

**Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh**

**The Effect of the Covid-19 Pandemic Anxiety on Breast Milk Production in Postpartum Mothers in Kuta Alam Community Health Center of Banda Aceh**

**Yusmanita\*<sup>1</sup>, Fauziah<sup>2</sup>, Nursa'adah<sup>3</sup>**

Program Studi Ilmu Keperawatan Univeristas Abulyatama

[Yusmanita12310@gmail.com](mailto:Yusmanita12310@gmail.com)

**Abstrak**

Masa *Post Partum* merupakan masa saat ibu mengalami perubahan peran dalam dirinya. Perawatan mandiri setelah melahirkan yang masih kurang menurut Komariah berhubungan dengan nutrisi, ASI dan menyusui. Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang diproduksi sejak masa kehamilan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian survei analitik observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu *Post Partum* yang menyusui sebanyak 586 orang. *Teknik sampling* yang digunakan adalah *Proportional Random Sampling*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 85 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar kuisisioner. Hasil penelitian Ada Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh dengan nilai  $p = 0,049$ . Peneliti menyarankan agar menjadi bahan pengetahuan tentang bagaimana seorang ibu *Post Partum* dalam menghadapi Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada dirinya.

**Kata Kunci:** Pandemi Covid-19, Kecemasan, Post-Partum

**Abstract**

*The Post Partum period is a time when the mother experiences a change in her role. According to Komariah, self-care after giving birth is still lacking related to nutrition, breast milk and breastfeeding. Breast milk (ASI) is a liquid secreted by the mother's breast glands in the form of natural foods or the best nutritious and high-energy milk produced during pregnancy. This study uses an observational analytical survey research method with a Cross Sectional approach. The population in this study were 586 postpartum mothers who breastfeed. The sampling technique used is Proportional Random Sampling. The sample used in this study used the Slovin formula. The number of samples taken in this study were 85 respondents. The instrument used in this study was a questionnaire sheet. The results of the study There is an Effect of Covid-19 Pandemic Anxiety on Breastfeeding Expenditure on Post Partum Mothers in the Work Area of the Kuta Alam Health*

*Center, Banda Aceh City with a p value of 0.049. The researcher suggested that it be used as material for knowledge about how a Post Partum mother in dealing with the Covid-19 Pandemic Anxiety on her Breastfeeding Expenditure.*

**Keywords:** Covid-19 Pandemic, Anxiety & Post Partum

## PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan ideal dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada bayi yang baru lahir. ASI menyediakan energi dan nutrisi yang dibutuhkan untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi. UNICEF (*United Nations Children's Fund*) dan WHO (*World Health Organization*) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sampai bayi berusia enam bulan, diatas usia enam bulan bayi harus diberikan makanan tambahan baik yang bersifat semi padat maupun padat <sup>1</sup>.

Berdasarkan laporan WHO (2018), terdapat 50% ibu yang menyusui bayinya dengan ASI eksklusif. Data dari Tahun 2017 didapatkan bahwa terdapat 84,06% ibu memberikan ASI eksklusif pada bayinya <sup>1</sup>. Data UNICEF pada 2018 menyebutkan terjadinya peningkatan pemberian ASI eksklusif di dunia sebesar 36% pada tahun 2000 menjadi 41% pada tahun 2018, namun angka ini masih dibawah target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yakni sebesar 50%. Secara umum, tingkat menyusui di dunia cukup rendah. Berdasarkan laporan *Global Breastfeeding Scorecard* yang mengevaluasi data menyusui dari 194 negara, persentase bayi di bawah enam bulan yang diberikan ASI eksklusif hanya 40%. Selain itu, hanya 23 negara yang pemberian ASI eksklusifnya di atas 60% (*United Nations Children's Fund*) <sup>2</sup>

*Post Partum* adalah masa atau waktu sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar lepas dari rahim, sampai enam minggu berikutnya, disertai dengan pulihnya kembali organ-organ yang berkaitan dengan kandungan, yang mengalami perubahan seperti perlukaan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan. Masa *Post Partum* merupakan masa saat ibu mengalami perubahan peran dalam dirinya. Perawatan mandiri setelah melahirkan yang masih kurang menurut Komariah berhubungan dengan nutrisi, ASI dan menyusui. Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang diproduksi sejak masa kehamilan.<sup>3</sup>

Rekomendasi dari (WHO) dan (UNICEF) sebaiknya anak hanya diberi ASI selama 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur 2 tahun. Menurut data WHO (2016), cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. Pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 54,0% telah mencapai target <sup>1</sup>.

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). Gangguan psikologi pada ibu menyebabkan berkurangnya pengeluaran ASI, karena akan menghambat *let down reflect*. Perubahan psikologis pada ibu *Post Partum* umumnya terjadi pada 3 hari *Post Partu m*. Dua hari *Post Partum* ibu cenderung bersifat negatif

terhadap perawatan bayinya dan sangat tergantung karena energi difokuskan untuk dirinya sendiri. 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<sup>4</sup>.

Diketahui saat ini terjadi pandemi *Coronavirus disease 2019* (COVID-19). (WHO) pertama kali menyebut *Coronavirus Disease-2019* ditemukan pertama kali di Wuhan dengan Novel Coronavirus 2019 (2019-nCoV) yang disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2)(WHO, 2020). Pandemi Coronavirus disease 2019 (COVID-19) yang ditetapkan oleh WHO tanggal 11 Maret 2020, masih terus berlanjut dan saat ini lebih dari 27 juta kasus terkonfirmasi tersebar di seluruh dunia (WHO, 2020). Infeksi *severe acute respiratory syndrome-coronavirus-2* (SARS-CoV-2) ini dapat menyerang seluruh kelompok usia, termasuk ibu hamil dan neonatus<sup>5</sup>.

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. 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.<sup>1</sup>

Pemahaman mengenai COVID-19 tidak hanya perlu dilakukan untuk orang yang terjangkit. Semua orang wajib untuk memahami sehingga mampu melakukan tindakan yang tepat untuk melindungi dirinya sendiri maupun orang lain, termasuk juga untuk ibu yang usai melahirkan dan sedang dalam masa menyusui. Ibu menyusui perlu memahami bagaimana tindakan tepat yang harus dilakukan dalam menghadapi COVID-19. Hal ini juga sekaligus melindungi bayi dari serangan COVID-19. Meskipun menurut WHO jumlah pasien anak masih dalam angka kecil, namun bukan berarti mereka tidak berpeluang untuk menjadi korban. ASI merupakan nutrisi terbaik untuk melindungi bayi dan balita dari berbagai penyakit termasuk ketika wabah COVID-19 yang menyerang di seluruh dunia. Terdapat perlindungan imunologis yang terdapat di dalam ASI sehingga banyak ahli yang sepakat bahwa ibu menyusui tetap harus terus menyusui selama pandemi COVID-19. ASI merupakan campuran sempurna dari antibodi, vitamin dan faktor kekebalan sehingga sangat dibutuhkan pada masa ini untuk meningkatkan kekebalan bayi<sup>5</sup>.

Kasus COVID-19 di Indonesia sampai tanggal 14 April 2020 masih memperlihatkan peningkatan signifikan jumlah pasien yang terinfeksi sebesar 4.839 orang dengan jumlah kasus baru sebanyak 282 orang, pasien sembuh 426 orang dan angka kematian 459 orang. Terjadinya pandemi COVID-19 ini membuat ibu *Post Partum* mengalami kecemasan, yang dapat berdampak pada pengeluaran ASI.<sup>1</sup>

Rekomendasi dari WHO ibu dengan suspek atau positif COVID-19 untuk tetap menyusui dengan menerapkan prosedur pencegahan dan perlindungan infeksi. Manfaat pemberian ASI bagi ibu dan bayi melebihi potensi risiko transmisi COVID-19. Ibu dan bayi juga dianjurkan untuk

rawat gabung (rooming-in) agar dapat melaksanakan kontak skin-to-skin yang dilanjutkan dengan menyusui, dapat terus dilaksanakan <sup>6</sup>.

Konselor Air Susu Ibu (ASI) pejuang ASI Indonesia, Ameetha Drupadi mengatakan bahwa edukasi bagi ibu menyusui, terutama bagi ibu yang diduga atau terjangkit COVID -19 sangat penting terutama langkah-langkah yang harus dilakukan ketika ingin menyusui secara langsung. Alternatif lain yang dapat dilakukan selain menyusui secara langsung antara lain melalui ASI perah, donor ASI dan susu formula bayi dengan memastikan kelayakan, persiapan yang benar dan sama <sup>7</sup>.

Berdasarkan penelitian terbaru oleh Health Collaborative Center (HCC) angka keberhasilan pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif selama pandemi COVID-19 di Indonesia menunjukkan prevalensi yang meningkat tajam mencapai sebesar 89,4%. Ketua Tim Peneliti dari Health Collaborative Center (HCC), Dr. Ray W. Basrowi dalam media briefing secara daring mengatakan angka ini jauh meningkat dari sebelum pandemi COVID-19 yakni hanya sekitar 30-50% ibu atau termasuk kategori rendah dari seluruh dunia. Hasil survey yang dilakukan kepada 379 responden ibu menyusui dari 20 provinsi di Indonesia menunjukkan peningkatan angka keberhasilan pemberian ASI eksklusif di Indonesia tahun 2020. Angka pemberian ASI meningkat pada para ibu yang bekerja dari rumah (work fromhome) yakni sebesar 97,8 %, serta pada kelompok ibu menyusui yang tetap bekerja dari kantor (work from office) sebesar 82,9% <sup>8</sup>.

Berdasarkan laporan Badan Statistik Indonesia (2021), Hasil survei Provinsi Aceh menunjukkan peningkatan angka Menyusui ASI eksklusif, semenjak Tahun 2018 terdapat (33.33%). Kemudian pada Tahun 2019 terus meningkat dengan (62.81%) dan pada tahun 2020 peningkatan angka Menyusui ASI eksklusif berada pada (65.43%). ASI merupakan nutrisi terbaik untuk melindungi bayi dan balita dari berbagai penyakit termasuk ketika wabah COVID-19 yang menyerang di seluruh dunia. Terdapat perlindungan imunologis yang terdapat di dalam ASI sehingga banyak ahli yang sepakat bahwa ibu menyusui tetap harus terus menyusui selama pandemi COVID-19. ASI merupakan campuran sempurna dari antibodi, vitamin dan faktor kekebalan sehingga sangat dibutuhkan pada masa ini untuk meningkatkan kekebalan bayi <sup>9</sup>

Kasus COVID-19 di Kota Banda Aceh sampai tanggal 30 Agustus 2021 masih memperlihatkan peningkatan signifikan jumlah pasien yang terinfeksi sebesar 7202 orang dengan jumlah kasus baru sebanyak 63 orang, pasien sembuh 54 orang dan angka kematian 3 orang. Sedangkan Di Kuta Alam sampai tanggal 30 Agustus 2021 masih memperlihatkan jumlah pasien yang terinfeksi sebesar 1523 orang dengan jumlah kasus baru sebanyak 16 orang, pasien sembuh 14 orang dan angka kematian 0. Terjadinya pandemi COVID-19 ini membuat ibu *Post Partum* mengalami kecemasan, yang dapat berdampak pada pengeluaran ASI. Fenomena yang terjadi saat ini, kelancaran pengeluaran ASI seringkali disebabkan oleh faktor kecemasan, padahal jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran ASI, sebaliknya jika ibu merasa cemas akan menghambat kelancaran pengeluaran ASI. Dari survey awal yang peneliti lakukan di wilayah kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh, diketahui melalui wawancara pada tanggal 20 Oktober 2021 di Wilayah Pukesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh dengan 15 orang ibu yang menyusui diperoleh bahwa terdapat 11 ibu *Post Partum* yang merasa cemas dimasa pandemi COVID-19 dikarenakan kadang harus keluar rumah untuk membeli keperluan si bayi

sehingga membuat ibu takut membawa kuman yang dapat berdampak pada dirinya dan anaknya, sedangkan 4 orang lagi ibu *Pos Partum* tidak mengalami gangguan kecemasan karena mereka menganggap APD yang mereka gunakan dapat melindungi mereka dari terinfeksi penyakit

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian survei analitik observasional dengan menelaah Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh melalui pendekatan *Cross Sectional*. Pendekatan *Cross Sectional* adalah penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk efek observasi sekaligus dalam waktu yang sama<sup>10</sup>.

## POPULASI

Populasi adalah setiap objek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan<sup>11</sup>. Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu *Post Partum* yang menyusui sebanyak 586 orang berdasarkan pengambilan data awal dari 6 desa yang berada Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh.

## SAMPEL

Sampel adalah bagian populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling. Sampling adalah suatu proses dalam menyeleksi porsi untuk menjadi sampel dari populasi untuk dapat mewakili populasi. Pada penelitian ini *teknik sampling* yang digunakan adalah *Proportional Random Sampling*, yaitu peneliti menentukan sendiri sampel diambil tidak secara acak tetapi ditentukan oleh peneliti. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin<sup>11</sup> :

$$n = \frac{N}{1 + Ne}$$

Keterangan:

$n$  : Ukuran sampel

$N$  : Ukuran populasi

$e$  : Interval kepercayaan (biasanya 0,05 atau 0,01)

$$n = \frac{N}{1 + Ne}$$

$$n = \frac{586}{1 + 586(0,01)}$$

$$n = \frac{586}{6,86}$$

$$n = 85,42$$

Maka jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah : 85

## HASIL PENELITIAN

Pengumpulan data penelitian dilakukan dari tanggal 27 Juni s/d 04 Juli pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh. Jumlah sampel yang didapat adalah

85 responden. Sampel diambil dengan teknik *Proportional Random Sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengedarkan kuesioner dengan 16 item pertanyaan pengaruh kecemasan covid-19 dan 10 item pertanyaan tentang pengeluaran ASI. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diperoleh data yaitu:

### 1. Data Demografi Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi: Pendidikan terakhir, pekerjaan dan paritas. Data demografi responden dapat dilihat dari tabel 4.1 di bawah ini sebagai berikut:

Tabel 4.1  
 Distribusi Frekuensi Data Demografi Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda (N=85)

No	Jenis	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Pendidikan Terakhir	SMA	39	45.9
		PT	46	54.1
	Total		85	100.0
2	Pekerjaan	PNS	22	25.9
		Wiraswasta	24	28.2
		IRT	39	45.9
Total		85	100.0	
3	Paritas	Paritas Ke 1	32	37.6
		Paritas Ke 2	30	35.3
		Paritas Ke 3	17	20.0
		Paritas Ke 4	6	7.1
Total		85	100.0	

Sumber: Data primer (diolah tahun 2022)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1 dilihat dari pendidikan terakhir tertinggi berada pada PT sebanyak 46 (54,1%). Kemudian pada katagori pekerjaan yang tertinggi terdapat pada IRT dengan jumlah 39 (45,9%). Kemudian pada katagori paritas terdapat pada paritas ke 1 dengan jumlah 32 (37,6%)

## ANALISA UNIVARIAT

### 1. Pengaruh Kecemasan Covid-19

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk pengkatagorian pengaruh kecemasan covid-19 dengan 16 item pertanyaan dengan 85 responden di peroleh total nilai 2350 dengan nilai mean/rata-rata ( $\bar{x}$ ) = 27.6. Maka di kategorikan ya mengenai pengaruh kecemasan covid-19  $x \geq 27.6$  dan di katakan tidak jika  $x \leq 27.6$ . Hasil pengaruh kecemasan covid-19 dapat di lihat dari tabel 4.2 di bawah ini sebagai berikut

Tabel 4.2  
 Distribusi Frekuensi Pengolahan Data Pengaruh Kecemasan Covid-19 (N= 85)

No	Kecemasan Covid-19	Frekwensi (f)	Persentase (%)
1	Ya	52	61.2
2	Tidak	33	38.8
Jumlah		85	100,0

Sumber: Data primer (diolah tahun 2022)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2 didapatkan bahwa distribusi rekuensi pengolahan data tertinggi tentang pengaruh kecemasan covid-19 berada pada kategori ya sebanyak 52 (61.2%) responden.

## 2. Pengeluaran ASI

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk pengkategorian pengeluaran ASI dengan 10 item pertanyaan dengan 85 responden di peroleh total nilai 1468 dengan nilai mean/rata-rata ( $x$ ) = 17.3. Maka di kategorikan baik pengeluaran ASI  $x \geq 17.3$  dan di katakan kurang jika  $x \leq 17.3$ . Hasil pengeluaran ASI dapat di lihat dari tabel 4.3 di bawah ini sebagai berikut

Tabel 4.3  
 Distribusi Frekuensi Pengolahan Data Pengeluaran ASI (N= 85)

No	Pengeluaran ASI	Frekwensi (f)	Persentase (%)
1	Baik	44	51.8
2	Kurang	41	48.2
Jumlah		85	100,0

Sumber: Data primer (diolah tahun 2022)

Berdasarkan pada tabel 4.3 didapatkan bahwa distribusi frekuensi pengolahan data tertinggi tentang pengeluaran ASI berada pada kategori baik sebanyak 44 (51.8%) responden

## ANALISA BIVARIAT

### 1. Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh

Hasil Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh, maka untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.4  
 Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* (N=85)

Pengaruh Kecemasan Covid-19	Pengeluaran ASI		Total	A	p value
	Baik	Kurang			
	f	%	f	%	
<b>Ya</b>	22	42.3	30	57.7	52 100
<b>Tidak</b>	22	66.7	11	33.3	33 100

---

Jumlah	44	51.8	41	48.2	85	100
--------	----	------	----	------	----	-----

---

Sumber: Data primer (diolah tahun 2022)

Berdasarkan tabel 4.4 di atas diketahui bahwa dari 52 ibu *post partum* pada kategori yang mengalami kecemasan covid-19, terdapat 22 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang baik dan 30 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang kurang. Kemudian 33 ibu *post partum* pada kategori yang tidak mengalami kecemasan covid-19, terdapat 22 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang baik dan 11 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang kurang.

Setelah dilakukan uji statistic (uji *Chi-Square*), diperoleh nilai  $p= 0,049$  ( $p<0,05$ ) bahwa ada Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh

## PEMBAHASAN

### 1. Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh

Berdasarkan tabel 4.4 di atas diketahui bahwa dari 52 ibu *post partum* pada kategori yang mengalami kecemasan covid-19, terdapat 22 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang baik dan 30 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang kurang. Kemudian 33 ibu *post partum* pada kategori yang tidak mengalami kecemasan covid-19, terdapat 22 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang baik dan 11 ibu *post partum* dengan pengeluaran ASI yang kurang.

Setelah dilakukan uji statistic (uji *Chi-Square*), diperoleh nilai  $p= 0,049$  ( $p<0,05$ ) bahwa ada Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian seorang ahli Rusmawati Tambaru. 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  $p$  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.<sup>12</sup>

Hawari 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. 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<sup>13</sup>.

Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian dengan membagikan kuisioner bahwa ibu *post partum* yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh, mengalami cemas dan khawatir dengan keadaan lingkungan yang terpapar penyakit, 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. Kemudian 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

Setelah melakukan penelitian mengenai Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh dari data yang telah di peroleh dalam proses penelitian ini dapat di tarik simpulan bahwa ada Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum* Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh dengan nilai  $p = 0,049$

## SARAN

1. Bagi Responden diharapkan dapat menjadi bahan pengetahuan tentang bagaimana seorang ibu *Post Partum* dalam menghadapi Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada dirinya.
2. Bagi Tempat Penelitian diharapkan bahan pengetahuan bagi Pukesmas Kuta Alam tentang perawatan anggota keluarga terhadap Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum*.
3. Bagi Institusi Keperawatan diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan kajian ilmu keperawatan tentang Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum*
4. Bagi Penelitian Lain diharapkan dapat dijadikan Sebagai pedoman untuk peneliti lain serta dapat memperluas dan memperdalam kajian tentang Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu *Post Partum*

## DAFTAR PUSTAKA

1. RI D. Buku Kesehatan Ibu dan Anak, Jilid A. Jakarta: 2018; 2019.
2. UNICEF. Undernutrition contributes to nearly half of all deaths in children under 5 and is widespread in Asia and Africa. 2018; Available from: <https://data.unicef.org/topic/nutrition/malnutrition/>
3. Rahmiati. Efektifitas Mengunyah Permen Karet Terhadap Pemulihan Peristaltik Usus Pada Ibu Post Partum Sectio Caesaria. J Sekol Tinggi Ilmu Kesehat Wiyata Husada Samarinda.

- 2018;
4. Arfiah. 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. Progr Stud DIII Kebidanan, STIKes Widya Nusant Palu. 2017;
  5. Williams et al. 2020. High expression of ACE2 receptor of 2019-nCoV on the epithelial cells of oral mucosa. *Int J Oral Sci.* 2020;12 (1): 8.
  6. WHO. WHO coronavirus disease (COVID-19) dashboard. 2020;
  7. KEMENPPPA. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. Pedoman Perlindungan Anak. Jakarta; 2020.
  8. Pranita E. ASI Eksklusif di Indonesia Meningkatkan Tajam Selama Pandemi Covid-19. *KompasCom.* 2021;
  9. Statistik BP. Jumlah Ibu Menyusui 2018-2020. 2020; Available from: <https://bps.go.id/dynamicstable/2020/09/17/22/jumlah-ibu-menyusui-2018-2020.html>
  10. Nursalam. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Jakarta: Sagung Seto; 2015.
  11. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. PT Rineka Cipta. Jakarta; 2015.
  12. Rusmawati Tambaru1, Hilda FIT. Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Ibu Post Partum di Bidan Praktek Mandiri Hj. Rusmawati Muara Badak. 2020;
  13. Hawari. D. 2016. Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa, Skizofrenia. FKUI. Jakarta.