

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Penelitian

Periode *postpartum* atau masa nifas merupakan masa 6 minggu ibu setelah melahirkan hingga kembalinya organ-organ reproduksi dalam keadaan normal dan kembali seperti keadaan sebelum hamil (Bobak *et al.*, 2017). Proses pemulihan pada masa nifas disebut dengan adaptasi *postpartum*. Adaptasi *postpartum* terdiri dari dua yaitu adaptasi fisiologi dan psikologis (Demirgoren *et al.*, 2017)

Adaptasi fisiologis *postpartum* pada sistem reproduksi salah satunya dengan adanya perubahan pada payudara. Payudara pada ibu *postpartum* akan memproduksi ASI yang dipengaruhi oleh kadar hormon prolaktin (Rahmi *et al.*, 2020). Sedangkan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon oksitosin (Oktafirnanda *et al.*, 2019). Kedua hormon tersebut sangat berpengaruh terhadap proses menyusui ibu *postpartum*. Pengeluaran hormon prolaktin dan oksitosin dapat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan seperti ibu *postpartum* yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih, dan mengalami berbagai bentuk ketakutan juga kecemasan (Salat & Suprayitno, 2019).

Ibu *postpartum* akan mengalami adaptasi psikologis dimana adaptasi tersebut ada 3 fase yaitu; fase *taking in* dimulai dari hari pertama yang dimana ibu *postpartum* masih berfokus pada dirinya sendiri dan sangat tergantung pada orang lain (Hastuti & Wijayanti, 2017). Fase *taking hold* yang terjadi di

hari ke 2-10 hari. Pada fase ini, timbul rasa khawatir pada ibu akan ketidakmampuan dalam merawat bayi. Fase *letting go* yaitu periode menerima tanggung jawab akan peran barunya dan ibu sudah menyesuaikan diri (Taviyanda, 2019). Proses adaptasi dapat dikatakan berhasil apabila ibu dapat menerima dan merawat bayi sesuai dengan waktu yang ditetapkan, jika ibu tidak dapat menyesuaikan maka akan mengalami gangguan psikologis yang akan menyerang ibu postpartum seperti kecemasan postpartum, *baby blues* hingga depresi postpartum (Rahmaningtyas *et al.*, 2019). Kecemasan pada ibu postpartum merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya, dimana keadaan emosi tidak memiliki objek yang spesifik (Mawardika *et al.*, 2020).

Radoš *et al.*, (2018) melaporkan prevalensi gangguan kecemasan *postpartum* di dunia sebesar 17% - 22% pada awal *postpartum* dan 15% - 33% pada akhir *postpartum*. Di Indonesia prevalensi gangguan mental seperti depresi dan gangguan kecemasan pada ibu setelah melahirkan sekitar 19,8% dari 14 juta orang populasi penduduk indonesia (Kemenkes RI 2019). Prevalensi kecemasan *postpartum* di RS Dustira 71,1% (Kirana, 2015). Hal tersebut menunjukkan masih tingginya kecemasan *postpartum* yang harus menjadi perhatian bagi petugas kesehatan.

Kecemasan pada ibu *postpartum* salah satunya berdampak pada produksi ASI, ASI yang tidak lancar ataupun ASI tidak keluar. Dampak apabila produksi ASI tidak lancar yaitu seperti ibu mengalami kesakitan karena

payudara bengkak, mastitis dan bahkan abses pada payudara yang dapat menyebabkan infeksi. Payudara yang infeksi tidak dapat diberikan akibatnya nutrisi bayi tidak terpenuhi, kurangnya kekebalan tubuh bayi, kurangnya kelekatan (*Bounding attachment*) antara ibu dan bayi, dan bayi memiliki resiko kematian karena diare 3,94 kali lebih besar dibandingkan bayi yang mendapat ASI Eksklusif (Salamah & Prasetya, 2019)

Kecemasan pada ibu menyusui akan menyebabkan suatu penutupan dari refleks pengeluaran hormon oksitosin/ *let down reflex*. Hal ini terjadi akibat pengeluaran epinefrin yang menyebabkan vasokonstriksi dari pembuluh darah alveoli, sehingga oksitosin terhambat dan menyebabkan aliran ASI tidak sempurna dan menghambat hormon prolaktin untuk memproduksi ASI (Wulansari *et al.*, 2020).

Menurut Supriyatiningih (2021) menjelaskan bahwa *let down reflex* yang tidak sempurna akan menyebabkan penumpukan ASI di alveoli yang ditandai dengan payudara yang membesar. Payudara yang membesar dapat menyebabkan abses dan nyeri. Rasa sakit tersebut dapat menyebabkan ibu menjadi stress, sehingga ibu akan khawatir dengan rendahnya produksi ASI. Siklus tersebut akan terus berulang dan menghambat produksi ASI. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa 95,3% responden yang mengalami kecemasan tidak dapat mengeluarkan ASI.

Kecemasan pada ibu *postpartum* dapat disebabkan oleh faktor dukungan sosial, pendidikan, usia dan paritas ibu yang berhubungan dengan pengalaman merawat bayi (Sulastri, Wiwin and Sugiyanto, 2016). Umumnya

ibu postpartum mengalami kecemasan karena takut tidak dapat memberikan ASI secara Eksklusif pada bayinya. Hal tersebut justru akan menghambat produksi ASI sehingga ibu tidak menyusui dan mengakibatkan cakupan pemberian ASI menjadi rendah. Menurut Riset Kesehatan Dasar Provinsi Jawa Barat tahun 2019 diketahui cakupan bayi mendapat ASI eksklusif sebesar 63,63%. Cakupan tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2018 (90,79%) (Kemenkes RI, 2019). Hal tersebut menunjukkan masih tingginya kecemasan postpartum yang menyebabkan rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif yang harus menjadi perhatian bagi petugas kesehatan.

Faktor lain yang dapat menyebabkan kecemasan pada ibu *postpartum* salah satunya ketika kondisi anak harus di rawat di ruang NICU. Dabas *et al.*, (2019) menjelaskan bahwa ibu *postpartum* yang mendapati bayinya dirawat secara khusus di NICU, mereka kurang dapat mengakses secara fisik oleh orang tua karena kabel monitor, inkubator, selang makanan dan pernafasan serta lingkungan NICU sendiri yang sering di anggap berisik penuh tekanan. Hal tersebut dapat menyebabkan ibu merasa cemas, stress hingga depresi pascapersalinan yang akan mengakibatkan gangguan hormonal dan mempengaruhi ikatan ibu dan bayi, juga produksi ASI.

Berdasarkan penelitian Yunita & Salat (2020) menjelaskan kecemasan pada ibu postpartum terjadi karena kurangnya informasi serta rasa khawatir yang berlebihan. Hal tersebut biasanya terjadi pada ibu postpartum primipara yang baru pertama kali melahirkan. Dengan demikian, semakin ibu merasa

cemas produksi ASI akan semakin sedikit karena dipengaruhi oleh kerja hormon prolaktin. Berdasarkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa 40% ibu menyusui mengalami kecemasan sedang dan lebih dari 50% ibu menyusui mengalami pengeluaran ASI tidak lancar. Berdasarkan penelitian tersebut, terdapat hubungan antara kelancaran produksi ASI dengan kecemasan pada ibu menyusui.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Septianingrum *et al.*, (2020) yang menyatakan bahwa ibu postpartum yang mengalami kecemasan didominasi oleh faktor lingkungan dan hormonal. Faktor lingkungan biasanya terjadi karena status ekonomi, masalah pernikahan, kecemasan dari diri sendiri ataupun keluarga mereka. Perubahan hormonal pada ibu dapat menyebabkan kecemasan karena kadar estrogen yang meningkat.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Qiftiyah (2018) bahwa hasil penelitiannya di dapatkan 29,4% ibu postpartum mengalami tingkat kecemasan ringan, 2,9% tingkat kecemasan sedang dan selebihnya 67,6 tidak mengalami kecemasan. Sedangkan pada ibu postpartum yang mengalami ASI tidak lancar sebanyak 50% dan 50% sisanya ASI keluar dengan lancar. Berdasarkan hasil penelitian tersebut didapatkan hasil tidak ada hubungan kecemasan dengan kelancaran ASI. Hal tersebut terjadi karena faktor lain yang mempengaruhi seperti asupan gizi, usia, kondisi puting dan dukungan keluarga.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di daerah Pangalengan Kabupaten Bandung, terdapat 11 orang ibu postpartum yang

mengalami kecemasan. Hasil wawancara singkat mendapatkan informasi bahwa 7 diantaranya mengalami ketidاكلancaran produksi ASI dan 4 orang lainnya ASI keluar dengan lancar. Sejalan dengan hasil studi dan penelitian sebelumnya didapatkan bahwa ada hubungan kecemasan terhadap produksi ASI. Namun, kecemasan tersebut dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Sehingga perlu analisis lebih lanjut terkait dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan terhadap kelancaran ASI. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan metode *Literature Review* untuk menganalisis hubungan kecemasan terhadap kelancaran produksi air susu ibu pada ibu postpartum.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada literatur ini yaitu dalam bentuk *literatur review* mengenai analisis hubungan kecemasan terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. Adapun *problem/ population* dalam literature review ini adalah ibu postpartum, *exposure nya* yaitu kecemasan, *comparison* dalam literature ini tidak ada pembandingnya dan *outcomes* pada penelitian ini adalah analisis hubungan kecemasan dan produksi ASI pada ibu postpartum.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka masalah yang menjadi fokus dalam pembahasan *literature review* ini adalah : bagaimanakah hubungan kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dalam *literature review* ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum berdasarkan hasil temuan dari literatur-literatur dan melihat persamaan dan perbedaan hasil temuan terdahulu.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada ibu postpartum
- b. Mengidentifikasi penyebab kecemasan pada ibu postpartum
- c. Mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu postpartum
- d. Menganalisis hubungan antara kecemasan dengan produksi ASI pada ibu *postpartum*.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoretis**

Diharapkan menjadi sumber rujukan pada mata kuliah keperawatan maternitas.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Setelah dilakukan kajian literatur diharapkan dapat memberikan manfaat dalam menambah kepustakaan dan referensi khususnya mata kuliah keperawatan maternitas mengenai hubungan kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum.

b. Manfaat Bagi Perawat

*literature review* ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dalam memberikan edukasi tentang pentingnya memilih strategi koping yang tepat guna mengurangi tingkat kecemasan ibu yang dapat mempengaruhi produksi ASI.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan kajian literatur ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum dan menganalisis intervensi keperawatan yang dapat diberikan pada ibu postpartum yang mengalami kecemasan sehingga dapat meningkatkan produksi ASI.

## **E. Sistematika Penulisan**

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini yang berjudul “Analisis hubungan Kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum” peneliti membaginya dalam V BAB, yaitu :

### **BAB I PENDAHULUAN**

Pada bab ini membahas tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika pembahasan

### **BAB II METODE**

Pada bab ini memaparkan tentang penelusuran pustaka (*literature review*) mengenai hubungan kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum melalui tahapan pencarian jurnal dengan media online.



### **BAB III HASIL**

Pada bab ini berisi kumpulan artikel penelitian mengenai kecemasan, kelancaran produksi ASI, artikel yang menghubungkan variabel tersebut dengan kelancaran produksi ASI, matriks sintesis artikel penelitian yang relevan dan tabel deskripsi topik dalam artikel penelitian yang relevan.

### **BAB IV PEMBAHASAN**

Pada bab ini berisi uraian secara deskriptif mengenai hubungan kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu postpartum berdasarkan telaah literatur.

### **BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini memaparkan secara singkat hasil penelitian dengan kajian literatur serta menguraikan saran peneliti terhadap peneliti selanjutnya.