada pada kelompok dewasa awal yaitu 54 % dari 30 responden dan berdasarkan usia pada kelompok remaja akhir yaitu 46 % dari 24 responden. Lebih dari separuh responden berdasarkan pendidikan berada pada kategori pendidikan menengah yaitu 82 % yaitu 46 responden dari 56 responden yang di berikan kuesioner. Responden berdasarkan pekerjaan terbanyak adalah tidak bekerja sebanyak 30 responden dengan persentasi 54 % sedangkan yang paling sedikit adalah guru sebanyak 2 responden dengan persentasi 4 %. Responden berdasarkan usia bayi terbanyak adalah 6 bulan yaitu 29 % sebanyak 16 responden sedangkan yang paling sedikit adalah 5 bulan sebanyak 4 responden dengan persentasi 7 %. Berdasarkan berat badan bayi terbanyak berada pada kategori berat badan 4,1-4,9 kg yaitu 32 % dan yang terkecil berada pada kategori berat badan 3,0-3,9 kg, dan berdasarkan bayi mendapatkan kolostrum ya atau tidak sebagian besar responden berada pada kategori (Ya) yaitu 93 % sebanyak 52 responden. Jumlah tertinggi responden dari segi paritas dengan kategori primipara sebanyak 68 % yaitu 38 responden. Kemudian dilihat dari segi riwayat persalinan yang paling banyak pada kategori normal yaitu 63 % sebanyak 35 responden

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Ibu Menyusui

Tingkat Stres Ibu Menyusui	Frekuensi	Persen (%)
Ringan	12	21
Sedang	23	41
Berat	21	38
Total	56	100.0

Pada tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan tingkat stres ibu menyusui terbanyak berada pada tingkat stres sedang sebanyak 23 responden (41 %) sedangkan yang paling sedikit berada pada tingkat stres ringan sebanyak 12 responden (21 %).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Produksi ASI

Produksi ASI	Frekuensi	Persen (%)
Cukup	13	23
Tidak Cukup	43	77
Total	56	100.0

Pada tabel 4.3 Distribusi responden berdasarkan produksi ASI terbanyak berada pada kategori tidak cukup sebanyak 43 responden (77 %) sedangkan kategori cukup sebanyak 13 responden (23%).

Tabel 4. Analisa Hubungan Tingkat Stres Dengan Produksi ASI

Tingkat Stres	
Mann-WhitneyU	98,500
Wilcoxon W	189,500
Z	-,769
Asym.Sig (2 Tailed)	,000

Pada tabel 4.4 menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000, nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, maka

bisa disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan produksi ASI

IV. DISCUSSION

Hasil penelitian yang peneliti dilakukan di wilayah kerja puskesmas Bangkala berdasarkan tingkat stres ibu menyusui terbanyak berada pada tingkat stres sedang sebanyak 23 responden (41 %) sedangkan yang paling sedikit berada pada tingkat stres ringan sebanyak 12 responden (21 %). Dan berdasarkan produksi ASI terbanyak berada pada kategori tidak cukup sebanyak 43 responden (77 %) sedangkan kategori cukup sebanyak 13 responden (23 %). Pada hasil penelitian, menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan produksi ASI karena dari hasil analisis menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000, nilai tersebut lebih kecil dari 0,05.

Menurut Nasution (2007), secara fisiologis, situasi stres mengaktifasi hipotalamus yang mengendalikan dua sistem neuroendokrin, yaitu sistem simpatis dan sistem korteks adrenal Sistem saraf simpatis berespon terhadap impuls saraf dari hipotalamus dengan mengaktifasi berbagai organ dan otot polos. Kemudian sistem korteks adrenal menstimulasi pelepasan sekelompok hormon termasuk hormon seks, yaitu hormon oxytocyn, hormon endofrin, hormon adrenalin, dan hormon testosteron yang dibawa melalui aliran darah ditambah dengan aktivitas neural cabang simpatik dari sistem saraf otonomik sehingga berperan dalam respon fight or flight. Menurut Kristiyansari (dalam Hidayah, Himawan, dan Sholihah (2012)), setelah oksitosin dilepas dalam darah, akan mengacu otot-otot polos yang mengelilingi alveoli, duktus, dan sinus menuju puting susu. Refleks let-down dapat dirasakan sebagai sensasi kesemutan atau dapat juga ibu merasakan sensasi apapun. Tanda-tanda lain dari let-down refleks adalah tetesan pada payudara lain yang sedang dihisap oleh bayi. Refleks ini dipengaruhi oleh kejiwaan ibu. (Venancio

dan Almeida, 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari (Desideria, 2021) berdasarkan uji statistic didapatkan nilai yang signifikan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara stres psikologis dengan produksi ASI. Peneliti berpendapat bahwa stres memiliki hubungan yang kuat terhadap fungsi biologis tubuh, Ibu yang mengalami stres akan mengalami perubahan fungsi biologis, salah satunya adalah perubahan pada produksi ASI. Semakin tinggi tingkat stres maka akan semakin tidak lancar produksi ASI, sementara semakin rendah tingkat stres maka produksi ASI akan semakin lancar, ketika ibu mengalami stres maka hormon prolaktin ibu akan menurun sehingga produksi ASI akan terganggu. Peneliti juga berpendapat bahwa stres memiliki hubungan yang kuat terhadap fungsi biologis tubuh, Ibu yang mengalami stres akan mengalami perubahan fungsi biologis nya, salah satunya adalah perubahan pada produksi ASI. Semakin tinggi tingkat stres maka akan semakin tidak lancar produksi ASI nya, sementara semakin rendah tingkat stres nya maka produksi ASI akan semakin lancar, ketika ibu mengalami stres maka hormon prolaktin ibu akan menurun sehingga produksi ASI akan terganggu. Pendapat penulis bahwa dukungan suami dan petugas kesehatan sangat mempengaruhi kesuksesan ibu dalam memberikan ASI, keluarga harus bisa memahami kondisi ibu untuk membantu meringankan pekerjaan begitupun dengan suami agar memberikan semangat kepada istri juga membantu mengurus kebutuhan bayi seperti mengganti popok atau menenangkan bayi ketika menangis

banyak yang tidak cukup pemenuhan ASI untuk bayinya, dan ada hubungan tingkat stres dengan produksi ASI. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya dengan memperluas variabel-variabel lainnya.

V. CONCLUSION

Berdasarkan analisa diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa Tingkat stres pada ibu yang menyusui ASI eksklusif lebih banyak pada kategori stres sedang, produksi ASI pada ibu yang menyusui ASI eksklusif lebih

REFERENCES

- Ahyar, Hardani et al. 2020. *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*.
- Amalia, Rizki. 2018. —Hubungan Stres Dengan Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Pasca Persalinan Di Rsi A.Yani Surabaya. *Journal Of Health Sciences* 9(1): 12–16.
- Anggara, Try Yuli. 2017. —Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Usia 60-74 Tahun (Di Dusun Bandung Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang). *Doctoral dissertation, STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*: 19.
- Arif N. 2009. *Panduan Ibu Cerdas ASI Dan Tumbuh Kembang*. yogyakarta: media pressindo.
- Dharma, Kusuma Kelana. 2017. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. CV Trans Info Media.
- Donsu, tine doli jenita. 2017. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. 1st ed. yogyakarta: Pustakabarupress.
- Ginting, Desideria Yosepha, Layari Tarigan, Dwi Handayani, and Lasima Hotma Sitio. 2022. —The Relationship of Psychological Stress With Breast Milk Production to Breastfeeding Mothers Post Delivery in the Clinic Wulandari Medan in 2021. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* 4(2): 31–36.
- Haryono, R. 2014. *Manfaat ASI Untuk Buah Hati Anda*. yogyakarta: Gosyen Publisng.
- Hegar. 2008. *No Title Bedah ASI*. DKI Jakarta: EGC.
- Kartono, Kartini. 2001. *No Title Phatologi Sosial 1*. Bandung: Alumni.
- Keperawatan, Fakultas Ilmu, Universitas Indonesia Depok, and Jawa Barat. 2020.—*Jurnal Keperawatan* Vol.10 No.1, Januari 2020. *10(1): 9–17*.
- Nursalam. 2018. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2*.
- Risnaeni, Asih &. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Meyusui*. Jakarta Timur: CV Trans Info Media
- WHO. 2017. —No Title Air Susu Ibu. *11* ———. 2018. *No Title Global Breastfeeding Scorecard*. Geneva: World Health Organization.

BIOGRAPHY

First Author Herty Haerani adalah dosen Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Megarezky. Menyelesaikan sekolah Pendidikan Magister Kesehatan dengan konsentrasi Ilmu Kedokteran.

Second Author Imran Pashar adalah dosen Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Megarezky konsentrasi Keperawatan Medikal Bedah. Menyelesaikan sekolah Pendidikan Magister Keperawatan dengan konsentrasi Ilmu Keperawatan Medikal Bedah