

## Hubungan Kecemasan Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Di PMB S Tahun 2024

Mela Karmelia

Program Studi Kebidanan, Universitas Indonesia Maju

Email: [karmeliamela22@gmail.com](mailto:karmeliamela22@gmail.com)

### Article History:

Received Jan 6<sup>th</sup>, 2025

Accepted Mar 9<sup>th</sup>, 2025

Published Mar 12<sup>th</sup>, 2025

### Abstrak

Setiap ibu nifas yang dirawat di PMB S mendapat asuhan baik fisik, psikologis dan sosial. Ibu nifas baik yang melahirkan dengan cara normal dilakukan pengkajian pada aspek psikologisnya. Hasil pengamatan dan wawancara saat studi pendahuluan yang penulis lakukan dengan menggunakan instrument *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang merupakan instrumen baku yang sudah digunakan di beberapa negara untuk menilai tentang tingkat kecemasan, ditemukan 7 dari 10 ibu nifas mengalami cemas dengan katagori cemas ringan 5 orang (71,4 %) dan katagori cemas sedang sebanyak 2 orang (28,6 %). Penulis juga melakukan observasi dan wawancara yang dilakukan terhadap ibu nifas, didapatkan data 4 orang (57,1%) ibu nifas yang mengalami cemas terjadi penurunan produksi ASI dengan indikator frekuensi BAK pada bayi kurang dari 4 kali dalam 24 jam pertama, bayi belum BAB dalam 24 jam pertama dan bayi tampak rewel seperti tidak puas menyusui. Tahun 2024 tercatat bahwa 70% bayi tidak mengalami masalah dalam BAB dalam 24 jam pertama kelahiran dan BAK lebih dari 4 kali sehari. Studi pendahuluan juga penulis lakukan di PMB S kepada ibu nifas yang melakukan kontrol pada hari ketujuh. Dilihat dari 10 orang ibu nifas yang melakukan kontrol baik dengan riwayat persalinan normal maupun caesar 70% diantaranya mengatakan cemas dan 30% tidak mengalami kecemasan, dan dari 70% persen ibu nifas yang mengalami kecemasan mengatakan produksi Air Susu-nya tidak lancar dengan indikator frekuensi BAK pada bayi kurang dari 6 kali dalam 24 jam pertama dan bayi tidak puas tidur. **Tujuan penelitian:** untuk mengetahui ada hubungan kecemasan pada ibu nifas terhadap produksi Air Susu Ibu di PMB S. **Metode:** desain penelitian ini menggunakan *cross sectional* dengan uji chi square untuk menentukan ada tidaknya hubungan antara kecemasan terhadap produksi ASI pada ibu nifas. **Hasil:** berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan terhadap pemberian ASI pada ibu nifas di PMB SU degan p value < 0,005. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan kecemasan terhadap pemberian ASI pada ibu nifas di PMB S tahun 2024.

**Kata Kunci :** Kecemasan, Ibu nifas, Produksi ASI

### Abstract

*Very postpartum mother treated at PMB S receives care in physical, psychological, and social aspects. Postpartum mothers who have given birth normally undergo an assessment of their psychological condition. Based on observations and interviews conducted during the preliminary study using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), a standardized instrument used in several countries to assess anxiety levels, it was found that 7 out of 10 postpartum mothers experienced anxiety. Among them, 5 mothers (71.4%) had mild anxiety, while 2 mothers (28.6%) experienced moderate anxiety. Observations and interviews with postpartum mothers also revealed that 4 mothers (57.1%) who experienced anxiety had a decrease in breast milk production. Indicators of this included the baby's urination frequency being less than four times within the first 24 hours, the baby not having a bowel movement within the first 24 hours, and the baby appearing fussy, as if unsatisfied after breastfeeding. In 2024, data recorded that 70% of babies did not experience issues with bowel movements within the first 24 hours after birth and urinated more than four times a day. A preliminary study*

---

*was also conducted at PMB S on postpartum mothers who attended a follow-up visit on the seventh day. Among 10 postpartum mothers who came for a check-up, whether they had a normal or cesarean delivery, 70% reported experiencing anxiety, while 30% did not. Additionally, among the 70% of postpartum mothers who experienced anxiety, many stated that their breast milk production was not smooth, as indicated by their babies urinating less than six times within the first 24 hours and showing signs of dissatisfaction while sleeping. **Research Objective:** To determine the relationship between postpartum mothers' anxiety and breast milk production at PMB S. **Method:** This study uses a cross-sectional design with the chi-square test to determine whether there is a relationship between anxiety and breast milk production in postpartum mothers. **Results:** The study results indicate a relationship between anxiety and breastfeeding in postpartum mothers at PMB S, with a  $p$ -value  $< 0.005$ . **Conclusion:** There is a significant relationship between anxiety and breastfeeding in postpartum mothers at PMB S in 2024.*

**Keywords:** Anxiety, Postpartum Mothers, Breast Milk Production.

---

## 1. PENDAHULUAN

Masa nifas (puerperium) merupakan masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil), dimana masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu (Sulistiyawati, 2012). Terjadi perubahan baik secara fisiologis maupun secara psikologis dan adaptasi sosial. Tidak semua ibu postpartum bisa melakukan adaptasi masa nifas dengan lancar. Ibu post partum bisa mengalami gangguan psikologis masa nifas. Salah satu gangguan psikologis yang dialami ibu post partum adalah kecemasan (Sumantri dkk, 2016).

Prevalensi tingkat kecemasan ibu post partum masih relatif tinggi dan bervariasi di setiap negara. Tercatat tingkat kecemasan ibu post partum di Portugal (18,2%), di Banglades (29%), di Hongkong (54%), dan di Pakistan sebesar (70%) (Agustin dan Septiyana, 2018). Data mengenai jumlah ibu post partum 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% (Kemenkes, 2016).

Kecemasan yang dialami oleh ibu post partum bisa berdampak kepada ibu dan bayinya. Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi kelancaran ASI. Produksi air susu ibu tidak lancar maka dapat menyebabkan terjadinya dehidrasi pada bayi dan juga memicu terjadinya kejadian hiperbilirubinemia pada bayi baru lahir. Ibu yang mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI (Riksani, 2012). Hal ini disebabkan karena saat proses menyusui terdapat proses pembentukan air susu (the milk production reflex) dan proses pengeluaran air susu (let down reflex) yang kedua proses tersebut dipengaruhi oleh hormon yang diatur oleh hypothalamus. Hypothalamus akan bekerja sesuai dengan perintah otak dan bekerja sesuai emosi ibu (Dewi, 2011). Menurut Febrina (2011) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum primipara.

Air Susu Ibu adalah makanan alami pertama yang sangat baik untuk bayi dan menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama, tidak ada cairan atau makanan lain yang diperlukan. Air Susu Ibu terus tersedia hingga setengah atau lebih dari kebutuhan gizi anak pada tahun pertama dan sampai tahun kedua kehidupan. Selain itu, Air Susu Ibu mengandung antibodi dari ibu yang membantu memerangi penyakit (Khrist dan Joseva,

2011). Pemberian Air Susu Ibu dapat mengurangi angka kematian bayi. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian di Ghana yang menunjukkan bahwa terdapat 22% kematian bayi baru lahir dapat dicegah dengan memberikan Air Susu Ibu pada satu jam pertama setelah kelahiran dan dilanjutkan pemberiannya sampai usia 6 bulan (Mardjun, 2019).

Air Susu Ibu sangat penting bagi bayi sehingga produksi Air Susu Ibu yang memadai pada ibu nifas harus pula terjaga dengan baik. Berbagai faktor yang bisa menghambat produksi Air Susu Ibu selama masa nifas harus dikaji secara mendetail oleh petugas kesehatan sehingga akan bisa diberikan intervensi dengan tepat. Penelitian Saraung (2017) tentang analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Ranotama menyimpulkan terdapat hubungan kecemasan pada ibu postpartum dengan produksi Air Susu Ibu.

Setiap ibu nifas yang dirawat di PMB SU mendapat asuhan baik fisik, psikologis dan sosial. Ibu nifas baik yang melahirkan dengan cara normal dilakukan pengkajian pada aspek psikologisnya. Hasil pengamatan dan wawancara saat studi pendahuluan yang penulis lakukan untuk menilai tingkat kecemasan, ditemukan 7 dari 10 ibu nifas mengalami cemas dengan katagori cemas ringan 5 orang (71,4 %) dan katagori cemas sedang sebanyak 2 orang (28,6 %). Penulis juga melakukan observasi dan wawancara yang dilakukan terhadap ibu nifas, didapatkan data 4 orang (57,1%) ibu nifas yang mengalami cemas terjadi penurunan produksi ASI dengan indikator frekuensi BAK pada bayi kurang dari 4 kali dalam 24 jam pertama, bayi belum BAB dalam 24 jam pertama dan bayi tampak rewel seperti tidak puas menyusui.

Tahun 2019 tercatat bahwa 70% bayi tidak mengalami masalah dalam BAB dalam 24 jam pertama kelahiran dan BAK lebih dari 4 kali sehari. Studi pendahuluan juga penulis lakukan di PMB Sri Utami kepada ibu nifas yang melakukan kontrol pada hari ketujuh. Dilihat dari 10 orang ibu nifas yang melakukan kontrol baik dengan riwayat persalinan normal maupun caesar 50% diantaranya mengatakan cemas dan 50% tidak mengalami kecemasan, dan dari 50% persen ibu nifas yang mengalami kecemasan mengatakan produksi Air Susu-nya tidak lancar dengan indikator frekuensi BAK pada bayi kurang dari 6 kali dalam 24 jam pertama dan bayi tidak puas tidur.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis ingin menggali lebih jauh apakah ada hubungan kecemasan dengan produksi Air Susu Ibu pada ibu nifas di PMB S.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan metode yang digunakan adalah metode analitik dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu pengumpulan data baik untuk variable risiko atau sebab (independent variabel) maupun variabel akibat (dependent variabel) dilakukan secara bersama-sama atau sekaligus (Notoatmojo, 2018).

Analisa data dilakukan dengan Analisa univariat ini digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, yakni melihat frekuensi kecemasan ibu nifas dan produksi ASI eksklusif. Analisa bivariat ini digunakan untuk menguji kecemasan yang terjadi pada ibu nifas sehingga mempengaruhi produksi ASI Eksklusif. Analisa bivariate yaitu analisa yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisa pada penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman, Korelasi Spearman merupakan alat uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif dua variabel bila datanya berskala ordinal (*ranking*) (Meo, 2015).

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

#### a. Analisis Univariat

##### 1) Karakteristik Responden

Karakteristik responden yang diamati dalam penelitian meliputi: umur dan pendidikan dalam pemberian ASI Eksklusif pada ibu nifas. Deskripsi responden tersebut disajikan sebagai berikut:

Deskripsi karakteristik berdasarkan umur disajikan pada tabel di bawah ini:

##### a) Umur

**Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Nifas di PMB S**

Umur	Frekuensi	Presentase (%)
<20 Tahun	4	14,3
21-30 Tahun	19	67,9
31-40 Tahun	5	17,9
>40 Tahun	0	0

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa responden dengan umur < 20 tahun sebanyak 4 responden (14,3%), umur 21-30 tahun sebanyak 19 responden (67,9%), dan umur 31-40 sebanyak 5 responden (17,9%).

##### b) Pendidikan

**Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Nifas di PMB S**

Umur	Frekuensi	Presentase (%)
SD	2	7,1
SMP	8	28,6
SMA	15	53,6
PT/ Akademik	3	10,7

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa responden dengan Pendidikan SD sebanyak 2 responden (7,1%), SMP sebanyak 8 responden (28,6%), SMA sebanyak 15 responden (53,6%) dan responden dengan lulusan perguruan tinggi (PT) 4 responden (10,7%).

## c) Kecemasan

**Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Kecemasan Ibu Nifas di PMB S**

Kecemasan	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	9	32,1
Sedang	17	60,7
Berat	2	7,1

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa responden dengan kecemasan ringan banyak 9 responden (32,1%), sedang sebanyak 17 responden (60,7%), dan berat sebanyak 2 responden (7,1%).

## d) Pemberian ASI Eksklusif

**Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pemberian ASI Eksklusif Ibu Nifas di PMB S**

Pemberian ASI Eksklusif	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	6	21,4
Cukup	8	28,6
Kurang	14	50,0

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 4 di atas menunjukkan bahwa responden dengan pemberian ASI Eksklusif kategori baik sebanyak 6 responden (21,4%), cukup sebanyak 8 responden (28,6%), dan kurang sebanyak 14 responden (50%).

## b. Analisis Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecemasan ibu nifas terhadap pemberian ASI Eksklusif di PMB SU dengan menggunakan Chi-Square.

**Tabel 5. Hasil Analisis Kecemasan dengan Pemberian ASI Eksklusif**

Kecemasan	Pemberian ASI Eksklusif			Jumlah
	Baik	Cukup	Kurang	
Ringan	6	1	2	9
Sedang	0	6	11	17
Berat	0	1	1	2
Total	6	8	14	28

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasakan kecemasan dengan kategori sedang. Pemberian ASI Eksklusif dengan kategori kurang sejumlah 14 responden, untuk kecemasan dalam kategori sedang sebanyak 17 responden.

**Tabel 6. Hasil Uji Chi Square Test**

	Value	df	Asym.Sig 2
Pearson Chi-Square	16.342	4	0,003

Sumber : Data Primer, 2024

Dari hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai p-value = 0,003. Hal ini berarti nilai p-value lebih kecil dari nilai  $\alpha$  ( $\alpha = 0,05$ ), maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu nilai statistik uji  $>$  nilai table. Angka korelasi pada hasil diatas bernilai positif menunjukkan bahwa ada hubungan kedua variable tersebut bersifat searah, yang artinya semakin tinggi nilai dalam kecemasan ibu nifas maka semakin kurang dalam pemberian ASI Eksklusif pada bayi, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kecemasan ibu nifas terhadap pemberian ASI Eksklusif di PMB S.

### 3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 28 responden yaitu seluruh ibu post partum yang berada di PMB S, menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami kecemasan berkategori sedang yaitu sebanyak 17 responden (60,7%) pemberian ASI kurang sebanyak 14 responden (50%). Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin ibu mengalami kecemasan maka semakin berkurang pemberian ASI pada bayi.

Hal ini sejalan dengan penelitian ratih (2021) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan kecemasan ibu dalam pemberian ASI pada bayi di masa pandemic Covid, dengan nilai p-value sebesar 0,27 dengan nilai keeratan hubungan yang rendah. Menurut stuart mengatakan banyak faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami kecemasan, faktor-faktor tersebut terdiri dari faktor interbal yang mana adanya ancaman integritas fisik seperti, penyakit trauma fisik dan pembedahan serta ancaman terhadap system diri, serta faktor eksternal seperti usia, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, tipe kepribadian, lingkungan dan situasi.

Kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan dapat berupa ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul akibat sesuatu yang mengecewakan serta ancaman terhadap keinginan pribadi. Kecemasan sebageian besar tergantung pada pengalaman hidup seseorang. Peristiwa-peristiwa atau situasi khusus yang dapat mempercepat munculnya segala serangan kecemasan, gejala kecemasan kognitif yang sering timbul adalah rasa khawatir tentang suatu yang buruk akan segera terjadi tanpa alasan yang jelas, takut kehilangan control, tidak mampu mengatasi suatu masalah. Hal ini sesuai dengan penelitian Nur Hasanah (2017) dari 74 responden didapatkan sebanyak 34 (45,9%) responden mengalami kecemasan berat ketika menghadapi dan sebelum pra operasi.

Berdasarkan hasil penelitian ika (2020) menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan dengan produksi ASI ibu bersalin melalui seksio sesaria dengan p value 0,000. Hasil ini berdasarkan fakta bahwa ibu mengalami kecemasan Sebagian besar merupakan ibu primigravida yang tidak memiliki pengalaman sebelumnya. Ibu postpartum akan mengalami kecemasan yang disebabkan karena perasaan cemas dan khawatir karena baru saja memiliki anak (Sebastian, 2016). Herman (2018) menyebutkan bahwa kecemasan terjadi pada 17% ibu setelah melahirkan, 20% setelah 6 minggu persalinan. Hal ini menunjukkan perubahan kondisi setelah melahirkan dan hadirnya individu baru bisa menyebabkan kecemasan pada ibu postpartum.



## 4. KESIMPULAN

Dari hasil kesimpulan dan pembahasan tentang hubungan kecemasan ibu nifas terhadap pemberian ASI Eksklusif di PMB S dapat ditarik kesimpulan yaitu Sebanyak 28 responden yang mengalami cemas dengan pengukuran menggunakan kuesioner HARS, mayoritas responden termasuk dalam kategori sedang sebanyak 17 orang (60,7%). Frekuensi cemas responden yaitu berada dalam kategori sedang dan pemberian ASI Eksklusif yang kurang. Hasil uji statistic didapatkan nilai  $p < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan kecemasan terhadap pemberian ASI Eksklusif di PMB S.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Achadyah, R. K., D.A, S. R., & Mudhawaroh. (2017). Hubungan Kecemasan Dengan Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini ( Imd ) Pada Ibu Post Sectio Caesarea ( Sc ) Di Ruang Edelweis Rsud Jombang The Correlation Of Anxiety With The Implementation Of Early Breast Feeding Initiation For Women Of Post Sectio Caesarea. *Jurnal Bidan "Midwife Journal,"* 3(02), 31–39.
2. Agustin, I., & Septiyana, S. (2018). Kecemasan Pada Ibu Post Partum Primipara Dengan Gangguan Proses Laktasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa,* 1, 99. <https://doi.org/10.32584/jikj.v1i2.133>
3. Aidha, Wahyutri, E., & Imamah, I. N. (2019). Hubungan Kecemasan Dan Nyeri Terhadap Produksi Asi Hari 0-3 Pada Ibu Post Sectio Caesaria Di Ruang Gemma 2 Rumah Sakit Dirgahayu. *Jurnal Ilmu Keperawatan.*
4. Arfiah. (2018). Pengaruh Pemenuhan Nutrisi Dan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Primipara. *Jurnal Kebidanan,* 8(November), 134–137.
5. Harismayanti, Sudirman, A. A., & Supriaty, I. (2016). Manajemen Laktasi Terhadap Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif. 1–16.
6. Hastuti, P., & Wijayanti, I. T. (2017). Analisis Deskriptif Faktor yang Mempengaruhi Pengeluaran Asi pada Ibu Nifas di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Magelang,* 223–232.
7. Hermansyah, B. Y. F., & Suseno, M. R. (2018). Kemampuan Ibu Postpartum Primipara Remaja Dalam Menyusui Bayi Baru Lahir Di Wilayah Kerja Upt Blud Puskesmas Narmada Kabupaten Lombok Barat NTB 2017 Baiq. *Jurnal Kesehatan Prima,* 12(V), 96–104.
8. Mas´adah, & Rusmin. (2018). Teknik Meningkatkan Dan Memperlancar Produksi Asi Pada Ibu Post Sectio Caesaria Mas´adah, Rusmini. *Jurnal Kesehatan Prima,* I(2), 1495–1505.
9. Mayasari, S. I., & Jayanti, N. D. (2019). Penerapan Edukasi Family Centered Maternity Care (FCMC) terhadap Keluhan Ibu Postpartum Melalui Asuhan Home Care. *Jurnal Ners Dan Kebidanan,* 135–141. <https://doi.org/10.26699/jnk.v6i2.ART.p135-141>
10. Meo, M. P. (2015). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Luka Sectio Caesarea Dengan Penyembuhan Luka Post Sectio Caesarea Di Poliklinik Kebidanan Dan Kandungan Rsud Kota Surakarta.
11. Rompas, Z. M. G. K. 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).
12. Rayhana, & Sufriani. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Asi Dengan Kecukupan Asi . *Jurnal Keperawatan.*
13. Notoatmodjo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta.