



ANSIETAS SAAT HAMIL MENURUNKAN PRODUKSI ASI SAAT 24 JAM PERSALINAN

Made Bayu Oka Widiarta¹, Putu Sukma Megaputri²

¹ Program Studi Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha, Buleleng, Bali

² Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng, Bali

Article Information

Received: May, 2022

Revised: June, 2022

Available online: July, 2022

Keywords

Ansietas, Ibu Hamil, Produksi, ASI

Correspondence

Phone: (+62)81547371522

E-mail: megaputri_sukma@yahoo.com

ABSTRACT

Kecemasan ibu pada saat hamil mempengaruhi berbagai hal, apalagi saat ini didukung dengan kondisi pandemic covid-19. Banyak ibu yang selama kehamilannya jarang berkunjung ke bidan atau tenaga kesehatan lainnya untuk melakukan antenatal. Kecemasan selama proses kehamilan dapat mempengaruhi proses persalinan dan pada saat masa nifas. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui ansietas ibu hamil dengan produksi ASI saat 24 jam persalinan. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, sampel dari penelitian ini adalah ibu hamil yang akan bersalin di klinik anugerah sebanyak 50 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, instrument yang digunakan adalah kuesioner dengan menilai karakteristik responden dan tingkat kecemasan ibu selama hamil ini. Kemudian menggunakan lembar observasi untuk menilai produksi ASI ibu selama 24 jam persalinan. Setelah itu data dikumpulkan untuk dianalisis menggunakan *rank spearman*. Hasil penelitian ini menemukan bahwa ansietas yang tinggi selama hamil dapat menurunkan produksi ASI 24 jam persalinan (nilai $p : <0,001$, $r:0,431$). Simpulannya bahwa kecemasan selama kehamilan berhubungan dengan penurunan produksi ASI ibu saat 24 jam persalinan.

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) di Indonesia masih harus membutuhkan perhatian dari tenaga kesehatan khususnya bidan. Salah satu faktor yang mempengaruhi masalah kesehatan bayi adalah kurangnya pemberian ASI. World Health Organization (WHO) dan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) merekomendasikan sebaiknya anak hanya diberi ASI selama paling sedikit 6 bulan (Qiftiyah, 2018) Pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia pada bayi 0-6 bulan sudah mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, namun di beberapa daerah masih ada yang belum melampaui target pencapaian nasional yaitu 80 %, dan Provinsi Bali masuk dalam 3 daerah yang memiliki presentasi terendah yaitu 56,95 % setelah Papua dan Maluku (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Profil Kesehatan melaporkan bahwa proporsi pemberian ASI eksklusif di provinsi Bali adalah 73,8%, jumlah ini lebih rendah dari target Nasional, kemudian pemberian ASI eksklusif di kabupaten Buleleng dilaporkan hanya mencapai 70,4% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021). Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh beberapa factor seperti perilaku menyusui, psikologis ibu, fisiologis ibu baik langsung maupun tidak langsung. Perubahan peran dari wanita menjadi seorang ibu memunculkan berbagai macam reaksi. Kecemasan merupakan salah satu reaksi yang sering dirasakan oleh ibu bersalin saat segera setelah bersalin. Kecemasan ini berupa ketakutan akan produksi ASInya berkurang atau tidak dapat memenuhi permintaan bayinya. Kadar estrogen dan progesterone turun drastis, sehingga pengaruh prolactin yang tinggi menjadi penyebab sekresi ASI saat masa nifas (Purwoastuti & Elisabeth Walyani, 2017) Salah satu faktor yang mempengaruhi kegagalan dalam proses menyusui dapat disebabkan karena tidak keluarnya ASI. Kelancaran ASI sangat dipengaruhi oleh faktor psikologi (Kamariyah, 2014). Gangguan

psikologi pada ibu seperti cemas dan stress menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI, karena akan menghambat let down reflect. Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi kelancaran ASI. Terjadinya pandemi COVID-19 ini membuat ibu postpartum mengalami kecemasan, yang dapat berdampak pada pengeluaran ASI.

Hasil penelitian terdahulu menemukan bahwa kecemasan pada ibu selama hamil dan sampai bersalin akan mempengaruhi produksi ASInya (Aminah et al., 2022). Selain itu beberapa hasil penelitian juga menemukan hal yang sama bahwa selama usia reproduksi dan ibu sebagai ibu rumah tangga juga mengalami kecemasan walaupun hanya ringan dan ini juga berdampak pada keluarnya ASI ibu. Banyak Ibu yang cemas saat hari pertama dan kedua tidak mengeluarkan ASI yang menyebabkan ibu memberikan susu formula kepada bayinya (Mardjun et al., 2019). Pengeluaran ASI 24 jam pertama merupakan suatu hal yang krusial, jika ASI belum bisa keluar dalam waktu 24 jam pertama maka bayi akan kesulitan untuk mendapatkan makanan/minuman. Pengeluaran ASI pada ibu sangat berpengaruh dalam pemberian nutria bayi. Maka sangat penting memantau pengeluaran ASI ibu dalam waktu 24 jam pertama. Buleleng menjadi salah satu zona merah saat pandemic sehingga banyak ibu hamil yang melakukan persalinan di klinik. Salah satu klinik yang ada di Buleleng adalah Klinik Bersalin Anugerah Singaraja memiliki kurang lebih 35-40 pasien bersalin tiap bulannya. Hasil studi pendahuluan awal juga menemukan bahwa hampir 50% ibu bersalin belum mengalami pengeluaran ASI saat 24 jam pertama setelah bersalin. Adapun penanganan yang dilakukan di klinik augerah dengan ibu yang belum mengeluarkan ASInya adalah memberikan pijat oksitosin dan perawatan payudara. Dari masalah

diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Ansietas pada ibu hamil dengan Produksi ASI saat 24 jam Persalinan”.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain kuantitatif pendekatan yang diambil secara cross sectional. Sampel penelitian adalah ibu bersalin segera setelah persalinan sebanyak 50 responden. Kriteria inklusinya adalah ibu hamil yang akan memasuki proses persalinan di Klinik Anugerah, tidak ada komplikasi dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Sedangkan kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah Ibu bersalin dengan komplikasi dalam persalinan dan tidak bersedia menjadi responden. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner yang mengukur karakteristik ibu hamil meliputi usia, pendidikan, pekerjaan. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, kemudian dalam instrument juga ditanyakan mengenai kecemasan ibu saat kehamilan dalam situasi covid ini. Instrumen ini diberikan ketika ibu masuk ke klinik dan menanyakan disaat His mulai mereda. Kemudian dinilai produksi ASI ibu dalam 24 jam setelah bersalin sudah atau belum

keluar. Pengumpulan data penelitian dilakukan oleh peneliti dengan dibantu seorang asisten peneliti dimana sebelumnya sudah menggelar diskusi agar memiliki pemahaman yang sama tentang variabel yang ingin dicari. Kuesioner kecemasan yang digunakan adalah *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

Pengumpulan data dimulai dengan memberikan kuesioner melalui google form selanjutnya diobservasi pengeluaran ASI ibu 24 jam setelah melahirkan. Selanjutnya setelah pengumpulan data selesai dilakukan, data di analisis menggunakan software SPSS 17. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui proporsi dan distribusi dari masing-masing variabel. Kemudian dilakukan analisis bivariat untuk melihat hubungan kecemasan dengan produksi ASI ibu menggunakan analisis *rank spearman*. Penelitian ini sebelumnya sudah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik STIKes Buleleng.

HASIL

Sebanyak 50 orang responden masuk dalam kriteria inklusi dan masuk dalam penelitian. Karakteristik sampel penelitian dianalisis dengan univariat dan ditampilkan pada tabel 1 berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (n=50)	
	f	%
Usia		
≤ 19 tahun	1	2
20-35 tahun	47	94
≥ 35 tahun	2	4
Total	50	100
Pendidikan		
SMA	30	60
Perguruan Tinggi	20	40
Total	50	100
Pekerjaan		

IRT	28	56
Wiraswasta	6	12
PNS	5	10
Pegawai Swasta	11	22
Total	50	100
<hr/>		
Paritas		
Primigravida	25	50
Multigravida	24	48
Grandemultigravida	1	2
Total	50	100
<hr/>		
IMD		
Ya	50	100
Tidak	0	0
Total	50	100
<hr/>		
Pengeluaran ASI		
Ya	30	60
Tidak	20	40
Total	50	100
<hr/>		
Kecemasan		
Kecemasan Ringan	31	62
Kecemasan Sedang	17	34
Kecemasan Berat	2	4
Total	50	100

Pada tabel 1 terlihat bahwa distribusi karakteristik responden ibu sebagian mayoritas berada pada usia 20-35 tahun yaitu sebanyak 47 orang (94%). Pada karakteristik pendidikan sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA yaitu 30 orang (60%). Karakteristik pekerjaan, paritas serta IMD pada responden sebagian besar sebagai ibu rumah tangga, sebagian besar primigravida, serta mayoritas

melakukan IMD yaitu sebesar 28 orang (56%), 25 orang (50%), dan 50 orang (100%) secara berturut-turut. Dilihat dari karakteristik pengeluaran ASI didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden menunjukkan pengeluaran ASI sebanyak 30 orang (60%). Tingkat kecemasan responden didapatkan hasil bahwa mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu 31 orang (62%)

Tabel 2. Analisis Hubungan Tingkat Ansietas dengan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Klinik Anugrah

Variabel	Pengeluaran ASI
Tingkat Ansietas	r = -0,413 p < 0.001 n = 50

Pada tabel 2 didapatkan hasil bahwa ansietas memiliki hubungan yang signifikan

dengan pengeluaran ASI dengan bilai signifikansi yaitu $p < 0.001 < 0.05$ dengan nilai $r = -$

413 yang berarti bahwa H_0 ditolak yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat ansietas dengan produksi ASI pada ibu nifas. Hasil negatif memiliki makna bahwa ada hubungan berlawanan arah antara tingkat ansietas dengan pengeluaran ASI. Semakin tinggi tingkat ansietas maka akan menekan atau menurunkan pengeluaran ASI dan begitu sebaliknya. Hasil nilai $r = 413$ juga dapat disimpulkan bahwa tingkat ansietas memiliki hubungan dengan kategori sedang dengan pengeluaran ASI pada ibu nifas

PEMBAHASAN

Masa pandemi covid 19 memberikan dampak yang cukup luas tidak hanya pada aspek fisik tetapi juga kesehatan mental pada kelompok rentan khususnya pada ibu hamil. Respon awal yang dialami dari masa pandemic ini yaitu respon stress yang selanjutnya diikuti dengan ansietas atau kecemasan (Gozali & Widiarta, 2021). Pada ibu postpartum masa menyusui merupakan masa perubahan peran dari seorang ibu hamil menjadi seorang ibu yang harus mengasuh bayi. Kondisi ini menjadikan ibu harus memiliki kemampuan untuk melakukan adaptasi peran baru. Jika adaptasi ini gagal maka ini akan mempengaruhi ibu menuju kondisi ansietas postpartum (Fallon et al., 2016). Pada hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan ibu nifas berada pada kategori ringan yaitu 31 orang (62%). Pada kondisi ini peneliti melihat bahwa pada ibu nifas dalam penelitian mendapat pendampingan dari orang terdekat yaitu suami atau ibu kandung ibu hamil. Dengan adanya pendampingan ini memberikan efek ketenangan psikologis selama persalinan dan nifas dari ibu hamil. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukann oleh (Kartika et al., 2021) menunjukkan bahwa dukungan keluarga sebagai orang terdekat akan mengurangi

kecemasan ibu selama proses persalinan. Hal ini karena selain pemenuhan material selama persalinan, hadirnya dukungan keluarga lebih kepada dukungan kenyamanan psikologis untuk dapat melalui proses persalinan secara normal dimana ibu dan bayi dapat lahir sehat.

Hasil uji analisis bivariat antara tingkat kecemasan dengan pengeluaran ASI pada ibu nifas pada penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai $p < 0.05$ dengan nilai $r = -413$ yang menunjukkan korelasi tingkat sedang dengan arah korelasi antara kecemasan dengan pengeluaran ASI yang berbanding terbalik. Apabila tingkat kecemasan ibu nifas semakin tinggi maka akan menurunkan pengeluaran ASI dan begitu sebaliknya. Hasil ini penelitan ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Septianingrum et al., 2020) yang menemukan bahwa terdapat hubunga yang signifikan antara ansietad dengan produksi ASI di Puskesmas Jagir Surabaya. Dalam peneltiannya terhadap 67 orang ibu nifas didapatkan hasil kekuatan dalam tingkat sedang antara ansietas ibu nifas dengan produksi ASI yaitu nilai $r = -381$. Hasil kedua penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh penelitian yang dilakukan (Aminah et al., 2022) yang melakukan penelitian pada 34 ibu menyusui yang melakukan persalinan secara normal di RSUD Dr. H Soewondho Kendal. Pada hasil penelitiannya didapatkan hubungan yang signifikan anatar ansietas dengan produksi ASI ibu menyusui dimana nilai $p < 0.05$.

Pengeluaran ASI pada ibu menyusui dipengaruhi oleh beberapa faktorf seperti perilaku menyusui ibu, psikologis ibu menyusui, status nutrisi ibu menyusui, perawatan payudara dan frekuensi menyusui. Pada penelitian ini sebagian besar ibu masuk dalam kategori primigravida yaitu sebesar 25 orang (50%). Ibu yang memiliki pengalaman

persalinan lebih dari 1 kali maka akan mempermudah produksi ASI (Febriyanti & Dewi, 2022). Sehingga jika dihubungkan dengan hasil pada penelitian ini maka pengalaman sebagai primigravida akan mempengaruhi penurunan kemungkinan produksi ASI. Kondisi pandemic covid 19 menjadi stressor psikososial yang paling utama dari ibu menyusui. Hal ini karena mulai dari kekhawatiran terkait kondisi kesehatan selama hamil sampai dengan dengan persalinan. Kecemasan merupakan respon emosional terhadap penilaian subjektif individu dimana situasinya dipengaruhi oleh alam bawah sadar dan tidak diketahui penyebabnya. Perasaan cemas yang berkepanjangan dapat membuat ibu nifas tidak dapat berkonsentrasi dengan baik dan hilangnya rasa percaya diri. Gejala kecemasan pascapersalinan dapat dilihat dari lekas marah, kesulitan bersosialisasi dan berkomunikasi, stres, kurang tidur, jantung berdebar atau detak jantung cepat, sering buang air kecil, sakit perut atau diare, tangan berkeringat dan gemetar, kaki dan tangan kesemutan, kejang otot, sering pusing, dan pingsan (Febriyanti & Dewi, 2022). Kecemasan ini akan menimbulkan blockage reflex dan reflek ini akan disertai dengan induksi pengeluaran adrenalin serta berefek pada vaso-konstriksi pembuluh kapiler pada kelenjar payudara. Sebagai akibatnya oksitosin akan terlambat sampai pada myoepithelium. Refleks let-down yang tidak sempurna akan mengakibatkan penumpukan ASI di payudara yang ditandai dengan pembesaran payudara. Payudara yang membesar dapat menyebabkan abses, gagal menyusui, dan nyeri. Rasa nyeri juga akan menyebabkan stres pada ibu. Pola ini akan berulang karena kebanyakan ibu akan cemas akan rendahnya produksi ASInya sehingga siklus di atas akan berulang dan menghambat produksi ASI. Kecemasan umumnya muncul dari kurangnya informasi yang

diterima, pengertian, dan kekhawatiran ibu yang berlebihan tentang kondisinya (Aji, 2020). Kecemasan yang dialami ibu menyusui dapat mengurangi durasi menyusui. Kecemasan dimulai pada usia 2 minggu postpartum, dan akan berdampak pada pemberian ASI, sebagian besar ibu yang mengalami kecemasan akan memberikan tambahan susu formula pada bayi usia 2-6 bulan (Septianingrum et al., 2020).

Ansietas pada ibu menyusui tidak hanya terkait dengan gangguan emosional tetapi pada kondisi ini dipicu oleh kesalahan dalam pemahaman terhadap peran ibu menyusui. Perubahan peran sebagai seorang ibu menyusui memerlukan pemahaman fisiologi ibu menyusui sehingga dengan pemahaman yang baik maka ibu menyusui akan lebih nyaman dan tenang dalam periode menyusui. Kenyamanan dari pemahaman yang baik ini akan mengurangi kecemasan dari ibu menyusui (Febriyanti & Dewi, 2022).

KESIMPULAN

Kesimpulannya bahwa kecemasan selama kehamilan berhubungan dengan penurunan produksi ASI ibu saat 24 jam persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, D. . (2020). Relationship Between Maternal Anxiety Level and Ejection of Breast Milk in the First 24 Hours of Postpartum Period. *Advance in Health Science*, 33, 8–11.
- Aminah, S., Ardiyanti, Y., Listiana, E., & Haryanti, D. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Produksi ASI Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan di Ruang Mawar RSUD Dr.H Soewondho Kendal. *Jurnal Surya Muda*, 4(1).
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2020. In *Dinas Kesehatan Provinsi Bali*.
- Fallon, V., Groves, R., Halford, J. C. ., Bennett, K. ., & Harrold, J. . (2016).

- Postpartum Anxiety and Infant-Feeding Outcomes: A Systematic Review. In *Journal of Human Lactation*, 32(4), 740–758.
- Febriyanti, M. A., & Dewi, S. (2022). Analysis of the Anxiety About Covid-19 Pandemic with Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 10(1).
- Gozali, W., & Widiarta, M. B. O. (2021). Ansietas dan Prestasi Mahasiswa D3 Kebidanan Pada Program PKL di Masa Pandemi Covid 19. *Journal PPNI Jateng*, 599–610.
- Kamariyah, N. (2014). Kondisi Psikologis Mempengaruhi Produksi ASI Ibu Menyusui di BPS Aski Pakis Sido Kumpul Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(12), 29–36.
- Kartika, I., Suryani, I., & Claudya, T. . (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan. *Journal of Midwifery and Public Health*, 3(2), 47–52.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018.
- 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.v7i1.22901>
- Purwoastuti, E., & Elisabeth Walyani. (2017). *Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Qiftiyah, M. (2018). Studi Tingkat Kecemasan Ibu Post Partum Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Hari Ke-5 (Di BPM Asri Dan Polindes Permata BundaTuban). *LPPM AKES Rajekwesi Bojonegoro*, 8(2), 39–43.
- Septianingrum, Y., Hatmanti, N. ., & Fitriyani, A. (2020). Correlation Between Anxiety And Breast Milk Production Among Breastfeeding Mothers In Public Health Center Of Jagir, Surabaya. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 9(1), 50–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.36720/nhj.k.v9i1.151>