

**PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KELANCARAN
PENGELUARAN ASI PADA IBU POSTPARTUM DI
WILAYAH KERJA UPT BLUD PUSKESMAS
GUNUNG SARI**

SKRIPSI



Disusun Oleh:
ANNISA
2020E1D008

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM
TAHUN 2024**

PENGARUH KECEMASAN TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA IBU POSPARTUM DI WILAYAH KERJA UPT BLUD PUSKESMAS GUNUNG SARI

Annisa¹, Rizkia Amilia², Indriyani Makmun³
Email : Nisaannis1304@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: ASI adalah sumber nutrisi terbaik bagi bayi yang mengandung zat kekebalan tubuh, serta memberikan perlindungan alami. Kecemasan yang dialami oleh ibu setelah melahirkan akan menghambat pengeluaran ASI. Kelancaran ASI dipengaruhi oleh faktor psikologis pada ibu, ketika seorang ibu mengalami depresi, cemas, dapat mempengaruhi kelancaran ASI. Ibu yang merasa cemas menghasilkan ASI lebih sedikit daripada ibu yang tidak cemas.

Tujuan : Untuk mengetahui Pengaruh Kecemasan Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari.

Metode: Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan pendekatan *analitik observasional*. Sampel penelitian ini ibu postpartum di wilayah UPT Puskesmas Gunung Sari yang berjumlah 38 orang.

Hasil: Frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan kategori tidak ada kecemasan sebanyak 30 responden (79%), kecemasan ringan sebanyak 8 responden (21%). Frekuensi pengeluaran ASI terdapat sebanyak 32 responden (84%) ASI lancar, 6 responden (16%) ASI tidak lancar. Hasil analisis bivariante menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* 0,026 lebih kecil dari nilai sig 0,05

Kesimpulan: Ada pengaruh kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari

Saran : Diharapkan petugas kesehatan terutama yang berada di UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari dapat menyarankan kepada ibu postpartum untuk menjaga kualitas ASInya

Kata Kunci : Pengeluaran ASI, Kecemasan, Ibu postpartum
Kepustakaan : 4 Buku, 17 Artikel, 19 Jurnal, 5 Skripsi
Jumlah Halaman : 69 Halaman, 6 Tabel, 15 Gambar, 7 Lampiran

¹ Mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram

² Dosen Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram

³ Dosen Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram

THE EFFECT OF ANXIETY ON THE SMOOTHNESS OF BREAST MILK PRODUCTION IN POSTPARTUM MOTHERS OF UPT BLUD HEALTH CENTRE INGUNUNG SARI

Annisa¹, Rizkia Amilia², Indriyani Makmun³
Email : Nisaannis1304@gmail.com

ABSTRACT

Background: Breast milk is the best source of nutrition for infants containing immune-boosting substances and providing natural protection. Anxiety experienced by mothers after childbirth can hinder breast milk production. The smoothness of breast milk production is influenced by psychological factors in mothers; when a mother experiences depression or anxiety, it can affect the smoothness of breast milk production. An anxious mother produces less breast milk than a non-anxious mother. **Objective:** To determine the Influence of Anxiety on the Smoothness of Breast Milk Production in Postpartum Mothers in the work area of UPT BLUD health centre in Gunung Sari. **Method:** This research design used a cross-sectional approach with observational analytical methods. The sample of this study was postpartum mothers in the UPT health centre Gunung Sari work area, totaling 38 people. **Results:** The frequency of respondents based on the level of anxiety was as follows: no anxiety category had 30 respondents (79%), mild anxiety had 8 respondents (21%). The frequency of breast milk production was as follows: 32 respondents (84%) had smooth breast milk production, 6 respondents (16%) had non-smooth breast milk production. Bivariate analysis using the chi-square test obtained a p-value of 0.026, which is smaller than the significance value of 0.05. **Conclusion:** There is an influence of anxiety on the smoothness of breast milk production in postpartum mothers in the work area of UPT BLUD health centre Gunung Sari. **Recommendations:** Health workers, especially those in UPT BLUD health centre Gunung Sari, are advised to recommend to postpartum mothers to maintain the quality of their breast milk.

Keywords : Breast Milk Production, Anxiety, Postpartum Mothers
References : 4 Books, 17 Articles, 19 Journals, 5 Theses
Number of Pages : 69 Pages, 6 Tables, 15 Figures, 7 Appendices

¹Student of the Midwifery Bachelor's Program, Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Mataram

²Lecturer of the Midwifery Bachelor's Program, Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Mataram

³Lecturer of the Midwifery Profession Education Program, Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Mataram

MENGESAHKAN
SALINAN FOTO COPY SESUAI ASLINYA
MATARAM



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecemasan adalah suatu respons emosional seseorang terhadap sesuatu di luar dirinya dan mekanisme pertahanannya terhadap masalah. Dalam hal ini, perasaan bingung, kecemasan tentang sesuatu yang akan terjadi tanpa alasan dialami dan dikomunikasikan antar individu dan dikaitkan dengan perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan. Kecemasan dan depresi pasca persalinan mempengaruhi seluruh perkembangan mental anak saat lahir (Fifi, 2020).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), dijelaskan bahwa pada tahun 2017, kecemasan merupakan penyebab utama kecacatan dan gangguan jiwa diperkirakan 3,6% dari gangguan kecemasan 4,4% dari populasi global menderita gangguan depresi. Dilaporkan bahwa kecemasan di Asia Tenggara sebesar 23%, Amerika sebesar 21%, Pasifik Barat sebesar 20%. Eropa sebesar 14% dan Afrika sebesar 10%. Ibu postpartum yang mengalami kecemasan ringan atau sedang setelah persalinan berkisar antara 30 sampai 10 per 1000 kelahiran hidup dan ibu post partum yang mengalami kecemasan berat setelah persalinan berkisar 200 per 1000 kelahiran hidup.

Berdasarkan *Postpartum Support International* (2016), ditemukan bahwa sekitar 10% ibu postpartum menderita kecemasan dan terkadang berkembang menjadi depresi dan 15% wanita mengalami depresi postpartum. Hal tersebut menjadi pertanda bagi tenaga medis untuk lebih waspada dan peduli terhadap kondisi emosi ibu setelah melahirkan.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, diketahui bahwa sebagian besar ibu nifas di Indonesia, yaitu 19,8% atau sekitar 14 juta jiwa, mengalami gangguan jiwa, termasuk depresi dan gangguan kecemasan. Kecemasan ibu dan masalah kesehatan mental lainnya yang terjadi setelah melahirkan. Di Indonesia, angka kejadian depresi pasca melahirkan tercatat sebesar 22,4%.

Berdasarkan data Profil dari Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2022, cakupan pemeriksaan kunjungan nifas (KF) total ibu setelah melahirkan sebesar 94,9%. Serta kabupaten Lombok Utara dengan 104,7% dan terendah Kota Mataram 75%. Sedangkan cakupan pemberian ASI Eksklusif sebanyak 85,4%. Capaian ASI Eksklusif antar kabupaten/kota, cakupan terendah terdapat di Kota Mataram sebesar 51,5% dan capaian tertinggi terdapat di Kabupaten Lombok Barat sebesar 94,8%.

Air Susu Ibu (ASI) adalah sumber nutrisi yang terbaik bagi bayi, yang mempunyai banyak manfaat untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi. ASI mengandung antibody (zat kekebalan tubuh) yang memberikan perlindungan alami bagi bayi. Peranan ibu dalam menyusui akan memberikan keberhasilan dalam pemberian ASI, dengan pengetahuan ibu yang baik, serta dukungan dari tenaga kesehatan dalam melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) agar dapat membantu ibu memberikan ASI Eksklusif 6 bulan dan menyusui bayinya hingga 2 tahun. (Umar, 2021).

Ibu menyusui mengalami kecemasan yang dapat menurunkan fungsi hormon endokrin, hormon oksitosin, dan prolaktin karena terus bekerja pada

kelenjar *hipofisis posterior*, serta dapat merangsang sel *alveolar* dan *miosit epitel* untuk mengeluarkan atau mengedarkan susu melalui saluran ke dalam mulut bayi (*refleks ejeksi*). Kecemasan yang dialami oleh ibu setelah melahirkan akan menghambat pengeluaran ASI. Kelancaran ASI dipengaruhi oleh faktor psikologis pada ibu, serta gangguan mental yang menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI. Ketika seorang ibu menderita tekanan mental, pikiran, depresi, khawatir, cemas, sedih dan tegang dapat mempengaruhi kelancaran ASI. Ibu yang merasa cemas menghasilkan ASI lebih sedikit daripada ibu yang tidak cemas. Kecemasan dimanifestasikan oleh perubahan fisiologis dan perilaku secara langsung. Pokok bahasannya berkaitan dengan proses adaptasi ibu pasca melahirkan, yang dapat dikategorikan menjadi tiga kelompok berbeda: *taking in, taking hold, dan letting go* (Melyana, 2022).

Banyak faktor yang telah diidentifikasi berpengaruh dalam perkembangan kecemasan, meliputi perubahan status peran, budaya sosial, stres, pendewasaan, pendidikan, peran orang tua, peran perkawinan, peran petugas kesehatan, status sosial ekonomi, dan tipe kepribadian. Apabila kekhawatiran pada ibu nifas terjadi secara berkepanjangan, maka akan menimbulkan dampak buruk. Ibu merasa tidak mampu merawat bayinya, tidak dapat menyusui karena perasaan tidak berdaya atau tidak mampu. Stuart and Sudden (Rohmana, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Mardjun (2019) menyelidiki dampak kecemasan terhadap proses laktasi pada ibu nifas yang mendapat perawatan

di RS Kasih Ibu Manado. Nilai -nilai yang diperoleh sebesar 0,001 menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan kecemasan terhadap kelancaran keluarnya ASI pada ibu nifas selama menjalani perawatan di Rumah Sakit Kasih Ibu Manado.

Efektivitas produksi ASI dapat dilihat melalui banyak indikator pada bayi menyusui. Indikator-indikator ini meliputi penampilan bayi yang merasa puas setelah menyusui, kemampuan bayi untuk tidur tanpa gangguan tanpa menangis, kesehatan bayi secara keseluruhan, dan rata-rata kenaikan berat badan setiap bulan sebesar 500 gram. Dalam konteks pemberian ASI, dianjurkan agar bayi disusui sebanyak 8-12 kali dalam kurun waktu 24 jam, dengan masing-masing payudara disusui dalam durasi 10 hingga 20 menit. Interval menyusui selanjutnya harus berkisar antara satu setengah hingga 2 jam. Keadaan ini bergantung pada kekuatan menghisap bayi, kecepatan menelan, dan tingkat kenyamanan bayi selama menyusui. Setelah mencapai kepenuhan, bayi akan melepaskan puting susu ibunya. Frekuensi pemberian ASI bergantung pada jumlah ASI yang diproduksi dan rasa lapar bayi. Menurut Kusumanna, 2021.

Keinginan yang kuat dari seorang ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya serta motivasi yang kuat dari suami dan keluarganya merupakan faktor kunci dalam menjaga kelancaran aliran ASI. Faktor-faktor ini mempunyai dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan fisik dan mental ibu, yang pada akhirnya mempengaruhi kemampuannya dalam memproduksi ASI. Selain itu, pemerintah juga telah memberdayakan bidan

untuk memberikan pelayanan kepada ibu menyusui dengan memfasilitasi atau memberikan bimbingan tentang Inisiasi Menyusui Dini dan menggalakkan Pemberian ASI Eksklusif. Izin ini diberikan melalui Program Pemerintah Republik Indonesia No. 33 Tahun 2012 dan Peraturan Menteri Kesehatan No. 28 Tahun 2017 tentang izin praktik bidan. (Kemenkes RI, 2017).

Data populasi jumlah ibu postpartum di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari dari bulan September-Oktober 2023, sebanyak 86 orang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan wawancara terhadap 10 responden pada tanggal 6 Juni-20 Juni 2023, didapatkan hasil bahwa dari 10 ibu postpartum, terdapat 7 responden yang mengalami ketidاكلancaran keluarnya ASI dikarenakan ibu merasakan cemas. Ibu mengatakan merasa sedih dan takut akan pikirannya sendiri dalam memberikan ASI yang cukup untuk bayinya. Sedangkan 3 responden lainnya mengatakan tidak mengalami kecemasan, sehingga ASI yang dikeluarkan lancar. Berdasarkan latar belakang diatas fenomena yang terjadi saat ini, kelancaran pengeluaran ASI seringkali disebabkan oleh faktor kecemasan. Sehingga berdasarkan masalah tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kecemasan Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah: “Apakah ada pengaruh kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran ASI

pada Ibu Pospartum di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada Ibu Pospartum.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik ibu postpartum di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari yang meliputi usia, pendidikan, pekerjaan dan paritas.
- b. Mengidentifikasi kecemasan pada ibu postpartum di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari.
- c. Mengidentifikasi pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari.
- d. Menganalisis pengaruh kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran ASI ibu postpartum di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini memberikan informasi tentang hubungan antara kecemasan dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat diharapkan memiliki manfaat bagi:

- a. Bagi ibu postpartum dan keluarga.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan keluarga dalam memberikan bantuan kepada ibu nifas, dengan tujuan untuk mengurangi kecemasan yang dialami individu tersebut.

b. Bagi Puskesmas

Sebagai salah satu bahan masukan bagi pihak puskesmas untuk dapat memberikan penyuluhan tentang ASI pada ibu postpartum.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Sumber daya ini dapat menjadi data mendasar dan referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai berbagai elemen yang mempengaruhi tingkat kecemasan dan proses laktasi pada ibu nifas..

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Kecemasan Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Pospartum.
2. Subyek dalam penelitian ini adalah ibu yang mengalami pengeluaran ASI tidak lancar pada ibu postpartum.
3. Penelitian ini dilakukan pada bulan September – Januari 2024, yang bertempat di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari Pada Tahun 2024.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian pengaruh kecemasan terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu pospartum

NO	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil Penelitian	Perbedaan Dengan Penelitian
1.	Faulia Mauluddina (2021)	Pengaruh kecemasan terhadap pengeluaran ASI pada ibu postpartum di klinik Citra Palembang	Metode penelitian yang digunakan dengan pendekatan analitik observasional dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> dengan uji <i>chi square</i> - Menggunakan teknik purposive sampling	Ada hubungan kecemasan dengan kelancaran ASI pada Ibu postpartum dengan (<i>p value</i> : 0,011 \leq 0,05)	Penelitian terdahulu menggunakan HARS untuk variable kecemasan sedangkan penelitian ini menggunakan kuesioner untuk pengambilan data Besarnya sampel penelitian terdahulu 35 org sedangkan penelitian ini sebanyak 36 org
2	Pri Hastuti, (2020)	Pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu menyusui di Rumah Sehat Bunda Athahira Bantul	Metode penelitian yang digunakan survey analitik dengan desain penelitian <i>crosssectional</i> dengan uji <i>chi square</i>	<i>Kecemasan pandemi Covid-19 berdampak signifikan terhadap produksi ASI ibu nifas</i> (<i>p value</i> : 0,00 < <i>a</i> : 0,05).	Penelitian terdahulu menggunakan kuesioner sedangkan penelitian ini menggunakan HARS untuk variable kecemasan Besarnya sampel penelitian terdahulu 30 org sedangkan penelitian ini sebanyak 35 org

3	Zulfikar mardjin (2019)	Hubungan kecemasan dengan kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum selama dirawat di Rumah sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado.	Metode <i>analitik</i> dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> dan uji analisis <i>fisher exact</i>	Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat kecemasan dan keberhasilan pengeluaran ASI pada ibu nifas, seperti yang ditunjukkan oleh nilai p sebesar 0,001 ($p < 0,05$).	Penelitian terdahulu menggunakan uji <i>fisher exact</i> sedangkan penelitian ini menggunakan uji <i>square chi square</i> Besar sampel penelitian terdahulu 68 org sedangkan penelitian ini sebanyak 35 org
4	Rusmawati (2020)	Pengaruh kecemasan pandemic covid 19 dengan pengeluaran ASI pada ibu postpartum di bidan praktek mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak	Metode penelitian analitik korelasi dengan Teknik simple random sampling menggunakan kuesioner HARS dan analisis menggunakan uji <i>chi square</i>	Ada hubungan kecemasan ibu menyusui dengan kelancaran ASI dengan nilai p value $0,000 < 0,05$.	Penelitian terdahulu menggunakan kuesioner sedangkan penelitian ini menggunakan HARS untuk variabel kecemasan besar sampel penelitian terdahulu 30 org sedangkan penelitian ini sebanyak 33 org

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar Ibu Postpartum di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari usia berisiko tinggi, usia (<20- >35) berjumlah 20 responden (53%); hampir setengahnya Ibu Postpartum berpendidikan perguruan tinggi S1 berjumlah 12 responden (32%); sebagian besar Ibu Postpartum memiliki pekerjaan sebagai IRT atau tidak bekerja berjumlah 26 responden (68%). dan hampir setengahnya Ibu Postpartum memiliki anak lebih dari tiga (Grandmultipara) berjumlah 17 responden (45%).
2. Sebagian besar ibu postpartum di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari berdasarkan tingkat kecemasan dengan kategori tidak ada kecemasan yang berjumlah 30 responden (79%).
3. Sebagian besar ibu postpartum di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Gunung Sari memiliki pengeluaran ASI cukup yang berjumlah 32 responden (84%).
4. Berdasarkan hasil analisis uji hipotesa dari kecemasan dengan kelancaran pengeluaran ASI menggunakan uji statistik *Chi - Square* (χ^2) dan diperoleh *p - Value* 0,026 ($p < \alpha$ (0,05) , artinya ada pengaruh antara kedua variabel kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan variabel independen kecemasan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diambil dalam penelitian, ada beberapa saran yang bisa disampaikan sebagai berikut:

1. Bagi Ibu Postpartum dan Keluarga

Diharapkan meningkatkan peran keluarga dalam memberikan dukungan kepada ibu pospartum agar mengurangi kecemasan yang dialami, sehingga ASI dapat optimal keluar dan tetap memberikan ASI eksklusif

2. Bagi Puskesmas

Diharapkan lebih meningkatkan upaya penyuluhan kepada masyarakat, individu dan keluarga, khususnya ibu hamil dan ibu postpartum agar selalu berpikiran positif dan mencari informasi tentang kesehatan khususnya tentang ASI, sehingga tidak mengalami kecemasan yang dapat berpengaruh pada pengeluaran ASI.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya mengadakan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu postpartum dengan metode, jumlah populasi, sampel dan luas lokasi penelitian yang berbeda.