

Disubmit 4 April 2021
Diterima 30 Desember 2021

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN AKIBAT COVID-19 DENGAN PERSEPSI KETIDAKCUKUPAN DALAM PEMBERIAN ASI (THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF ANXIETY DUE TO COVID-19 AND THE PERCEPTION OF INVENTORY BREASTFEEDING)

Anita Liliana¹, Muflih², Anisa Cahyanti³

¹Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta

³Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

ABSTRAK

Gangguan psikologi pada ibu menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI. Karena akan menghambat let down reflek. Kecemasan ibu semakin meningkat dengan adanya pembatasan sosial, sehingga ibu cemas kebutuhan anak tidak dapat terpenuhi. dan ibu mengatakan cemas dan bingung dengan keadaan pandemi covid-19 saat ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan akibat covid-19 dengan persepsi ketidakecukupan dalam pemberian ASI. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan rancangan penelitian analitik dengan pendekatan Cross sectional. Subjek penelitian ini adalah ibu nifas yang mempunyai bayi. Objek penelitian ini adalah tingkat kecemasan akibat covid-19. Lokasi penelitian ini dilakukan di RSIA AMC Metro Lampung dan waktu penelitian ini akan dilakukan bulan juli – agustus 2020. Hasil: Diketahui bahwa dari 33 responden, dengan kategori tidak cemas sebanyak 9 (27,3%) responden, dengan kategori cemas sebanyak 24 (72,7%) responden. Diketahui bahwa dari 33 responden dengan persepsi kecukupan pemberian asi positif sebanyak 17 (51,5%) responden, dan responden dengan persepsi kecukupan pemberian asi negatif sebanyak 16 (48,5%) responden. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan akibat covid-19 dengan persepsi kecukupan ASI. (p-value 0,017 OR 13,333). Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan akibat covid-19 dengan persepsi kecukupan dalam pemberian ASI.

Kata kunci : Kecemasan, Ibu menyusui, Covid-19

ABSTRACT

Psychological disorders in mothers cause reduced breastfeeding expenditure. Because it will inhibit the let down reflex. Maternal anxiety is increasing with the existence of social restrictions, so that the mother is worried that the child's needs cannot be met. and the mother said she was worried and confused about the current state of the Covid-19 pandemic. The purpose of this study is whether there is a relationship between the level of anxiety due to Covid-19 and the perception of adequacy in breastfeeding. The purpose of this study is whether there is a relationship between the level of anxiety due to Covid-19

and the perception of adequacy in breastfeeding. This type of research is a quantitative study and uses an analytical research design with a cross sectional approach. The subjects of this study were postpartum mothers who had babies. The object of this research is the level of anxiety due to covid-19. The location of this research was conducted at RSIA AMC Metro Lampung and the time of this research will be conducted in July - August 2020. Results of the study It is known that out of 33 respondents, 9 (27.3%) were not categorized as respondents, with 24 (72.7%) categories of respondents. It is known that out of 33 respondents with a perception of adequacy gave positive breastfeeding 17 (51.5%) respondents, and 16 respondents (48.5%) with a perception of adequacy. There is a significant relationship between the level of damage caused by Covid-19 and the perception of breastfeeding adequacy. (p-value 0.017 OR 13.333). This research concludes that there is a relationship between the level of anxiety due to Covid-19 and the perception of adequacy of breastfeeding.

Keywords: *Smoking behavior, learning achievement*

Alamat Korespondensi : Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Universitas
Respati Yogyakarta
Email : lilianaanita86@gmail.com

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral (Wijaya, 2019). Pemberian ASI merupakan pendekatan efektif untuk mengurangi risiko penyakit kronis dan membantu melindungi bayi terhadap asma, diabetes tipe 2, obesitas, juga mengurangi risiko sindrom kematian bayi mendadak (*Sudden Infant Death Syndrome*) dan melindungi bayi dari infeksi telinga dan pneumonia (Jannah, 2018).

Masalah ASI yang kurang terpenuhi bagi bayi saat ini menjadi salah satu yang perlu diperhatikan, karena ASI merupakan makanan pokok untuk bayi. Menurut data *World Health Organization (WHO)* angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia masih tinggi pada tahun 2013 AKB di dunia 34 per 1000 kelahiran hidup, AKB di Negara berkembang 37 per 1000 kelahiran hidup, AKB di Asia Timur 11 per 1000 kelahiran hidup, Asia Tenggara 24 per 1000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2019).

Proses menyusui tidak selalu berjalan mulus dan onset menyusui akan lebih lambat, ada berbagai kendala menghalangi atau menyulitkan proses menyusui terutama jika pengalaman pertama ibu dengan usia masih muda dengan pengetahuan yang rendah. Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu psikologi, umur, paritas, makanan ibu. Dari delapan dimensi di atas kecemasan harus diperhatikan sejak awal. 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).

Beberapa hambatan dari faktor kecemasan dan stress yang dialami ibu saat menyusui dapat menghambat proses menyusui (Mardjun, 2019). ASI akan keluar dengan baik saat ibu dalam keadaan rileks dan nyaman. Produksi ASI ditentukan berdasarkan volume ASI ibu Banyak sekali masalah yang dialami oleh ibu menyusui yang dapat menghambat volume ASI, rasa tidak percaya diri, khawatir, setres, gelisah, dan perasaan yang tidak nyaman mengakibatkan menurunnya produksi hormone oksitosin yang penting untuk produksi ASI. Istirahat yang cukup, rileks dan focus untuk memantapkan kegiatan menyusui (Maryunani, 2015).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pemberian ASI adalah persepsi dimana persepsi dapat dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, kepentingan serta minat, harapan, dan budaya. Memberikan ASI dengan benar diperlukan pemahaman yang mendalam tentang ASI, baik dalam hal manfaat maupun segala sesuatu yang berkaitan dalam teknik pemberian ASI (Mufdlilah, Johan, & Fitriani, 2018)

Persepsi merupakan perlakuan yang melibatkan penafsiran melalui proses pemikiran tentang apa yang dilihat, dengar, alami atau dibaca, sehingga persepsi sering mempengaruhi tingkah laku, percakapan serta perasaan seseorang. Dalam hubungannya dengan ASI eksklusif, persepsi ibu adalah bagaimana tingkat pemahaman akan informasi (kemampuan kognitif) mengenai ASI eksklusif berpengaruh terhadap reaksi atau respon (kemampuan afektif) terhadap pemberian ASI eksklusif. Jika ibu sudah memiliki persepsi yang kuat dalam memberikan ASI eksklusif, maka perilakunya menjadi lebih konsisten (kemampuan psikomotor) (Utami, 2013)

Kecemasan yang mempengaruhi persepsi ibu dalam kecukupan ASI mengandung arti yang tidak jelas sehingga berhubungan dengan perasaan yang tidak menentu dan tidak berdaya cemas merupakan hal yang adaptif, biasanya cemas menjadi kondisi yang tidak nyaman akibat pikiran yang tidak tenang atau khawatir mengenai suatu peristiwa (Stuart dan Sundeen, 2013). salah satunya yang terjadi pada masa sekarang yaitu pandemi Covid-19.

COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernapasan akut coronavirus 2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 atau SARS-CoV-2) (Rifqi, 2020). Kantor Negara WHO diberitahu tentang kasus pneumonia Pada tanggal 31 Desember 2019, kasus ini awal terdeteksi di Kota Wuhan, Provinsi Hubei Cina. Pada kasus ini etiologi atau pun penyebab belum diketahui secara pasti. Namun Pada tanggal 11 dan 12 Januari 2020, WHO menerima informasi lebih lanjut dari National Komisi Kesehatan China bahwa wabah itu terkait dengan paparan dalam satu makanan laut (WHO, 2020).

Hasil penelitian (Pradana, Casman, & Nur'aini, 2020) Hasilnya memperlihatkan bahwa peran orang tua selama masa isolasi adalah hal terpenting bagi anak. Ibu hamil dan nifas sendiri memiliki perubahan fisiologis dan psikologis yang tidak menentu, sehingga diperlukan berbagai cara untuk memenuhi kebutuhan unik yang dimiliki oleh ibu hamil dan nifas. Social distancing berdampak signifikan pada kelompok rentan, untuk itu diperlukan keseriusan dan kerjasama setiap lini (Dewi, 2015).

Keberhasilan menyusui akan meningkat jika ibu mendapatkan dukungan dari keluarga, misalnya dorongan semangat dan bantuan dalam mengerjakan tugas rumah tangga. Selain itu, jangan lupa untuk menjaga asupan gizi—tanpa adanya pandemi ini pun, ibu menyusui perlu gizi yang baik. Pada masa ini, tidak sedikit keluarga yang harus berjuang untuk bertahan hidup. Dalam masa pandemi ini, membeli pangan sehat untuk ibu lebih baik dibandingkan mengeluarkan uang untuk membeli susu bayi. Pemberian ASI merupakan opsi terbaik untuk bayi dan anak. Hampir semua ibu, termasuk ibu yang kurang gizi, masih bisa menyusui bayinya. Jadi, para Ibu harus tahu bahwa mereka mampu memproduksi ASI dengan kualitas baik untuk bayinya (WHO, 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah dilakukan di RSIA AMC Metro Lampung, waktu penelitian pada tanggal 15 Agustus – 15 September 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang mempunyai bayi sebanyak 41 ibu yang melahirkan. Desain penelitian cross sectional, metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling dan analisa data yang digunakan adalah uji chi square (X^2). Variabel yang diteliti ada 2 yaitu, 1 variabel independen (kecemasan akibat covid-19) dan 1 variabel dependen (persepsi ketidakcukupan ASI). Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah kuesioner HARS (Hamilton Rating Scale For Anxiety) dan kuesioner kecukupan dalam pemberian ASI

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil analisis univariat dapat dilihat dari tabel 1 yang berisi karakteristik responden, kepercayaan diri, harga diri dan komunikasi interpersonal.

Tabel 1

Distribusi Frekuensi tingkat kecemasan akibat covid-19 pada ibu menyusui, persepsi kecukupan pemberian ASI pada ibu menyusui

Karakteristik	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Tingkat Kecemasan		
Tidak Cemas	9	27,3
Cemas	24	72,7
Total	33	100,0
Persepsi Kecukupan Pemberian Asi		
Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Positif	17	51,5
Negatif	16	48,5
Total	33	100,0

Tabel 2
Distribusi Frekuensi tingkat kecemasan akibat covid-19 pada ibu menyusui, persepsi kecukupan pemberian ASI pada ibu menyusui

Karakteristik	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Tingkat Kecemasan		
Tidak Cemas	9	27,3
Cemas	24	72,7
Total	33	100,0
Persepsi Kecukupan Pemberian Asi		
Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Positif	17	51,5
Negatif	16	48,5
Total	33	100,0

Pembahasan

Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 33 responden, dengan kategori tidak cemas sebanyak 9 (27,3%) responden, dengan kategori cemas sebanyak 24 (72,7%) responden

Kecemasan merupakan adalah suatu kondisi yang menandakan suatu keadaan yang mengancam keutuhan dirinya dan dimanifestasikan dalam bentuk perilaku seperti rasa tidak berdaya, rasa tidak mampu, rasa takut, fobia tertentu (Nursalam, 2016). Kecemasan adalah rasa khawatir berlebihan tentang hal-hal yang akan datang (*apprehensive expectation*) (Kaplan, H.I. & Sadock, 2010). Kecemasan adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Bila seseorang setelah mengalami kecemasan mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka disebut mengalami dikecemasan (Maramis, W. F., & Maramis, 2015).

Menurut Wardiyah (2016), faktor yang mempengaruhi adaptasi ibu terhadap kelahiran adalah sebagai berikut: tingkat energy, sikap, tingkat percaya diri dan status psikologis. secara fisiologis, situasi kecemasan mengaktifasi hipotalamus yang mengendalikan dua sistem neuroendokrin, yaitu sistem simpatis dan sistem korteks adrenal. Sistem saraf simpatis berespon terhadap impuls saraf dari hipotalamus dengan mengaktifasi berbagai organ dan otot polos. Kemudian sistem korteks adrenal menstimulasi pelepasan sekelompok hormon termasuk hormon seks, yaitu hormon oxytocyn, hormon endofrin, hormon adrenalin, dan hormon testosteron yang dibawa melalui aliran darah ditambah dengan aktivitas neural cabang simpatik dari sistem saraf otonomik sehingga berperan dalam respon fight or flight.

Kecemasan atau yang dapat diprediksi menimbulkan respons kecemasan yang tidak begitu berat dibanding kecemasan atau yang tidak dapat diprediksi. Selain itu, keyakinan seseorang memiliki kontrol terhadap kecemasan or akan

mengurangi intensitas respons kecemasan. ketika individu mempersepsikan kecemasan atau akan berakibat buruk, maka tingkat kecemasan yang dirasakan akan semakin berat. Sebaliknya jika kecemasan or dipersepsikan tidak mengancam dan mampu diatasi, maka tingkat kecemasan yang dirasakan akan lebih ringan (Dewi & Muttaqin, 2018)

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Mardjun, (2019) Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 68 responden didapati sebagian responden mengalami kecemasan sedang berjumlah 24 responden (35,3%). Sesuai dengan penelitian Beauty, (2016) diketahui ada hubungan antara kecemasan dengan kelancaran ASI, dari hasil yang di peroleh menunjukkan dari 15 responden yang mengalami kecemasan, 11 responden ASI nya tidak lancar dan 4 responden ASInya lancar. Penelitian Mardjun, (2019) yang berjudul Kondisi Psikologi Mempengaruhi Produksi Asi Ibu Menyusui Di Bps Aski Pakis Sido Kumpul Surabaya, hasil penelitian menunjukkan sebagian besar (61,1%) ibu mengalami gangguan psikologis dan sebagian besar (72,2%) ketidklancaran pada ASI.

Rasa cemas dapat menimbulkan berbagai masalah, termasuk salah satunya depresi post partum pada ibu, dimana keadaan psikosis ibu terganggu. Adapun depresi post partum merupakan suatu keadaan psikosis mendadak. Psikosis adalah suatu kondisi gangguan jiwa yang ditandai dengan adanya ketidakmampuan membedakan realita dan khayalan (Mardjun, 2019).

Peneliti berpendapat bahwa timbulnya kecemasan pada ibu Masa nifas yang menyusui berasal dari berbagai sumber, diantaranya adalah karena beberapa perubahan baru yang dialami ibu baik berupa perubahan secara biologis, fisiologis, psikologis, dan perubahan peran serta tanggung jawab baru yang dimiliki selain itu adanya pandemi yang sedang berlangsung pada masa sekarang yaitu pandemi yang berasal dari virus covid-19 dengan dampak yang mematikan membuat kecemasan itu semakin bertambah besar atau meningkat. Peneliti berpendapat bahwa kecemasan psikologis memiliki hubungan yang kuat terhadap fungsi biologis tubuh. Ibu primipara yang mengalami kecemasan akan mengalami beberapa perubahan pada fungsi biologisnya, salah satu perubahan yang dapat terjadi adalah perubahan pada produksi ASI.

Menurut Pradana et al., (2020) Penelitian terbaru menunjukkan bahwa bayi selama masa pandemi bahkan yang positif COVID-19 harus tetap diberikan ASI untuk meningkatkan kekebalan tubuh, dimana sebelum menyusui ibu harus mencuci tangan dan memakai masker saat menyusui. Hal ini sesuai karena pada fase oral, anak disebut juga bayi akan berfokus pada mulut, dengan cara menghisap meskipun tidak lapar, sehingga pada bayi hal terpenting adalah memberinya ASI. Fase phalik terjadi dimana balita berfokus pada ketertarikan orang tua lawan jenis, sedangkan pada fase latens anak akan berfokus pada kecakapan sosial dan intelektual. Fase genital sendiri, remaja mulai tertarik dengan lawan jenis. Pada ketiga fase ini sebaiknya orang tua mulai mengajarkan bagaimana etika batuk, memakai masker, dan mencuci tangan. Pengajaran mencuci tangan pada balita dapat dilakukan oleh orang tua lawan jenis, dengan modifikasi, misalnya mencuci tangan sambil bernyanyi.

Para pakar mengatakan, ibu yang terinfeksi virus masih diperbolehkan memberi ASI bagi bayinya, karena virus itu tidak tertular melalui ASI. Ibunya harus mencuci tangan dengan hati-hati, membersihkan payudaranya dan

memompa ASI ke dalam botol susu. Orang lain yang akan memberikan ASI kepada bayinya, kata Dr. Christine Proudfit dari Universitas New York.

Semakin tinggi tingkat kecemasan maka akan semakin tidak lancar produksi ASInya, sementara semakin rendah tingkat kecemasan maka produksi ASI akan semakin lancar. Penelitian ini juga, diketahui bahwa terdapat ibu yang tidak kecemasan, hal ini dikarenakan faktor pemicu ketidaknyamanan dan menimbulkan kecemasan sedikit atau tidak ada, seperti responden dalam mengurus bayinya dibantu oleh pihak keluarga seperti ibu kandung serta suami, ibu ingin segera menyusui bayinya walaupun

Menurut peneliti saat ini pandemi Covid-19 merupakan salah satu penyebab kecemasan ibu nifas dalam beraktifitas, ketakutan akan tertularnya ibu dan anak terhadap virus tersebut, keadaan dirinya yang berada di rumah sakit dan bertemu dengan banyak orang juga memberikan tingkat kecemasan lebih tinggi di bandingkan ibu berada dirumah. Memiliki bayi yang baru di lahirkan akan menambah kekhawatiran ibu akan terkena virus tersebut, sehingga keselisahan ibu, ketakutan ibu akan membuat ibu tidak merasa rileks dan terbebani, hal ini yang akan memiliki pengaruh pada produksi ASI ibu, ketakutan ibu menularkan berbagai hal buruk pada saat menyusui juga memberikan pengaruh pada emosional ibu, keadaan ini akan memperburuk perubahan psikologis ibu nifas. Pendidikan kesehatan penting di berikan oleh tenaga kesehatan mengenai tatacara mencegah Covid-19, dan memotivasi serta informasi pentingnya pemberian ASI pada bayi, serta dukungan keluarga dan suami serta tenaga kesehatan juga dapat berpengaruh pada kecemasan ibu nifas.

Persepsi Ketidacukupan ASI

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 33 responden dengan persepsi kecukupan pemberian asi positif sebanyak 17 (51,5%) responden, dan responden dengan persepsi kecukupan pemberian asi negatif sebanyak 16 (48,5%) responden.

Persepsi merupakan salah satu aspek psikologis yang penting bagi manusia dalam merespon kehadiran berbagai aspek dan gejala di sekitarnya. Persepsi mengandung pengertian yang sangat luas, menyangkut *intern* dan *ekstern*. Berbagai ahli telah memberikan definisi yang beragam tentang persepsi, walaupun pada prinsipnya mengandung makna yang sama (Notoatmodjo, 2014).

Ada banyak faktor yang akan menyebabkan stimulus dapat masuk dalam rentang perhatian kita. Faktor penyebab ini dapat kita bagi menjadidua bagian besar yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah faktor melekat pada objeknya, sedangkan faktor internal adalah faktor yang terdapat pada orang yang mempersepsikan stimulus tersebut Persepsi ketidacukupan ASI melibatkan beberapa faktor seperti kepercayaan diri ibu, dukungan suami, kesehatan maternal, dukungan mertua, berat badan bayi lahir, perilaku bayi, makanan padat, dan susu formula. Alasan-alasan yang sering dikemukakan oleh ibu-ibu yang memiliki persepsi ketidacukupan ASI tersebut, antara lain adalah bayi rewel, menangis setelah disusui, dan peningkatan berat badan bayi yang kurang baik. Dengan demikian, ibu yakin dan menganggap kondisi tersebut merupakan tanda bahwa ASI mereka tidak bisa mencukupi kebutuhan bayi

mereka. Maka untuk memenuhi kebutuhan bayi, mereka segera memberikan susu formula, yang sebenarnya hanya akan membuat terganggunya fisiologi laktasi. Kekhawatiran mereka dapat mempengaruhi refleksi *let down* yang akan mempersulit mereka menyusui bayinya (Komalasari, 2012).

Insufficiency milk atau ketidakcukupan ASI adalah kegagalan memberikan eksklusif karena para ibu beranggapan bahwa ASI berkurang dan berhenti memproduksi ASI, sehingga para ibu memilih untuk memberikan susu formula. Persepsi Ketidakcukupan Asi adalah keadaan yang terjadi pada seorang ibu yang memiliki kesadaran atau perasaan bahwa ibu tidak memiliki kecukupan suplai ASI untuk memenuhi kebutuhan bayinya (Komalasari, 2012).

Sejalan dengan penelitian (Prabasiwi, Fikawati, & Syafiq, 2015) dengan judul ASI Eksklusif dan Persepsi Ketidakcukupan ASI di Kecamatan Tegal Selatan dan Kecamatan Margadana, Kota Tegal tahun 2014. Hasil penelitian menunjukkan persepsi ketidakcukupan ASI yaitu sebanyak 45 (51,1%) responden dengan PKA dan sebanyak 43 (48,9%) responden dengan tidak PKA.

Menurut pendapat peneliti ibu mengatakan pada saat menjelang melahirkan, terlalu kesakitan dan ketakutan sehingga terjadi , situasi kecemasan mengaktifasi hipotalamus yang mengendalikan dua sistem neuroendokrin, yaitu sistem simpatis dan sistem korteks adrenal. Sistem saraf simpatis berespon terhadap impuls saraf dari hipotalamus dengan mengaktifasi berbagai organ dan otot polos. Kemudian sistem korteks adrenal menstimulasi pelepasan sekelompok hormon termasuk hormon seks, yaitu hormon oxytocyn, hormon endofrin, hormon adrenalin, dan hormon testosteron yang dibawa melalui aliran darah ditambah dengan aktivitas neural cabang simpatik dari sistem saraf otonomik sehingga berperan dalam respon fight or flight. hal ini sejalan dengan teori yang mengungkapkan bahwa kecemasan akan mempengaruhi produksi ASI pada ibu nifas (Astutik, 2014).

Menurut (Prabasiwi et al., 2015) faktor ibu (status pekerjaan ibu, psikologi ibu), faktor bayi (kebiasaan menyusui dan perlekatan menyusui) serta faktor laktasi (inisiasi menyusui dini, rawat gabung, dan dukungan keluarga) memengaruhi PKA. Faktor lain yang memengaruhi PKA adalah usia ibu, paritas, pengetahuan, kebiasaan menyusui malam hari, perlekatan menyusui, dan dukungan tenaga Kesehatan.

Menurut peneliti ketidakcukupan ASI adalah pendapat ibu yang meyakini bahwa produksi ASI-nya kurang (tidak cukup) untuk memenuhi kebutuhan bayinya dan selanjutnya memberikan makanan pendamping ASI dini. Beberapa penelitian mengenai PKA di Indonesia menunjukkan bahwa banyak ibu yang merasa ASI-nya tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi. kemampuan ibu memproduksi ASI juga berkurang sehingga ibu akan merasakan bahwa ASI yang dikeluarkan hanya sedikit. ASI yang kurang akan memengaruhi kepercayaan diri ibu untuk menyusui sehingga menyebabkan terjadinya PKA yang selanjutnya memengaruhi pikiran ibu dan pengeluaran hormon oksitosin. Gangguan pada hormon oksitosin akan menyebabkan gangguan pada kontraksi otot payudara sehingga pengeluaran ASI terhambat. Di sisi lain, karena pengeluaran ASI berkurang, ibu semakin jarang menyusui sehingga memengaruhi pengeluaran hormon prolaktin yang akan menyebabkan produksi ASI semakin berkurang. Dengan demikian, perhatian lebih besar seharusnya diberikan pada aspek status gizi maternal, baik status gizi pra hamil, status gizi kehamilan, dan status gizi

laktasi karena tanpa status gizi maternal yang baik ibu akan mudah memiliki PKA yang pada gilirannya secara fisiologis menghambat produksi ASI dan menyebabkan kegagalan menyusui eksklusif 6 bulan.

Hubungan antara tingkat kecemasan akibat covid-19 dengan Persepsi Ketidackukupan ASI

Hasil uji statistik diperoleh p-value = 0,017 yang berarti $p < \alpha$ (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan akibat covid-19 dengan kecukupan dalam pemberian ASI. Dengan nilai OR 13,333, berarti responden dengan kategori cemas memiliki risiko sebesar 13,333 kali dengan persepsi kecukupan pemberian ASI negatif, jika dibandingkan dengan responden dengan kategori tidak cemas.

Kecemasan merupakan adalah suatu kondisi yang menandakan suatu keadaan yang mengancam keutuhan dirinya dan dimanifestasikan dalam bentuk perilaku seperti rasa tidak berdaya, rasa tidak mampu, rasa takut, fobia tertentu (Nursalam, 2016). Kecemasan adalah rasa khawatir berlebihan tentang hal-hal yang akan datang (*apprehensive expectation*) (Kaplan, H.I. & Sadock, 2010).

Persepsi merupakan salah satu aspek psikologis yang penting bagi manusia dalam merespon kehadiran berbagai aspek dan gejala di sekitarnya. Persepsi mengandung pengertian yang sangat luas, menyangkut *intern* dan *ekstern*. Berbagai ahli telah memberikan definisi yang beragam tentang persepsi, walaupun pada prinsipnya mengandung makna yang sama (Notoatmodjo, 2014).

Ada banyak faktor yang akan menyebabkan stimulus dapat masuk dalam rentang perhatian kita. Faktor penyebab ini dapat kita bagi menjadi dua bagian besar yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adalah faktor melekat pada objeknya, sedangkan faktor internal adalah faktor yang terdapat pada orang yang mempersepsikan stimulus tersebut. Persepsi ketidackukupan ASI melibatkan beberapa faktor seperti kepercayaan diri ibu, dukungan suami, kesehatan maternal, dukungan mertua, berat badan bayi lahir, perilaku bayi, makanan padat, dan susu formula. Alasan-alasan yang sering dikemukakan oleh ibu-ibu yang memiliki persepsi ketidackukupan ASI tersebut, antara lain adalah bayi rewel, menangis setelah disusui, dan peningkatan berat badan bayi yang kurang baik. Dengan demikian, ibu yakin dan menganggap kondisi tersebut merupakan tanda bahwa ASI mereka tidak bisa mencukupi kebutuhan bayi mereka. Maka untuk memenuhi kebutuhan bayi, mereka segera memberikan susu formula, yang sebenarnya hanya akan membuat terganggunya fisiologi laktasi. Kekhawatiran mereka dapat mempengaruhi refleksi *let down* yang akan mempersulit mereka menyusui bayinya (Komalasari, 2012).

Gangguan psikologi pada ibu menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI. Karena akan menghambat *let down* reflek. Perubahan psikologis pada ibu post partum umumnya terjadi pada 3 hari post partum. Dua hari post partum ibu cenderung bersifat negatif terhadap perawatan bayinya dan sangat tergantung lain karena energi difokuskan untuk dirinya sendiri (Jannah, 2018).

Faktor yang dapat mempengaruhi laktasi adalah kecemasan, stress, tidak memiliki pengetahuan yang cukup, tidak merawat payudara, rasa kurang percaya diri, tidak bisa santai (Widuri, 2013). Kecemasan mengandung arti yang tidak jelas sehingga berhubungan dengan perasaan yang tidak menentu dan tidak

berdaya cemas merupakan hal yang adaptif, biasanya cemas menjadi kondisi yang tidak nyaman akibat pikiran yang tidak tenang atau khawatir mengenai suatu peristiwa (Stuart dan Sundeen, 2013). salah satunya yang terjadi pada masa sekarang yaitu pandemi Covid-19.

COVID-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh sindrom pernapasan akut coronavirus 2 (severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 atau SARS-CoV-2) (Rifqi, 2020). Kantor Negara WHO diberitahu tentang kasus pneumonia Pada tanggal 31 Desember 2019, kasus ini awal terdeteksi di Kota Wuhan, Provinsi Hubei Cina. Pada kasus ini etiologi atau pun penyebab belum diketahui secara pasti. Namun Pada tanggal 11 dan 12 Januari 2020, WHO menerima informasi lebih lanjut dari National Komisi Kesehatan China bahwa wabah itu terkait dengan paparan dalam satu makanan laut (WHO, 2020).

Keberhasilan menyusui akan meningkat jika ibu mendapatkan dukungan dari keluarga, misalnya dorongan semangat dan bantuan dalam mengerjakan tugas rumah tangga. Selain itu, jangan lupa untuk menjaga asupan gizi—tanpa adanya pandemi ini pun, ibu menyusui perlu gizi yang baik. Pada masa ini, tidak sedikit keluarga yang harus berjuang untuk bertahan hidup. Dalam masa pandemi ini, membeli pangan sehat untuk ibu lebih baik dibandingkan mengeluarkan uang untuk membeli susu bayi. Pemberian ASI merupakan opsi terbaik untuk bayi dan anak. Hampir semua ibu, termasuk ibu yang kurang gizi, masih bisa menyusui bayinya. Jadi, para Ibu harus tahu bahwa mereka mampu memproduksi ASI dengan kualitas baik untuk bayinya (Prabasiwi et al., 2015).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pemberian ASI adalah persepsi dimana persepsi dapat dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, kepentingan serta minat, harapan, dan budaya. Memberikan ASI dengan benar diperlukan pemahaman yang mendalam tentang ASI, baik dalam hal manfaat maupun segala sesuatu yang berkaitan dalam teknik pemberian ASI (Mufdlilah et al., 2018).

Persepsi merupakan perlakuan yang melibatkan penafsiran melalui proses pemikiran tentang apa yang dilihat, dengar, alami atau dibaca, sehingga persepsi sering mempengaruhi tingkah laku, percakapan serta perasaan seseorang. Dalam hubungannya dengan ASI eksklusif, persepsi ibu adalah bagaimana tingkat pemahaman akan informasi (kemampuan kognitif) mengenai ASI eksklusif berpengaruh terhadap reaksi atau respon (kemampuan afektif) terhadap pemberian ASI eksklusif. Jika ibu sudah memiliki persepsi yang kuat dalam memberikan ASI eksklusif, maka perilakunya menjadi lebih konsisten (kemampuan psikomotor) (Utami, 2013).

Dari 9 responden tidak cemas, sebanyak 8 (88,9%) responden persepsi kecukupan pemberian asi positif, sedangkan sebanyak 1 (33,3%) responden dengan persepsi kecukupan pemberian asi negatif. Dari 24 responden cemas, sebanyak 9 (37,5%) responden persepsi kecukupan pemberian asi positif, sedangkan sebanyak 15 (62,5%) responden dengan persepsi kecukupan pemberian asi negatif.

Berdasarkan hasil peneltiian dapat diketahui dari hasil penelitian diketahui pada 24 responden cemas, sebanyak 9 (37,5%) responden dengan persepsi kecukupan pemberian asi positif, sedangkan sebanyak 15 (62,5%) responden persepsi kecukupan pemberian asi negatif. hal ini sejalan dengan teori yang mengungkapkan bahwa pada kecemasan dapat mempengaruhi psikologi

seseorang dalam penelitian ini adalah ibu nifas dimana dikarenakan adanya pandemi covid-19 sehingga timbul kecemasan pada ibu untuk memberikan ASInya, timbul pertanyaan – pertanyaan dalam diri ibu apakah nanti dia akan menularkan bayinya, apakah dengan menyusui ini aman bagi bayinya, dari kecemasan-kecemasan ini berdampak pada asi yang keluar sedikit sehingga ibu merasa bahwa ASI yang dikeluarkan tidak mencukupi bagi bayinya, pada kenyataannya produksi ASI di hari 1-3 tidaklah banyak dan produksi ASI tersebut cukup untuk kebutuhan bayi yang memang masih sedikit, namun dikarenakan ketidaktahuan ibu, kurangnya informasi ditambah adanya peristiwa pandemi sehingga mempengaruhi kondisi ibu khususnya persepsi ibu terhadap kecukupan asi yang akan diberikan kepada anaknya.

Ibu mengalami kecemasan menahan rasa nyeri yang dialaminya, maka dari kecemasan tersebut akan terjadi pelepasan adrenalin yang menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah pada alveoli, akibatnya terjadi hambatan dari *letdown refleks* sehingga air susu ibu tidak mengalir. diharapkan ibu memiliki coping yang positif terhadap kecemasan, seperti ibu mendengarkan music, ibu berbincang dengan keluarga saat perawatan sehingga rasa nyeri teralihkan dan lain-lain sehingga tidak mengalami dampak negative karena kecemasan dan kecemasan dapat berkurang karena kegiatan tersebut.

Kecemasan bukanlah satu-satunya faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI masih banyak faktor lain yang tidak diambil dalam penelitian ini seperti ibu tidak dapat melakukan manajemen laktasi dengan optimal, adanya khawatir payudara lunak/tidak penuh menandakan ASI berkurang.

Menurut pendapat peneliti 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 kurang lancar. Oleh karena itu ibu membutuhkan dukungan dari orang terdekat. Saat ini adalah saat terbaik untuk ibu mendapatkan penyuluhan dalam mengurus bayi dan dirinya. Dengan begitu ibu dapat meningkatkan kembali rasa percaya dirinya.

Menurut pendapat peneliti Ketidaklancaran ASI ini jika tidak segera ditangani akan mengakibatkan kekhawatiran dan kecemasan ibu. Kondisi inilah yang menimbulkan ibu cemas, takut dan was-was tidak dapat menyusui dengan maksimal, apabila hal ini dibiarkan maka akan berlanjut menjadi masa nifas blues. Kecemasan yang terjadi pada ibu masa nifas karena terlalu memikirkan hal-hal negatif. Ibu masa nifas harus berfikir positif, berusaha untuk mencintai bayinya, dan rileks ketika menyusui.

Pendapat peneliti bahwa timbulnya kecemasan pada ibu Masa nifas yang menyusui berasal dari berbagai sumber, diantaranya adalah karena beberapa perubahan baru yang dialami ibu baik berupa perubahan secara biologis, fisiologis, psikologis, dan perubahan peran serta tanggung jawab baru yang dimiliki. Dari faktor fisik ibu sendiri, kondisi dimana ibu mengalami kondisi Masa nifas sehingga dapat mempengaruhi kondisi psikologis ibu yang pada akhirnya kecemasan meningkat. Peneliti berpendapat bahwa kecemasan psikologis memiliki hubungan yang kuat terhadap fungsi biologis tubuh. Ibu primipara yang mengalami kecemasan akan mengalami beberapa perubahan

pada fungsi biologisnya, salah satu perubahan yang dapat terjadi adalah perubahan pada produksi ASI.

Semakin tinggi tingkat kecemasan maka akan semakin tidak lancar produksi ASInya, sementara semakin rendah tingkat kecemasan maka produksi ASI akan semakin lancar. Penelitian ini juga, diketahui bahwa terdapat ibu yang tidak kecemasan, hal ini dikarenakan faktor pemicu ketidaknyamanan dan menimbulkan kecemasan sedikit atau tidak ada, seperti responden dalam mengurus bayinya dibantu oleh pihak keluarga seperti ibu kandung serta suami, ibu ingin segera menyusui bayinya walaupun masih merasakan nyeri Masa nifas, selain itu adanya perbedaan masing-masing individu dalam mengelola kecemasan sehingga pada penelitian ini terdapat ibu yang tidak masuk dalam kategori kecemasan .

Menurut peneliti pandemi covid-19 ini memberikan tingkat kecemasan bagi seluruh masyarakat, apalagi pada kelompok rentan dimana ibu hamil, ibu nifas, lansia dan lain nya, merupakan kelompok rentan pada terjangkitnya infeksi Covid-19. Keadaan ibu yang sedang dalam kondisi nyeri saat melahirkan, terbatasnya persalinan di karenakan sectio sesaria, kecemasan terhadap bayinya, sehingga perubahan psikologi ibu menjadi lebih berat. Kecemasan ibu untuk melindungi anaknya, takut menularkan hal yang tidak di inginkan, Perasaan ini menjadi momok bagi sebagian besar ibu menyusui. Beberapa ibu menyusui takut ASI-nya tidak cukup untuk menyusui bayinya sampai 6 bulan. Pikiran tersebut terus menghantui para ibu menyusui sampai pada akhirnya ibu menyerah untuk memberikan ASI. Pada akhirnya, ini berdampak pada bayi. Ibu memutuskan untuk berhenti memberikan ASI dan memilih untuk menyapih bayinya padahal bayi belum siap. Akibatnya yang ditimbulkan dari perasaan ibu ini bisa berdampak panjang kepada bayi.

Analisa peneliti Pikiran dan psikologis ibu, ASI yang keluar dapat mempengaruhi persepsi seorang ibu terhadap kemampuannya untuk menghasilkan ASI, meskipun perasaan ini tidak dapat memprediksi berapa banyak ASI yang keluar. Jika wanita depresi atau cemas tentang kemampuannya merawat bayinya, maka hal ini juga dapat mempengaruhi ketidakcukupan ASI. Kekhawatiran yang membuat ibu berhenti memberikan ASI lebih awal dari waktu yang direkomendasikan mungkin berhubungan dengan anggapan ibu mengenai bagaimana seharusnya bayinya bersikap setelah kenyang menerima ASI. Bayi yang tidak diberikan ASI mungkin dapat tidur lebih lama, sehingga ibu berpikiran untuk memberikan bayinya susu formula saja dibandingkan ASI. Namun, jangan salah, bayi tidur lebih lama karena susu selain ASI lebih sulit untuk dicerna bayi.

Kadang ibu juga menganggap bahwa bayi yang menyusu lebih sering, terutama pada malam hari, adalah tanda bahwa ASI-nya tidak cukup. Hal ini dapat membuat ASI yang diproduksi ibu benar-benar menurun, bayi akan lebih lama tidur, dan tubuh ibu tidak menerimal sinyal lagi bahwa ia perlu untuk memproduksi ASI. Hal-hal tersebut mungkin membuat ibu menganggap bahwa ia mempunyai masalah dalam menyusui, padahal sebenarnya tidak. Kesalahpahaman tersebut mungkin disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu mengenai perilaku bayi atau kurangnya dukungan untuk memberikan ASI dari orang sekeliling ibu. Ibu menyusui perlu berusaha keras untuk

menumbuhkan kepercayaan diri bahwa tubuhnya mampu untuk memproduksi cukup ASI.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Diketahui sebagian besar responden mengalami kecemasan dengan prosentase (72,7%). Diketahui sebagian besar responden mengalami persepsi kecukupan pemberian asi positif sebanyak 17 (51,5%). Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan akibat covid-19 dengan persepsi kecukupan ASI. (p-value 0,017 OR 13,333)

Saran

1. Bagi Rumah Sakit

- a. Peningkatan upaya promosi kesehatan yang berkaitan dengan kecemasan dalam masa pandemic covid-19
- b. Petugas kesehatan yang bekerja sama dengan bidan dapat lebih aktif dalam memberikan informasi tentang pola pemberian ASI yang tepat pada ibu selama menyusui

2. Bagi Ibu atau Orang Tua

- a. Mengikuti kegiatan yang diadakan oleh petugas kesehatan seperti penyuluhan dalam peningkatan pengetahuan dan perilaku ibu dalam pemberian ASI.
- b. Ibu menyusui harus memperhatikan pemenuhan kebutuhan gizi saat saat tumbuh kembang anak.
- c. Suami dapat memberikan dukungan dengan memberikan asupan dan persediaan bahan pangan yang dapat memenuhi gizi ibu saat menyusui dan pemenuhan kebutuhan gizi saat pertumbuhan dan perkemabangan balitanya

3. Bagi Peneliti Lainnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan hasil peneltian ini sebagai salah satu referensi dari penyebab kejadian kecemasan dan melakukan penelitian dengan variabel yang lain yang dapat mempengaruhi kejadian kecemasan dan pemberian ASI sehingga dapat menjadi bahan yang baik bagi peneliti selanjutnya.

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian tersebut di atas, maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut diharapkan agar para pelajar berusaha menghentikan kebiasaan merokok dan mencari solusi yang terbaik untuk mengurangi atau menghilangkan ketergantungan terhadap rokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, R. Y. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Beauty, A. L. (2016). Hubungan Antara Persepsi dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Baru Tuberkulosis Paru (Studi Kasus di Puskesmas Mejobo Kabupaten Kudus). *Skripsi Universitas Negeri Semarang*.

- Dewi. (2015). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Onset Laktasi Pada Ibu Post Partum Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta Naskah. X* (3), 373–379.
- Dewi, N. S., & Muttaqin, A. (2018). Pengetahuan dan Sikap Ibu Memberikan Kontribusi Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Besi (Fe). *JUKMAS: Jurnal Untuk Masyarakat ...*, 2 (1).
- Jannah, M. (2018). Pengaruh Support Edukasi Teknik Menyusui Yang Benar Terhadap Efektivitas Menyusui Ibu Postpartum Wilayah Kerja Puskesmas Batua. *Skripsi Universitas Hassanuddin*.
- Kaplan, H.I. & Sadock, B. J. (2010). *Buku ajar psikiatri klinis. Edisi2. Alih bahasa Profitasari dan Tiara Mahatmi Nisa. Jakarta: EGC. Jakarta:EGC.*
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- Komalasari. (2012). *Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Persepsi Ketidacukupan Asi Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Umur 0-12 Bulan Kota Depok Tahun 2011 Universitas Indonesia Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Persepsi Ketidacukupan Asi Pada Ibu Yang Mem.*
- Maramis, W. F., & Maramis, A. A. (2015). *Ilmu kedokteran jiwa. Edisi, 9*, 250-262.
- Mardjun, Z. (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).
- Maryunani, A. (2015). *Inisisasi Menyusu Dini, ASI Ekssklusif dan Manajemen Laktasi* (A. M@ftuhin, ed.). Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Mufdlilah, M., Johan, R. B., & Fitriani, T. (2018). Persepsi Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 2 (2), 38–44. <https://doi.org/10.32536/jrki.v2i1.23>
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu dan seni kesehatan masyarakat*.
- Nursalam. (2016). *Manajemen Keperawatan edisi 5*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prabasiwi, A., Fikawati, S., & Syafiq, A. (2015). Exclusif Breasfeeding and Perception of Insufficient Milk Suplya. *Kesmas: National Public Health Journal*, 9 (3), 282. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v9i3.691>
- Pradana, A. A., Casman, C., & Nur'aini, N. (2020). Pengaruh Kebijakan Social Distancing pada Wabah COVID-19 terhadap Kelompok Rentan di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : JKKI*, 9 (2), 61–67.
- Rifqi. (2020). Lembar Kegiatan Literasi Sainik untuk Pembelajaran Jarak Jauh Topik Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19). *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2 (1), 28–37.
- Stuart dan Sundeen. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 3 alih bahasa Achir Yani. S. Jakarta: EGC. Jakarta:EGC.*
- Utami. (2013). Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi Rencana Pemberian Asi Eksklusif Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Pegandan Kota Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53 (9), 1689–1699.
- Wardiyah, A. & R. (2016). *Sistem Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.
- WHO. (2017). *10 facts on breastfeeding*.
- WHO. (2020). Novel Coronavirus (2019-nCoV) Situation Report - 1. *WHO Bulletin*, (JANUARY), 1–7.

Widuri, H. (2013). *Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Bekerja* (pertama). Yogyakarta: Gosyen Publishing.

Wijaya, F. A. (2019). *ASI Eksklusif: Nutrisi Ideal untuk Bayi 0-6 Bulan*. 46 (4), 296–300.