

## KECEMASAN PADA IBU POST PARTUM PRIMIPARA DENGAN GANGGUAN PROSES LAKTASI

Ike Mardiaty Agustin<sup>1</sup>, Septiyana<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>STIKES Muhammadiyah Gombong  
Email: [ikeagustin83@gmail.com](mailto:ikeagustin83@gmail.com)

### ABSTRAK

Persalinan adalah suatu kondisi fisiologis yang normal terjadi dalam kehidupan terutama bagi perempuan. Perubahan peran dan proses perawatan bayi baru lahir akan memicu timbulnya masalah psikologis. Kecemasan adalah salah satu masalah psikologis yang dirasakan oleh perempuan yang baru pertama melahirkan (Primipara). Kecemasan akan mempengaruhi proses laktasi (menyusui) bagi sebagian ibu primipara yang mengalami masalah psikologis. Tujuan studi kasus ini yaitu untuk memberikan gambaran studi kasus penerapan asuhan keperawatan pada ibu post partum primipara yang mengalami kecemasan. Metode ini menggunakan desain penelitian dekriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian dilakukan pada dua klien yang merupakan seorang ibu primipara dan mengalami kecemasan dalam proses laktasi di ruang nifas RSUD Dr. Soedirman. Hasil penelitian didapatkan penurunan tanda dan gejala kecemasan (klien 1 sebanyak 14.3% dan klien 2 sebanyak 12.5%). Terdapat perbedaan peningkatan kemampuan afektif, dengan peningkatan terbanyak pada klien 2 yaitu sebanyak 3 skor (60%) sedangkan klien 1 sebanyak 2 skor (40%). Studi kasus ini direkomendasikan untuk peningkatan asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami kecemasan dalam proses laktasi.

**Kata kunci :** Persalinan, Primipara, Kecemasan, Gangguan laktasi

### *ANXIETY IN PRIMIPHARA POSTPARTUM MOTHERS WITH LACTATION TROUBLE ON MATERNITY WARD*

#### **ABSTRACT**

*Labor or delivery is a normal physiological condition happens in life, especially to women. Changes in the role and process of newborn-baby care will lead to psychological problems. Anxiety is one of psychological problems that happens to primiphara mothers. Anxiety will affect the process of lactation (breastfeeding) for some primiphara mothers with psychological problems. This study is to provide an overview of a case study of nursing care for primiphara postpartum mothers who have problem with breastfeeding because of anxiety. This scientific paper is an analytical descriptive with a case study approach. The study was conducted on two primiphara mothers with anxiety in their breastfeeding. Data were obtained through interview, observation, and documentation. After having nursing care, there was a decrease in anxiety (patient 1: from 44.6% to be 30.3%, patient 2: from 32.1% to be 19.6 %). Besides, there is a difference in the increase of affective ability, with the highest increase patient 2 (60%) while patient 1 (40%). It is advisable for nurses to provide nursing care for primiphara postpartum mother with breastfeeding problem caused by anxiety.*

**Keywords:** Labor, primiphara, anxiety, lactation.

#### **PENDAHULUAN**

Persalinan dan melahirkan adalah suatu kondisi fisiologis yang normal terjadi dalam kehidupan. (Hung, 2005 dalam Enik 2015). Hal ini memiliki arti yang sangat besar dan memiliki kesan yang dalam bagi seorang wanita, terlebih bagi dia yang baru melahirkan untuk pertama kalinya. Ibu post partum akan mengalami periode emosional yang disebut *post partum blues*. Dimana mereka akan mengalami perubahan *mood*, merasa cemas, pusing serta

timbul perasaan sedih dan salah satu penyebabnya adalah kegiatan menyusui bayi (Bahiyatun,2009)

Ibu yang baru pertama kali menyusui dianggap belum berpengalaman dibandingkan dengan ibu yang sudah memiliki pengalaman menyusui sebelumnya. (Wulandari & Handayani,2011). Salah satu faktor ibu primipara mengalami permasalahan ini yaitu akibat dari keterbatasan pengetahuan yang

dimilikinya sehingga ibu primipara lebih banyak membutuhkan bantuan dari orang lain. Seorang ibu dituntut untuk bisa merawat dan menyusui bayinya dengan benar sehingga kebutuhan gizi si bayi dapat terpenuhi. Tuntutan seperti inilah yang dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan bagi ibu primipara ini. Hal ini didukung oleh pendapat Kruckman pada tahun (2009) yang mengatakan bahwa tuntutan menyusui bayi bagi seorang ibu akan dirasa berat sehingga dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan.

di Indonesia pada tahun (2012-2013) ini didapatkan hasil bahwa terdapat 373.000.000 orang ibu post partum yang mengalami gangguan proses laktasi akibat kecemasan sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Ibu primipara yang mengalami kecemasan tingkat berat mencapai 83,4% dan kecemasan sedang sebesar 16,6%, sedangkan pada ibu multipara didapatkan kecemasan tingkat berat 7%, kecemasan sedang 71,5%, dan cemas ringan 21,5% (Depkes RI, 2016). Prevalensi tingkat kecemasan ibu post partum primipara di Portugal (18,2%), Banglades (29%), Hongkong(54%), dan Pakistan sebesar (70%). Saat masa nifas dijumpai dua kejadian penting yaitu involusi uterus dan proses laktasi. Laktasi merupakan keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan ASI (Sukarni, 2013). Kolostrum yang diproduksi selama hari-hari pertama kelahiran dapat melindungi bayi dari penyakit. Kolostrum ini merupakan sistem imun pertama pada bayi. (Kristiyanasari,2012)

Berdasarkan penelitian Frilian E. M. Bentel, Rina Kundre dan Yolanda B. Bataha yang dilakukan di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado tahun (2015) yang lalu dengan hasil penelitian yang mengatakan bahwa tingkat kecemasan ibu primipara pada saat menyusui paling banyak mengalami cemas sedang. Tingkat kecemasan ibu multipara pada saat menyusui paling banyak dikarenakan mereka mengalami cemas ringan. Perbedaan tingkat kecemasan dalam proses menyusui antara ibu primipara dan multipara memiliki perbedaan yang signifikan. Yaitu ibu primipara 36,62% dan ibu dengan multipara 16,38%. Hasil dari tingkat kecemasan ibu postpartum primipara berdasarkan penelitian Ratna Sari Hardiani (2017) menunjukkan bahwa terdapat

61,3% ibu primipara yang mendapatkan tingkat kecemasan dengan rentang terendah dan tertinggi, antara 48,8% sampai 78%. Provinsi dengan cakupan tertinggi yaitu Jawa Timur, Jawa Tengah, dan Aceh. Sedangkan provinsi dengan cakupan terendah adalah Nusa Tenggara Barat, Bengkulu, dan Nusa Tenggara Timur (Profil Kesehatan Indonesia, 2010). Berdasarkan data yang didapat di RSUD Dr. Soedirman Kebumen selama tahun 2017 terdapat sekitar 375 orang ibu post partum primipara, yang mengalami gangguan proses laktasi akibat kecemasan sebanyak 115 orang (30,7%). Ibu primipara yang mengalami kecemasan tingkat berat mencapai 85,6% dan kecemasan sedang sebesar 19,7%.

Studi kasus ini dilaksanakan di Ruang Bersalin RSUD Dr. Soedirman Kebumen selama 2 bulan didapatkan data yang paling banyak mengalami gangguan produksi laktasi pada ibu primipara dengan cemas tingkat sedang yaitu sekitar 40,1% atau sebanyak 18 responden. *Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengurangi tingkat kecemasan sehingga bisa memperlancar produksi ASI. Salah satunya dengan hypnobirthing. Hypnobirthing merupakan kombinasi praktik hipnosis terhadap diri sendiri / autohypnosis (self Hypnosis) dengan panduan dari hypnotherapis untuk mencapai relaksasi mendalam.* Hasil penelitian Marlina, dkk pada tahun (2015) mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Andriyani yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan perubahan skor kecemasan yang bermakna antara skor kecemasan kelompok *hypnobirthing* dengan kelompok kontrol, di mana skor kecemasan kelompok *hypnobirthing* lebih rendah dibandingkan kelompok kcontrol. Perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan pada kelompok intervensi (yang akan dilakukan tindakan) dan kelompok kontrol di Puskesmas Pandanaran Tahun 2015 menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi adalah  $25,8 \pm 8,7$ , sedangkan pada kelompok kontrol adalah  $24,7 \pm 9,79$ .

Berdasarkan fenomena diatas ditemukan bahwa banyak kecemasan yang dialami ibu post partum khususnya primipara yang berakibat pada proses laktasi sehingga penulis tertarik untuk mengangkatnya studi kasus dalam bentuk judul Asuhan Keperawatan pada

Ibu Post Partum Primipara dengan gangguan proses laktasi Akibat Kecemasan di Ruang Rawat Nifas di RSUD Dr.Soedirman Kebumen. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada ibu post partum primipara.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Studi Kasus ini dilaksanakan selama 2 bulan mulai tanggal 25 Desember 2017 - 17 Februari 2018. Pada 2 subjek pasien post partum primipara yang mengalami kecemasan di RSUD Dr.Soedirman Kebumen dengan Kriteria inklusi yaitu pasien wanita rentan usia 20-40 tahun, pasien post partum primipara, pasien yang mengalami kecemasan gangguan produksi ASI. Proses studi kasus dengan memberikan asuhan keperawatan kecemasan dan pendampingan selama proses laktasi. Asuhan keperawatan diberikan dengan 3x pertemuan, dengan durasi pertemuan 15-30 menit setiap subyek. Evaluasi hasil pelaksanaan studi kasus ini menggunakan instrument berupa kuesioner tanda dan gejala kecemasan yaitu Hemilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A). Studi

kasus ini peneliti juga memperhatikan masalah etika yang merupakan masalah yang sangat penting mengingat keperawatan akan berhubungan langsung dengan manusia, maka peneliti akan menjamin hak asasi subyek studi kasus ini. Etika dalam studi kasus ini meliputi: justice (keadilan), beneficence (kebebasan), right of human (hak-hak pasien), dan inform concent (lembar persetujuan).

**HASIL**

Hasil dari studi kasus ini menunjukkan bahwa terdapat penurunan tanda gejala dan peningkatan kemampuan pada ibu post partum primipara setelah dilakukan tindakan asuhan keperawatan. Hasil studi kasus secara rinci dijelaskan dalam tabel 1. Berdasarkan Tabel 1 Hasil Pengkajian Tanda dan Gejala setelah diberikan Asuhan Keperawatan Ansietas menunjukkan bahwa Klien 1 mengalami penurunan tanda gejala sebesar 14.3%. Klien 2 mengalami penurunan sebesar 12.5%. Berdasarkan Tabel 2 Menunjukkan bahwa respon kemampuan klien setelah diberikan asuhan keperawatan diperoleh hasil kemampuan klien 1 meningkat sebesar 40% dan klien 2 meningkat sebesar 60%

Tabel 1.  
Tanda Gejala setelah diberikan Asuhan Keperawatan (n=2)

.Aspek Penilaian	Pre		Penuru nan	Post		Penuru nan
	Nama Klien			Nama Klien		
	Klien 1	Klien 1		Klien 2	Klien 2	
Perasaan Ansietas	3	2	1	3	2	1
Ketegangan	3	2	1	3	2	1
Ketakutan	3	2	1	3	2	1
Gangguan Tidur	2	2	0	1	1	0
Gangguan Kecerdasan	3	2	1			
Perasaan Depresi						
Gejala Somatik (Otot)						
Gejala Somatik (Sensorik)						
Gejala Kardiovaskuler						
Gejala Respiratori	2	1	1	2	1	1
Gejala Gastrointestinal	2	1	1	1	0	1
Gejala Urogenital						
Gejala Otonom	3	2	1	2	1	1
Tingkah Laku Pada saat Wawancara	4	3	1	3	2	1
Jumlah Tanda dan Gejala Ansietas (%)	25	17	8	18	11	7
	(44.6)	(30.3)	(14.3)	(32.1)	(19.6)	(12.5)

Tabel 2.  
Kemampuan Klien Setelah Diberikan Asuhan Keperawatan (n=2)

Kemampuan Klien	Pre	Post	Peningkatan	Pre	Post	Peningkatan
	Nama Klien			Nama Klien		
	Klien 1	Klien 1	%	Klien 2	Klien 2	%
Mampu melakukan teknik tarik nafas dalam	1	1	0	1	1	0
Mampu melakukan teknik distraksi relaksasi	0	1	1	0	1	1
Mampu melakukan teknik pengalihan (hipnosis 5 jari)	0	1	1	0	1	1
Mampu mengalihkan ansietas dengan mendengarkan music	0	0	0	0	1	1
Mampu melakukan kegiatan spiritual	1	1	0	1	1	0
Total (%)	2 (20)	4 (80)	2 (40)	2 (40)	5 (100)	3 (60)

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil pengkajian dengan klien 1 dan klien 2, ditemukan perbedaan tanda dan gejala pada klien yang mengalami gangguan proses laktasi, namun tetap memiliki beberapa persamaan yakni keduanya merasa khawatir terhadap ASI yang belum lancar, merasa gelisah dan bingung. Kedua klien juga mengalami stressor gangguan pola tidur.

Berdasarkan tanda dan gejala yang nampak pada klien 1 dan klien 2 ini dapat diangkat satu diagnosa keperawatan yang sama yaitu ansietas. Diagnosa ansietas dapat ditegakkan karena berdasarkan data mayor dan data minor yang telah mendukung ditegakkannya diagnose tersebut, hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Conley, 2006 (Widosari,2010) dimana terdapat beberapa tanda dan gejala seperti merasa khawatir, gelisah, bingung, dan juga mengalami gangguan pola tidur ini sesuai dengan teori tersebut.

Tindakan yang dibahas pada masalah ibu post partum primipara yang mengalami gangguan proses laktasi akibat kecemasan yaitu difokuskan pada cara mengatasi dan mengontrol kecemasan yang dialami klien dengan melakukan strategi pelaksanaan ansietas. Sebelum dilakukan tindakan klien terlihat gelisah, bingung, khawatir akan kesehatan bayinya. Klien mengalami gangguan pola tidur, payudara pegal, tampak mencemaskan hal-hal kecil yang seharusnya tidak dicemaskan. Pembicaraan liris, nafas cepat, mudah tersinggung juga dialami klien. Untuk itu dilakukan strategi pelaksanaan

ansietas dengan rasional untuk mengetahui tingkat kecemasan klien, dan memberikan kenyamanan pada pasien. Juga untuk menurunkan tingkat kecemasan pada klien dan pasien lebih rileks. Selain melakukan strategi pelaksanaan ansietas juga dilakukan tindakan keperawatan pendidikan kesehatan mengenai Nutrisi Bagi Ibu Post Partum, hasilnya klien dan keluarga mampu menjelaskan kembali pentingnya nutrisi bagi ibu post partum, apa saja makanan yang harus dikonsumsi dan harus dihindari oleh ibu post partum. Rasionalnya apabila kita melakukan pendidikan kesehatan pada klien maka dapat meningkatkan tingkat pengetahuan klien dan menurunkan tingkat kecemasan klien akan kebutuhan nutrisi. Hal ini dikarenakan apabila nanti klien sudah mampu menyusui bayinya maka sudah tersedia nutrisi yang cukup pada ASI ibu. Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Kruckman pada tahun (2009) dimana tuntutan menyusui bagi seorang ibu akan dirasa berat sehingga dapat menimbulkan gangguan psikologis seperti kecemasan. Ini tentunya akan sangat berpengaruh terutama pada ibu yang baru pertama melahirkan (primipara). Tindakan asuhan keperawatan yang dilakukan sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Marliana, Tjahjono Kuntjoro, dan Sri Wahyuni pada tahun 2015 di Puskesmas Pandanaran yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan perubahan skor yang bermakna antara skor kecemasan dengan hypnobrithing yang meliputi tarik nafas dalam, distraksi relaksasi dan hipnosis 5 jari dengan kelompok kontrol dimana skor kecemasan kelompok hypnobrithing lebih rendah dibandingkan kelompok control.

Hasil evaluasi tindakan yang telah dilakukan oleh penulis selama 4x7 jam pada Klien 1 dan Klien 2 mampu menurunkan tingkat ansietas pada masing-masing klien. Berdasarkan hasil evaluasi tanda dan gejala didapatkan penurunan tanda dan gejala pada klien 1 yaitu 8 skor (14.3%) dan penurunan pada klien 2 yaitu 7 skor (12.5%). Dan berdasarkan hasil evaluasi kemampuan didapatkan hasil peningkatan pada klien 1 yaitu 2 item (40%) dan pada klien 2 yaitu 3 item (60%). Klien 1 dan Klien 2 mampu melakukan teknik tarik nafas dalam, distraksi relaksasi, teknik pengalihan hypnosis 5 jari, dan melakukan kegiatan spiritual (istighfar). Terdapat perbedaan 1 item dimana klien 1 belum mampu melakukan teknik pengalihan dengan mendengarkan music dikarenakan klien 1 masih mengalami penurunan konsentrasi. Berbeda dengan klien 2, klien 2 mampu melakukan teknik pengalihan dengan mendengarkan musik dikarenakan klien 2 tidak mengalami penurunan konsentrasi dan klien 2 senang mendengarkan musik. Klien juga mampu menyebutkan pengertian nutrisi bagi ibu post partum, tujuan dari nutrisi, menu makan yang seharusnya dikonsumsi dan dihindari bagi ibu post partum, mampu menyebutkan contoh susunan menu makanan dan mampu menjelaskan tentang penambahan frekuensi makan.

Perbedaan perubahan antara tanda gejala dan tingkat kemampuan yang membuat klien 1 lebih mengalami kecemasan ini dikarenakan kurangnya dukungan keluarga terhadap klien 1, sehingga klien 1 merasa lebih tertekan terutama pada saat ia berada dalam situasi yang belum dilakukan sebelumnya. Terlebih klien 1 memiliki koping diri yang lebih rendah dibandingkan dengan klien 2. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Satria Adipo, (2014) yang mengatakan bahwa sebagian responden yang mengalami kecemasan berat adalah mereka yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarga. Maka dapat disimpulkan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan. Djoni Ransun dkk, (2013) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada mereka yang memiliki penyakit atau masalah.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Terjadi peningkatan kemampuan dalam mengontrol ansietas pada klien 1 yaitu klien mampu melakukan teknik distraksi relaksasi dan melakukan teknik pengalihan hypnosis 5 jari. Pada klien 2 terjadi peningkatan kemampuan klien dalam mengontrol cemas yaitu klien mampu melakukan teknik distraksi relaksasi, teknik pengalihan hypnosis 5 jari dan mendengarkan music, serta melakukan kegiatan spiritual.

### Saran

Berdasarkan hasil studi kasus ini diharapkan pihak rumah sakit dapat menerapkan pendekatan pada ibu post partum terutama ibu primipara yang mengalami kecemasan sehingga ibu merasa terbantu. Bagi perawat juga diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan agar dapat memberikan perawatan pada ibu post partum primipara yang mengalami gangguan kecemasan dengan adanya teknik pendekatan yang terapeutik. Selain itu diharapkan peneliti dapat lebih mengetahui bagaimana hubungan antara gangguan proses laktasi dengan tingkat kecemasan

## DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. <http://www.dpkes.go.id>; Diakses Agustus 2017; Pukul 15.00 WIB
- Djoni Ransun dkk, (2013). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif*. Yogyakarta: Media Baca
- Enik, (2015). *Konsep Kebidanan*. Jakarta; EGC
- Fitriyana, (2012). *Dahsyatnya ASI dan Laktasi*. Yogyakarta: Media Baca
- Handayani,A. (2010). *Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Primipara dan Multipara dalam Menghadapi Proses Persalinan di Klinik Bersalin Mariani dan Risna*. KTI Universitas Sumatra Utara
- Isaacs A. (2009). *Keperawatan Kesehatan Jiwa dan Psikiatrik*. Jakarta: EGC.

---

Kristiyanasari, (2012). *Masa Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo

Kruckman. (2010). *Depresi Postpartum*. Jakarta: EGC

Marliana, dkk. (2015). *Melahirkan Tanpa Sakit Dengan Metode Relaksasi Hypnobrithing*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer

Ratna Sari Hardiani, (2017). *Tingkat Kecemasan Orang Tua Dengan Anak Yang Akan Dioperasi*. Jakarta: EGC

Satria Adipo, dkk. (2014). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Yang Mengalami Kemoterapi Di Ruang Anyelir Rsud Arifin Achmad Provinsi Riau*. Yogyakarta: Media Baca

Sukarni, (2013). *Menghindari Depresi Post Partum (Baby Blues)*. Jakarta: EGC

Widodosari, (2010). *Hubungan Akupresur dengan Tingkat Nyeri dan Lama Persalinan Kala I pada ibu Primigravida*. Garut: Tesis

Wulandari, S. R. & Handayani, S. (2011). *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.