

**PENGARUH KECEMASAN PANDEMI COVID-19  
TERHADAP PENGELUARAN ASI IBU *POST*  
*PARTUM* DI BIDAN PRAKTIK MANDIRI  
HJ. RUSMAWATI DI MUARA BADAK**

**MANUSKRIP**



**Diajukan sebagai syarat untuk mencapai Sarjana Terapan Kebidanan**

**RUSMAWATI TAMBARU  
NIM. PO7224319036**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KALIMANTAN TIMUR  
JURUSAN KEBIDANAN PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
TAHUN 2020**

**Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Ibu  
Post Partum di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak**

**Rusmawati Tambaru<sup>1\*</sup>, Hilda<sup>2</sup>, Fara Imelda T<sup>3</sup>**

1. Mahasiswa jurusan kebidanan samarinda, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur
2. Dosen jurusan kebidanan Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur
3. Dosen jurusan kebidanan Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

*\*Penulis Korespondensi : Rusmawati Tambaru, Jurusan Kebidanan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Samarinda, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur, Indonesia, E-mail rusmawatitambaru40594@gmail.com, Phone : +6285246761216*

**Abstrak**

**Latar belakang :** Pandemi COVID-19 membuat ibu yang akan *post partum* mengalami kecemasan dari ringan hingga sedang seperti ketakutan pada kerumunan dan mengurung diri dirumah. Sehingga mempengaruhi pengeluaran ASI ibu *post partum*, dikarenakan terjadinya peningkatan kortisol membuat terhambatnya transportasi hormon oksitosin dalam sekresinya sehingga pengeluaran ASI terhambat (Guyton, 2017).

**Tujuan penelitian :** Mengetahui pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak.

**Desain penelitian :** Jenis penelitian ini survey analitik menggunakan desain *cross sectional*. Sampel adalah ibu *post partum* yang melahirkan tanggal 1 April – 31 Mei 2020 berjumlah 37 orang. Analisa data menggunakan *Chi Square*.

**Hasil penelitian :** Sebagian besar responden berumur 20-35 tahun berjumlah 27 orang (73%), pendidikan tamat SMA berjumlah 21 orang (56,8%), pekerjaan sebagai IRT berjumlah 23 orang (62,2%), melakukan IMD berjumlah 37 orang (100%) dan paritas anak pertama berjumlah 14 orang (37,8%). Sebagian besar mengalami cemas Covid-19 berjumlah 22 orang (59,5%) dan tidak cemas Covid-19 berjumlah 15 orang (40,5%). Pengeluaran ASI pada ibu *post partum* sampai hari kedua sebagian besar belum keluar berjumlah 24 orang (64,9%), sedangkan sudah keluar berjumlah 13 orang (35,1%). Ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* ( $p\text{ value} : 0,000 < \alpha : 0,05$ ).

**Kesimpulan penelitian :** Ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum*. Disarankan ibu hamil untuk selalu berpikiran positif dan mencari informasi tentang kesehatan khususnya Covid-19 atau melakukan relaksasi sehingga tidak cemas.

**Kata Kunci :** kecemasan, covid-19, pengeluaran ASI ibu *Post Partum*.

***Effects of Anxiety Pandemic Covid-19 With Breastmilk Expenditures for Post Partum Mother at Independent Practice Midwife  
Hj. Rusmawati Muara Badak***

**Rusmawati Tambaru<sup>1\*</sup>, Hilda<sup>2</sup>, Fara Imelda T<sup>3</sup>**

1. Midwifery majoring student in Samarinda, Poltekkes Kemenkes East Kalimantan
2. Lecturer in the Midwifery Department of the Health Polytechnic of the Ministry of Health, East Kalimantan
3. Lecturer in the Midwifery Department of the Health Polytechnic of the Ministry of Health, East Kalimantan

*\*Corresponding Author : Rusmawati Tambaru, department of Midwifery Samarinda, Polytechnic Ministry of Health of East Kalimantan, Indonesia  
E-mail : rusmawatitambaru40594@gmail.com, Phone : +6285246761216*

**Abstract**

**Background:** COVID-19 pandemic has made mothers who to postpartum was anxiety with mild and moderate, such as fear of crowds and confining themselves at home. So that it affects postpartum maternal breastfeeding, because the increase in cortisol makes it obstructed the transport of the hormone oxytocin in its secretion so that breast milk production is inhibited (Guyton, 2017).

**Objective:** Determine effect of anxiety pandemic Covid-19 with breastmilk expenditure for postpartum mother.

**Design:** This type oresearch was analytic survey using cross sectional. Sample was postpartum mothers at Independent Practice Midwife Hj. Rusmawati Muara Badak with births from April 1 to May 31 2020 totaling 37 people. Analysis data using Chi Square.

**Result:** Most respondents aged 20-35 years amounted to 27 people (73%), 21 people graduated high school education (56.8%), 23 people (62.2%) worked as housewife, doing early initiation of breastfeeding was 37 people (100%) and first child was 14 people (37.8%). Most Covid-19 anxiety totaling 22 people (59.5%) and not worried Covid-19 amounting to 15 people (40.5%). Most breastmilk released in post partum mothers during the Covid-19 pandemic did not come out was 24 people (64.9%), out was 13 people (35.1%). There is an effect Covid-19 pandemic anxiety on post-partum maternal breastfeeding ( $p$  value:  $0.000 < \alpha: 0.05$ ).

**Conclusion:** There is an effect of Covid-19 pandemic anxiety on postpartum maternal breastfeeding. Pregnant women are advised to always think positively and seek information about health, especially Covid-19 or do relaxation so they are not anxious.

**Keywords:** anxiety, pandemic covid-19, breastmilk expenditures, postpartum mother.



## PENDAHULUAN

WHO dan UNICEF merekomendasikan anak hanya diberi ASI selama paling sedikit 6 bulan, namun data cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia menurut WHO (2016) hanya sekitar 36%, sedangkan di Indonesia sebesar 54,0% (Kemenkes RI, 2016). Adapun di Kalimantan Timur capaian ASI eksklusif tahun 2015 sebesar 28,6%, tahun 2016 sebesar 66,21% dan tahun 2017 menjadi 65,10%. Sedangkan capaian ASI eksklusif di Kabupaten Kutai Kartanegara hanya sekitar 30% (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur, 2018).

Rendahnya capaian ASI eksklusif dapat disebabkan ibu *postpartum* yang mengalami tidak keluarnya ASI. Pengeluaran ASI saat ibu *postpartum* dapat dipengaruhi oleh faktor psikologi (Hardiani dalam Mardjun, 2019). Gangguan psikologi pada ibu akan menghambat *let down reflect*, dikarenakan terjadinya peningkatan kortisol membuat terhambatnya transportasi hormon oksitosin dalam sekresinya sehingga pengeluaran ASI terhambat (Guyton, 2017).

Gangguan psikologis diantaranya ibu yang mengalami cemas, stres, pikiran tertekan, tidak tenang, sedih, dan tegang. (Hardiani dalam Mardjun, 2019). Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan Arfiah (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan

tingkat kecemasan dengan pengeluaran ASI pada masa *post partum* di RSU Anutapura Palu.

Saat ini terjadi wabah *Corona Virus Disease* (COVID-19) dengan gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas, yang mana penyakit ini mudah menular pada siapa saja. Pada kasus yang berat dapat menyebabkan kematian. Kasus COVID-19 di Indonesia sampai saat ini masih memperlihatkan peningkatan signifikan (Kemenkes RI, 2020). Sehingga pandemi COVID-19 ini membuat ibu yang akan *post partum* mengalami kecemasan dari ringan hingga sedang seperti ketakutan pada kerumunan dan mengurung diri dirumah.

Studi pendahuluan cakupan ASI eksklusif di Puskesmas Badak Baru tahun 2018 bulan Januari sampai Desember terdapat 152 orang (62,44%), di tahun 2019 bulan Januari sampai Desember menjadi 129 orang (46,24%) (Data Puskesmas Badak Baru, 2019). Wawancara 20 Maret 2020 di Bidan Praktik Mandiri Hj. Rusmawati dengan 10 orang ibu hamil yang akan melahirkan di bulan April-Mei terdapat 7 orang yang mengalami cemas COVID-19 dikarenakan takut tertular COVID-19.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dilakukan penelitian tentang

“Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Ibu *Post Partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak”.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian survey analitik desain *cross sectional*. Populasi ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak yang melahirkan tanggal 1 April – 31 Mei 2020 sebanyak 37 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *nonprobability sampling* dengan total sampling, sehingga sampel diambil seluruh populasi. Analisa data uji *chi-square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden yaitu:

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

No	Karakteristik	N	%
1	<b>Usia</b>		
	< 19 tahun	2	5,4
	20-35 tahun	27	73
2	<b>Pendidikan</b>		
	SMP	4	10,8
	SMA	21	56,8
3	<b>Pekerjaan</b>		
	IRT	23	62,2
	PNS	8	21,6
4	<b>IMD</b>		
	Ya	37	100
	Tidak	0	0
5	<b>Paritas</b>		
	Anak Pertama	14	37,8
	Anak Kedua	13	35,1
	Anak Ketiga	5	13,5
	Anak Keempat	4	10,8
	Anak Kelima	1	2,7
	Jumlah	37	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 1. dari 37 ibu *post partum* masa pandemi Covid-19, sebagian besar umur 20-35 tahun berjumlah 27 orang (73%), pendidikan tamat SMA berjumlah 21 orang (56,8%), pekerjaan sebagai IRT berjumlah 23 orang (62,2%), melakukan IMD berjumlah 37 orang (100%) dan paritas anak pertama berjumlah 14 orang (37,8%).

#### 2. Kecemasan pandemi Covid-19 pada ibu *post partum*

Distribusi statistik kecemasan pandemi Covid-19 pada ibu *post partum* pada tabel berikut ini:

**Tabel 2. Kecemasan pandemi Covid-19**

No	Kecemasan	N	%
1	Cemas	22	59,5
2	Tidak cemas	15	40,5
	Jumlah	37	100

Sumber : Data Primer, 2020

Diperoleh bahwa kecemasan pandemi Covid-19 pada 37 ibu *post partum*, sebagian besar mengalami cemas Covid-19 berjumlah 22 orang (59,5%) dan tidak cemas Covid-19 berjumlah 15 orang (40,5%).

#### 3. Pengeluaran ASI ibu *post partum*

Pengeluaran ASI ibu *post partum* masa pandemi Covid-19 pada tabel berikut:

**Tabel 3. Pengeluaran ASI ibu *post partum***

No	Pengeluaran ASI	N	%
1	Tidak	24	64,9
2	Ya	13	35,1
	Jumlah	37	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel di atas bahwa pengeluaran ASI dari 37 ibu *post partum* masa pandemi Covid-19, sebagian besar ASI belum keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 24 orang (64,9%), sedangkan ASI keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 13 orang (35,1%).

**4. Pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum***

Pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.**  
**Pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum***

No	Pengeluaran ASI	Kecemasan Pandemi Covid-19				Total	%	P value
		Cemas		Tidak Cemas				
		n	%	n	%			
1	Tidak	21	56,8	3	8,1	24	64,9	
2	Ya	1	2,7	12	32,4	13	35,1	*0,000
Jumlah		22	59,5	15	40,5	37	100	

Dari tabel tersebut terlihat dari 24 orang ASI tidak keluar, proporsi tertinggi pada cemas pandemi Covid-19 berjumlah 21 orang (56,8%), namun terdapat yang ASI tidak keluar yang tidak cemas pandemi Covid-19 berjumlah 3 orang (8,1%). Adapun dari 13 orang ASI keluar, proporsi tertinggi pada tidak cemas pandemi Covid-19 berjumlah 12 orang (32,4%), namun terdapat yang ASI keluar

mengalami cemas pandemi Covid-19 berjumlah 1 orang (2,7%). Hasil uji statistik diperoleh hasil *p value* :  $0,000 < \alpha : 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum*.

**Pembahasan**

**1. Karakteristik Responden**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa dari 37 ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak, sebagian besar dengan umur 20-35 tahun berjumlah 27 orang (73%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Mardjun (2019) menunjukkan bahwa umur responden sebagian besar antara 20-35 tahun yang tergolong usia muda. Penelitian Arfiah (2017) menunjukkan bahwa umur responden sebagian besar antara 20-35 tahun di RSU Anuntapura Palu. Fauza (2018) menunjukkan bahwa umur responden sebagian besar antara 20-35 tahun di Ruang Kebidanan RSUDZA Banda Aceh.

Manuaba (2017) menyatakan bahwa usia muda lebih mudah mengalami cemas, karena kesiapan mental dan jiwa yang belum matang serta kurangnya pengalaman. Menurut Notoatmodjo (2015) juga menjelaskan semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir sehingga semakin matang cara



berpikrnya yang membuat individu tersebut siap menyusui anaknya dalam kondisi apapun. Sehingga peneliti berasumsi responden sebagian besar tergolong masih usia muda yang berdampak mengalami cemas di masa pandemi Covid-19 sehingga berdampak pada tidak keluarnya ASI.

Hasil penelitian dari 37 ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak, sebagian besar pendidikan tamat SMA berjumlah 21 orang (56,8%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Arfiah (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pendidikan terakhirnya adalah SMA. Penelitian Mardiatun (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pendidikan terakhirnya adalah SMA di Puskesmas Karang Taliwang Mataram Nusa Tenggara Barat. Penelitian Fauza (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pendidikan terakhirnya adalah SMA di Ruang Kebidanan RSUDZA Banda Aceh.

Menurut Notoatmodjo (2015) semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan semakin mudah seseorang menerima hal yang baru dan akan mudah menyesuaikan diri. Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula ia menerima informasi dan akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya, jika tingkat

pendidikan seseorang rendah, itu akan menghambat perkembangan perilakunya terhadap penerimaan informasi dan pengetahuan yang baru. Rendahnya tingkat pengetahuan responden baik tentang ASI maupun Covid-19 memungkinkan kurangnya wawasan pengetahuan yang dimiliki responden, sehingga responden rentan mengalami kecemasan.

Peneliti berasumsi responden yang kurang pendidikannya rendah akan kurang mendapatkan informasi baik tentang ASI maupun Covid-19, sehingga rentan mengalami cemas yang berdampak pada pengeluaran ASI. Pendidikan ibu menjadi faktor yang penting dalam pemberian ASI pada bayi, tingkat pendidikan rendah terkadang sulit menerima penjelasan tentang pemberian ASI dan tingkat pendidikan yang baik akan mudah dalam menerima informasi terutama tentang pemenuhan kebutuhan nutrisi anak sehingga kecukupan gizi anak bisa terjamin. Pada umumnya ibu yang berpendidikan sedang sampai tinggi dapat menerima hal-hal yang baru dan dapat menerima perubahan untuk memelihara kesehatan khususnya tentang pemberian ASI. Mereka bisa terdorong untuk mencari tahu, mencari pengalaman sehingga informasi yang diperoleh akan menjadi pengetahuan dan diterapkan pada kehidupannya.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa dari 37 ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak, sebagian besar pekerjaan sebagai IRT berjumlah 23 orang (62,2%). Penelitian ini Sulastri (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga. Penelitian Mardjun (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga. Penelitian Arfiah (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga.

Linawaty (2012) menyatakan pekerjaan seseorang dapat berdampak pada faktor pendapatan atau penghasilan keluarga sehingga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan anggota keluarganya, karena adanya beban moril yang harus di tanggung oleh setiap anggota keluarga untuk dapat mencukupi kebutuhan hidup keluarga. Keluarga yang memiliki pekerjaan dan pendapatan akan menjadi sistem pendukung untuk kesehatan jiwa masing-masing anggotanya, demikian sebaliknya jika jumlah pendapatan berkurang atau memang tidak mencukupi dalam setiap bulannya akan memunculkan stressor pada setiap anggotanya. Pada umumnya bekerja merupakan kegiatan yang menyita waktu. Bekerja bagi ibu-ibu akan mempunyai pengaruh terhadap kehidupan keluarga. Tugas seorang ibu rumah tangga sangat banyak diantaranya

yaitu memasak, mencuci, mengurus suami. Hal ini mengakibatkan kelelahan atau letih pada ibu yang memicu penurunan produksi ASI. Sehingga peneliti berasumsi, responden yang memiliki banyak kesibukan dirumah ditambah dimasa masa pandemi Covid-19 suaminya tidak bekerja dapat berdampak pada kecemasan sehingga mempengaruhi pengeluaran ASI.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa dari 37 ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak, sebagian besar melakukan IMD berjumlah 37 orang (100%). Penelitian Hastuti (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan IMD. Penelitian Sulastri (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan IMD. Penelitian Mardjun (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan IMD.

Menurut Kodrat (2015) inisiasi menyusui dini (*early initiation*) atau permulaan menyusui dini adalah bayi mulai menyusui sendiri segera setelah lahir. Jadi, sebenarnya bayi manusia seperti juga bayi mamalia lain mempunyai kemampuan untuk menyusui sendiri. Asalkan dibiarkan kontak kulit bayi dengan kulit ibunya, setidaknya selama satu jam segera setelah lahir. Sesaat setelah ibu melahirkan maka biasanya bayi akan dibiarkan atau diletakkan di atas dada si ibu agar sang anak mencari sendiri puting ibunya, ini



disebut dengan inisiasi menyusui dini / IMD. Penyampaian ASI ke bayi dan pemeliharaan laktasi bergantung pada stimulasi mekanis pada puting susu. Stimulasi isapan bayi yang dikenal sebagai ejeksi atau pengeluaran ASI isapan bayi adalah stimulasi utama pengeluaran ASI dan reflek ini dapat dikondisikan. Peneliti berasumsi ibu yang melakukan IMD akan merangsang pengeluaran ASI lebih cepat dibandingkan ibu yang tidak IMD dikarenakan dengan memberikan ASI segera setelah bayi lahir memberikan efek kontraksi pada otot polos uterus. Prolaktin bertanggung jawab dalam memulai produksi ASI.

Berdasarkan hasil penelitian dari 37 ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak, sebagian besar paritas anak pertama berjumlah 14 orang (37,8%). Penelitian Hastuti (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan anak pertama. Penelitian Sulastri (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan anak pertama. Penelitian Mardjun (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan anak pertama.

Menurut Hegar (2018) hal yang mempengaruhi paritas yaitu, pengetahuan, latar belakang budaya, keadaan ekonomi, pekerjaan dan pendidikan. Komponen-komponen ini dapat mempengaruhi

keberhasilan dan kegagalan dalam memberikan ASI secara eksklusif pada bayi. Namun untuk mencapai keberhasilan dalam memberikan ASI ibu harus berusaha mencari informasi pemberian ASI bagi ibu yang primipara yaitu salah satu cara melalui pengalaman orang lain dalam pemberian ASI eksklusif dan untuk ibu multipara dengan jarak kelahiran yang dekat cenderung mempengaruhi pikiran, perasaan dan sensasi yang akan mempengaruhi peningkatan dan menghambat pengeluaran ASI. Semakin banyak anak yang dilahirkan akan mempengaruhi produktivitas ASI, karena sangat berhubungan dengan status kesehatan ibu dan kelelahan serta asupan gizi. Paritas diperkirakan ada kaitannya dengan pencarian informasi dalam pemberian ASI. Hal ini dihubungkan dengan pengaruh pengalaman sendiri maupun orang lain, bahwa pengalaman ibu berpengaruh dalam mengurus anak serta berpengaruh pula terhadap pengetahuan tentang ASI. Ibu yang melahirkan lebih dari satu kali, produksi ASI jauh lebih tinggi dibanding ibu yang melahirkan pertama kali. Jumlah persalinan yang pernah dialami ibu memberikan pengalaman dalam memberikan ASI kepada bayi. Semakin banyak paritas ibu akan semakin berpengalaman dalam memberikan ASI dan mengetahui cara untuk meningkatkan produksi ASI

sehingga tidak ada masalah bagi ibu dalam memberikan ASI. Pada ibu yang baru pertama kali melahirkan anak, sering kali menemukan masalah dalam memberikan ASI pada bayinya. Masalah yang sering muncul adalah puting susu lecet akibat kurangnya pengalaman yang dimiliki atau belum siap menyusui secara fisiologis.

Menurut asumsi peneliti bahwa, ibu yang mempunyai anak satu orang di daerah penelitian, lebih banyak meluangkan waktunya untuk datang ke fasilitas kesehatan dimana difasilitas kesehatan mereka mempunyai kesempatan untuk memperoleh informasi terkait dengan praktik pemberian ASI secara baik dan benar. Jumlah anak belum mampu menjamin terlaksananya pemberian ASI secara eksklusif, karena selain IMD, rawat gabung dan variabel lain yang mendukung, dukungan dari petugas kesehatan memainkan peranan yang sangat penting lewat penyuluhan kesehatan yang terjadwal dengan baik, sehingga responden mampu mengetahui secara tepat tentang manfaat ASI.

## **2. Kecemasan pandemi Covid-19**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa kecemasan pandemi Covid-19 pada 37 ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak, sebagian besar mengalami cemas Covid-19 berjumlah 22 orang (59,5%) dan tidak cemas Covid-19

berjumlah 15 orang (40,5%). Dimana berdasarkan item pertanyaan kuesioner kecemasan, diketahui ibu *post partum* sebagian besar cemas Covid-19 tentang berita penderita Covid-19 semakin bertambah dan penularan Covid-19, khawatir petugas yang membantu melahirkan tidak menggunakan APD (masker, *fice shield* dan sarung tangan), takut keluar rumah dan tidak sanggup membeli makanan bergizi selama Covid-19.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Fadli (2020) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam pencegahan Covid-19. Penelitian Yono (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan saat pandemi Covid-19 meliputi berkurangnya penghasilan dan takut tertular Covid-19. Begitupula Penelitian Buana (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam menghadapi pandemi Covid-19.

Gangguan psikologi pada ibu menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI karena akan menghambat *let down reflek*. Perubahan psikologi pada ibu *post partum* umumnya terjadi pada 3 hari *post partum*. Dua hari *post partum* ibu cenderung bersifat negative terhadap perawatan bayinya dan sangat tergantung lain karena energi difokuskan untuk

dirinya sendiri. Dalam proses menyusui seorang ibu dipengaruhi oleh 2 hormon yaitu prolaktin dan oksitosin. Proses pembentukan prolaktin oleh adenohipofisis, rangsangan yang berasal dari isapan bayi dan akan dilanjutkan ke hipofisis posterior yang kemudian akan mengeluarkan hormon oksitosin. Melalui aliran darah hormon ini akan dibawa ke uterus yang akan menimbulkan kontraksi pada uterus sehingga dapat terjadi involusi dari organ tersebut. Kontraksi yang terjadi tersebut akan merangsang diperasnya air susu yang telah diproses dan akan dikeluarkan melalui alveoli kemudian masuk ke sistem duktus dan dialirkan melalui duktus laktiferus dan kemudian masuk pada mulut bayi. Pada reflek let down terdapat faktor-faktor yang dapat menghambat diantaranya ibu yang mengalami kecemasan (Astutik, 2014).

Ibu yang mengalami kecemasan membuat terjadinya peningkatan sekresi *Adrenokortikotropik Hormon* (ACTH) oleh kelenjar hipofisis anterior yang diikuti dengan peningkatan sekresi hormon *adrenokortikal* berupa kortisol dalam waktu beberapa menit. Kortisol mempunyai efek umpan balik negatif langsung terhadap hipotalamus untuk menurunkan pembentukan CRF dan kelenjar hipofisis anterior untuk menurunkan pembentukan ACTH. Sehingga bila kortisol meningkat, umpan

balik ini secara otomatis akan mengurangi jumlah ACTH sehingga kembali lagi ke nilai normalnya. Sekresi kortisol yang tinggi dapat menghambat transportasi hormon oksitosin dalam sekresinya, sehingga dapat menghambat pengeluaran produk ASI (Astutik, 2014).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kegagalan dalam proses menyusui dapat disebabkan karena tidak keluarnya ASI. Kelancaran ASI sangat dipengaruhi oleh faktor psikologi (Hardiani dalam Mardjun, 2019). Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi kelancaran ASI. Jika ibu mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI. Ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas (Arfiah, 2017). Ditunjang terjadinya pandemi COVID-19 ini membuat masyarakat khususnya ibu hamil mengalami kecemasan, yang dapat berdampak pada pengeluaran ASI.

### **3. Pengeluaran ASI pada ibu *post partum***

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa pengeluaran ASI dari 37 ibu *post partum* masa pandemi Covid-19 di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak, sebagian besar ASI belum keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 24 orang (64,9%),



sedangkan ASI keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 13 orang (35,1%).

Penelitian Mardjun (2019) menunjukkan bahwa dari 68 responden didapati responden dengan ASI lancar berjumlah 28 responden (41,2%), dan ASI kurang lancar berjumlah 40 responden (58,8%). Penelitian Hastuti (2017) menunjukkan bahwa responden pengeluaran ASI lancar ada 16 orang (53,3%) dan responden yang pengeluaran ASI tidak lancar ada 14 orang (46,7%). Penelitian Arfiah (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar.

Proses laktasi atau menyusui adalah proses pembentukan ASI yang melibatkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Hormon prolaktin selama kehamilan akan meningkat akan tetapi ASI belum keluar karena masih terhambat hormon estrogen yang tinggi. Dan pada saat melahirkan, hormon estrogen dan progesterone akan menurun dan hormon prolaktin akan lebih dominan sehingga terjadi sekresi ASI (Astutik, 2014).

Ibu yang ASInya tidak lancar disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ibu yang mengalami kelelahan setelah persalinan, kebanyakan ibu merasa takut untuk mobilisasi, sehingga ibu merasa malas menyusui bayinya dan pada akhirnya ibu memilih untuk memberikan

susu formula pada bayinya. Proses pembentukan ASI di mulai sejak awal kehamilan, ASI (Air Susu Ibu) di produksi karena pengaruh faktor hormonal, proses pembentukan ASI di mulai dari proses terbentuknya laktogen dan homon-hormon yang mempengaruhi terbentuknya ASI, proses pembentukan laktogen dan hormon produksi ASI (Amalia, 2016).

Pada saat payudara sudah memproduksi ASI, terdapat pula proses pengeluaran ASI yaitu dimana ketika bayi mulai menghisap, terdapat beberapa hormone yang berbeda bekerja sama untuk pengeluaran air susu dan melepaskannya untuk di hisap. Gerakan isapan bayi dapat merangsang seraf saraf dalam puting. Seraf saraf ini membawa permintaan agar air susu melewati kolumna spinalis ke kelenjar hipofisis dalam otak. Kelenjar hipofisis akan merespon otak untuk melepaskan hormon prolaktin dan hormone oksitosin. Hormon prolaktin dapat merangsang payudara untuk menghasilkan lebih banyak susu. Sedangkan hormon oksitosin merangsang kontraksi otot-otot yang sangat kecil yang mengelilingi duktus dalam payudara, kontraksi ini menekan duktus dan mengeluarkan air susu ke dalam penampungan di bawah areola. Pada saat proses laktasi terdapat dua reflek yang berperan, yaitu reflek prolaktin dan reflek let down/reflek aliran yang akan timbul

karena rangsangan isapan bayi pada putting susu (Astutik, 2014).

##### **5. Pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 24 orang ASI tidak keluar, proporsi tertinggi pada cemas pandemi Covid-19 berjumlah 21 orang (56,8%), namun terdapat yang ASI tidak keluar yang tidak cemas pandemi Covid-19 berjumlah 3 orang (8,1%). Adapun dari 13 orang ASI keluar, proporsi tertinggi pada tidak cemas pandemi Covid-19 berjumlah 12 orang (32,4%), namun terdapat yang ASI keluar mengalami cemas pandemi Covid-19 berjumlah 1 orang (2,7%). Hasil uji statistik diperoleh hasil  $p\text{ value} : 0,000 < \alpha : 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Arfiah (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat Kecemasan dengan pengeluaran ASI pada masa nifas dengan  $p\text{ value} = 0,002 < 0,05$ . Penelitian Mardjun (2019) menunjukkan ada hubungan antara kecemasan dengan kelancaran pengeluaran air susu ibu pada ibu post partum dengan  $p\text{ value} 0,001 < 0,05$ . Penelitian Hastuti (2017)

menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan dengan kelancaran pengeluaran air susu ibu pada ibu post partum.

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamariyah (2014) bahwa terdapat hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan kelancaran produksi ASI, keadaan psikologis ibu yang baik akan memotifasi untuk menyusui bayinya sehingga hormone yang berperan pada produksi ASI akan meningkat karena produksi ASI dimulai dari proses menyusui dan akan merangsang produksi ASI.

Hawari (2011) menyatakan bahwa kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam. Gejala yang dikeluhkan didominasi oleh faktor psikis tetapi dapat pula oleh faktor fisik. Seseorang akan mengalami gangguan cemas manakala yang bersangkutan tidak mampu mengatasi stressor psikososial. Menurut Dewi (2015) tingkat kecemasan yang terjadi pada ibu selama dan setelah proses persalinan merupakan faktor resiko terjadinya keterlambatan pengeluaran ASI hari pertama dan kedua. Kecemasan merupakan hal yang biasa terjadi pada ibu *post partum*. Hal ini berkaitan dengan adaptasi ibu *post partum* yang dibagi ke dalam 3 kelompok (*taking in, taking hold, dan letting go*) namun akan menjadi patologis jika terjadi berlebihan.

Menurut Riksani (2012) kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat memengaruhi kelancaran ASI. Jika ibu mengalami kecemasan, stres, pikiran tertekan, tidak tenang, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI, dalam hal ini ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas. Hal ini dikarenakan proses keluarnya ASI terdapat dua proses yaitu 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* (Badariah, 2011). Hormon *hypothalamus* itu sendiri bekerja sesuai dengan perintah otak dan bekerja sesuai emosi ibu, sehingga ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas (Aprilia, 2011).

Selain itu, proses psikologis pada ibu hamil sudah dimulai sejak masa kehamilan. Ibu hamil akan mengalami perubahan psikologis yang nyata sehingga diperlukan adaptasi. Proses adaptasi yang kurang baik dapat menyebabkan stress atau kecemasan sehingga dapat meningkatkan produksi kortisol. Dari kortisol yang tinggi akan menghambat produksi ASI (Dewi, 2015).

Dijelaskan menurut Guyton (2017) tingkat kecemasan pada ibu *post partum* akan disertai peningkatan sekresi

*Adrenokortikotropik Hormon* (ACTH) oleh kelenjar hipofisis anterior yang diikuti dengan peningkatan sekresi hormon *adrenokortikal* berupa kortisol dalam waktu beberapa menit. Kortisol mempunyai efek umpan balik negatif langsung terhadap hipotalamus untuk menurunkan pembentukan CRF dan kelenjar hipofisis anterior untuk menurunkan pembentukan ACTH. Kedua umpan balik ini membantu mengatur konsentrasi kortisol dalam plasma. Sehingga bila kortisol meningkat, umpan balik ini secara otomatis akan mengurangi jumlah ACTH sehingga kembali lagi ke nilai normalnya. Sekresi kortisol yang tinggi dapat menghambat transportasi hormon oksitosin dalam sekresinya, sehingga dapat menghambat pengeluaran produk ASI (kolostrum, ASI transisi, ASI matur).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa ibu *post partum* mengalami kecemasan ditandai ibu selalu gelisah, merasa takut, perasaan was-was, merasa tidak tenang dan selalu mempunyai firasat buruk takut tertular covid-19 pada dirinya dan bayinya. Ibu *post partum* harus mempersiapkan diri untuk menyusui bayinya, tetapi sebagian ibu mengalami kecemasan sehingga mempengaruhi pengeluaran ASI. Ibu menyusui harus berpikir positif dan rileks agar tidak mengalami kecemasan dan kondisi



psikologis ibu menjadi baik, kondisi psikologis yang baik dapat memicu kerja hormon yang memproduksi ASI.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori pendukung, peneliti beranggapan bahwa kecemasan yang terjadi pada ibu post partum karena terlalu memikirkan hal-hal negative pada masa pandemic covid-19. Ibu post partum harus berfikir positif, berusaha untuk mencintai bayinya, dan rileks ketika menyusui. Ketika ibu berfikir positif dan tetap tenang akan memicu produksi ASI sehingga ASI bisa keluar dengan lancar, sebaliknya ibu yang kondisi psikologisnya terganggu seperti merasa cemas akan mempengaruhi produksi ASI sehingga produksi ASI bisa menurun dan menyebabkan ASI tidak keluar.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Sebagian besar responden berumur 20-35 tahun berjumlah 27 orang (73%), pendidikan tamat SMA berjumlah 21 orang (56,8%), pekerjaan sebagai IRT berjumlah 23 orang (62,2%), melakukan IMD berjumlah 37 orang (100%) dan paritas anak pertama berjumlah 14 orang (37,8%).
2. Sebagian besar mengalami cemas terhadap kondisi Covid-19 berjumlah 22 orang (59,5%) dan tidak cemas terhadap kondisi Covid-19 berjumlah 15 orang (40,5%)..

3. Sebagian besar ASI belum keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 24 orang (64,9%), sedangkan ASI keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 13 orang (35,1%).

4. Ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu *post partum* ( $p$  value :  $0,000 < \alpha : 0,05$ ).

### Saran

1. Bagi tenaga kesehatan diharapkan lebih meningkatkan upaya penyuluhan yang baik kepada individu dan keluarga, khususnya ibu hamil untuk selalu berpikiran positif dan mencari informasi tentang kesehatan khususnya Covid-19 sehingga tidak cemas.
2. Bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu post partum seperti nutria selama hamil.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arfiah. 2017. *Pengaruh Tingkat Kecemasan pada Ibu Postpartum Primipara Remaja terhadap Kemampuan Pemenuhan Kebutuhan Bayi Baru Lahir di RSUD Anuntapura Palu*. Program Studi DIII Kebidanan, STIKes Widya Nusantara Palu.
- Bandura, Barbaranelli, Caprara, & Pastorelli. 2018. *Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning*. *Child Development*, 67(3), 1206-1222.

- Depkes RI. 2018, *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*, Jilid A, Jakarta.
- Doremalen, Van N, Bushmaker T, Morris DH, Holbrook MG, Gamble A, Williamson BN, et al. 2020. *Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1*. The New England Journal of Medicine. Massachusetts Medical Society. doi:10.1056/nejmc2004973. PMID 32182409
- Fauza. 2018. *Hubungan Mobilisasi Dini Pada Ibu Postpartum Dengan Sectio Caesarea Terhadap Proses Percepatan Pemulihan Postpartum Di Ruang Kebidanan RSUDZA Banda Aceh*, Karya Tulis Ilmiah, Program Studi D3 Kebidanan Stikes U'Budiyah Banda Aceh.
- Fitri. 2015. *Pengertian Anak Tinjauan secara Kronologis dan Psikologis*. <http://www.wordpress.com>.
- Hawari. D. 2016. *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa, Skizofrenia*. FKUI. Jakarta.
- Health Line. 2020. *9 Upaya Pencegahan Penularan Corona Covid-19* <https://www.liputan6.com/otomotif/read/4212220/9-upaya-pencegahan-penularan-corona-covid-19>
- Hegar. B. 2018. *Bedah ASI Kajian dari berbagai sudut Pandang Ilmiah*, IDI Cabang DKI Jakarta.
- Ibrahim, A.S. 2016. *Panik Neurosis dan Gangguan Cemas*. Jelajah Nusa. Tangerang.
- Kusumawati, F. 2017. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Salemba Medika. Jakarta.
- Letko, M, Marzi A, Munster V. 2020. *Functional assessment of cell entry and receptor usage for SARS-CoV-2 and other lineage B betacoronaviruses*. Nature Microbiology: 1–8. doi:10.1038/s41564-020-0688-y
- Notoatmodjo, S. 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Nursalam. 2015. *Asuhan Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Nursalam. 2015. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Sagung Seto. Jakarta.
- Mardiatun. 2017. *Pengaruh pendekatan supportive-educative "orem" terhadap peningkatan kemandirian ibu nifas dalam perawatan diri selama early postpartum di Puskesmas Karang Taliwang Mataram Nusa Tenggara Barat*. Jurnal Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mataram.
- Mardjun, Zulfikar. 2019. *Hubungan Kecemasan dengan Kelancaran pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado*. e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 7 Nomor 1.
- Rahmiati. 2018. *Efektifitas Mengunyah Permen Karet Terhadap Pemulihan Peristaltik Usus Pada Ibu Post Partum Sectio Caesaria*. Jurnal Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wiyata Husada Samarinda.

- Roesli, Utami. 2018. *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Safrizal ZA, MSi, Danang Insita Putra, PhD, Safriza Sofyan, SE, AK, M.Com, Dr. Bimo MPH. 2020. *Pedoman Umum Menghadapi Pandemi COVID-19*. Tim Kerja Kementerian Dalam Negeri. Jakarta.
- Stuart, W.G. 2017. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Penerbit EGC. Jakarta.
- Sugiyono. 2014. *Statistik*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Sulastri, Wiwin. 2016. *Hubungan tingkat kecemasan ibu dengan pemberian*
- asi pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta*. Naskah Publikasi Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
- Tomb, D.A. 2015. *Buku Saku Psikiatri*. Ed 6. Alih Bahasa : dr Martina Wiwien. Penerbit EGC. Jakarta.
- Xu H, Zhong L, Deng J, Peng J, Dan H, Zeng X, et al. 2020. *High expression of ACE2 receptor of 2019-nCoV on the epithelial cells of oral mucosa*. International Journal of Oral Science. 12 (1): 8. doi:10.1038/s41368-020-0074-x)





