

BAB 1

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Salah satu tujuan pembangunan nasional adalah membangun sumber daya manusia yang berkualitas agar mereka dapat melanjutkan perjuangan pembangunan nasional untuk menuju masyarakat yang sejahtera, adil dan makmur. Sumber daya manusia yang berkualitas tentunya harus dibentuk sejak awal, pemberian ASI dan proses menyusui yang benar merupakan sarana yang dapat diandalkan untuk membangun sumber daya manusia yang berkualitas karena ASI adalah satu-satunya makanan yang paling sempurna untuk menjamin tumbuh kembang bayi pada 6 bulan pertama dan yang akan mendukung tumbuh kembang selanjutnya (Kusumawati *et al.*, 2020).

Masa nifas merupakan masa setelah kelahiran sampai 6 minggu. Selama masa ini proses laktasi dimulai yang dipengaruhi oleh prolaktin untuk sekresi ASI, pada masa ini ibu harus siap secara fisik dan psikologis untuk mulai memberikan ASI kepada bayinya (Rukiyah, 2020). ASI (Air Susu Ibu) adalah sesuatu yang istimewa. ASI secara menakjubkan memiliki kekhususan biologis, ASI berguna untuk memastikan pertumbuhan bayi, dan meningkatkan daya tahan tubuhnya yang masih rentan. Komponen ASI terdiri atas berbagai zat yang dibutuhkan secara khusus oleh bayi. ASI secara ajaib dapat menyesuaikan dengan perkembangan dan kebutuhan bayi (Muyosoro, 2020).

Riset terbaru WHO (2023) menyebutkan bahwa 42% penyebab kematian balita di dunia berakibat penyakit, fakta resiko kematian bayi di bawah usia 2 bulan tanpa ASI eksklusif berpeluang 5,75 kali lebih besar dibandingkan dengan yang diberi ASI. Jika pemberian ASI eksklusif ditingkatkan dari 39% menjadi 78% maka resiko tingkat kematian bayi dapat diturunkan menjadi 50%. ASI merupakan makanan tunggal terbaik yang bisa memenuhi seluruh kebutuhan gizi bayi normal untuk tumbuh kembang di bulan-bulan pertama kehidupannya. Itu sebabnya, WHO menetapkan pemberian ASI eksklusif pada bayi selama 6 bulan (WHO, 2023).

Menurut Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023. Presentase capaian indikator pemberian ASI eksklusif ini belum memenuhi target renstra Kemenkes 2020-2024 yaitu 69% dimana persentase bayi yang diberikan ASI eksklusif di Indonesia hanya mencapai 44,8%. Dimana persentase tertinggi terdapat pada Provinsi Papua Tengah sebanyak 82,7% dan persentase terendah terdapat pada Provinsi DI Yogyakarta sebanyak 30,1% (Kemenkes RI, 2023).

Cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi <6 bulan di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2023 hanya mencapai 56,1% atau sebanyak 23.091 bayi dari 41.172 jumlah bayi <6 bulan yang ada di Provinsi Sumatera Utara (Profil Dinkes Sumatera Utara, 2023). Cakupan pemberian ASI eksklusif di Kota Sibolga Utara tahun 2023 sebesar 64%. Sementara itu cangkupan pemberian ASI eksklusif di UPTD Puskesmas Pintu Angin tahun 2023 hanya sebesar 36,7% (Profil Dinkes Kota Sibolga, 2023).

Salah satu penyebab ibu tidak memberikan ASI eksklusif adalah produksi ASI yang sedikit atau tidak keluar sama sekali pada 1-7 hari pasca melahirkan, sehingga ibu mencari alternatif untuk memenuhi kebutuhan bayi dengan memberikan susu formula. Adapun salah satu faktor yang menghambat pengeluaran ASI pada 1-7 hari post partum adalah faktor psikologis seperti kecemasan ibu. Kecemasan diartikan sebagai suatu perasaan yang tidak santai yang samar-samar yang disebabkan oleh rasa ketidaknyamanan atau dikarenakan rasa takut yang diikuti oleh suatu respon (Fajri *et al.*, 2022).

Proses menyusui terdapat dua proses penting 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 (Hamzah, 2021). Sebagaimana pengaturan hormon yang lain, hypothalamus akan bekerja sesuai dengan perintah otak dan bekerja sesuai emosi ibu. Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat memengaruhi kelancaran ASI. Jika ibu mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI (Nurhasanah *et al.*, 2023).

Pada ibu yang baru pertama kali melahirkan di dapatkan jumlah sebesar 83,4 % yang mengalami kecemasan tingkat berat, 16,6% pada ibu yang

mengalami kecemasan tingkat sedang. Didapatkan pula data sebesar 7% ibu sedang sebesar 71,5%, dan kecemasan tingkat ringan sejumlah 21,5%. Kecemasan pada ibu akan menyebabkan *let down reflex* ibu terhambat, hal ini diakibatkan terjadi karena kadar kortisol meningkat sehingga terjadinya penghambatan transportasi hormon oksitosin dalam bersekreasi yang kemudian mengakibatkan produksi Air Susu Ibu (ASI) terhambat, ASI yang terhambat dapat mempengaruhi keberhasilan dilakukan IMD (Sari *et al.*, 2023).

Ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas. Berdasarkan hasil penelitian Mardjun *et al.*, (2019), mengatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran pengeluaran ASI ibu post partum primipara. Upaya agar ASI tetap lancar yaitu mulai dari keinginan ibu yang kuat untuk memberikan nutrisi terbaik yaitu ASI pada bayinya. Motivasi yang kuat akan berpengaruh terhadap fisik dan emosi ibu untuk menghasilkan ASI. Dengan memiliki keinginan yang kuat dan kasih sayang yang tulus dan tinggi, maka produksi ASI bisa terpacu. Salah satunya yaitu dukungan dari suami dan keluarga, karena dukungan dari orang-orang terdekat dapat mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI dan terhindar dari kecemasan sehingga terciptakan suasana yang nyaman di dalam keluarga dan ibu merasa rileks dan nyaman. Jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran ASI, sebaliknya jika ibu merasa cemas dan stres akan menghambat kelancaran pengeluaran ASI.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fajri *et al.*, (2022), menyimpulkan bahwa kecukupan produksi ASI terbanyak adalah produksi ASI kurang dengan 20 responden (58,8%). Ada hubungan yang kuat antara tingkat kecemasan ibu post partum dengan produksi ASI dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai $r = -0.728$, merupakan hubungan yang tidak searah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardjun dkk (2020), didapatkan nilai $p\text{-Value}$ 0,001 lebih kecil dari nilai signifikan 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kecemasan dengan kelancaran pengeluaran air susu ibu pada ibu post partum selama dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado.

Berdasarkan pengamatan dan observasi yang penulis lakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara ditemukan fenomena bahwa terlihat bahwa 6 (60%) dari 10 ibu post partum tidak memberikan ASI kepada bayinya dikarenakan terhambatnya pengeluaran ASI, dan kurangnya perhatian tenaga kesehatan terhadap kondisi psikologi ibu padahal faktor psikis tersebut berpengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI.

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan pada latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1-7 hari di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1-7 hari di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara?”

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1-7 hari di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kecemasan ibu nifas primipara di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara.
- b. Mengetahui pengeluaran ASI pada masa nifas 1-7 hari di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara.
- c. Mengetahui hubungan tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1-7 hari di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara.

Manfaat Penelitian**Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bacaan dan referensi yang diharapkan dapat menambah informasi tentang hubungan tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1-7 hari khususnya bagi mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Prima Indonesia.

Tempat Penelitian

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam membuat kebijakan demi tercapainya tujuan utama dalam pencapaian target dalam menyusui secara eksklusif dengan penyuluhan atau pemberian dukungan psikologis pada ibu post partum untuk mencegah terjadinya kecemasan pada ibu post partum.

Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sumber rujukan dalam penyusunan penelitian selanjutnya terutama mengenai hubungan tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1-7 hari dan diharapkan mampu menghasilkan penelitian yang lebih baik dan melengkapi keterbatasan dalam penelitian ini.