

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seorang wanita pertama kali mempunyai anak atau menjadi ibu baru disebut *Primipara*. Waktu yang paling mengkhawatirkan bagi seorang wanita yang baru pertama kali menjadi ibu adalah pada saat pasca persalinan. Hal tersebut dikarenakan pada saat tersebut seseorang wanita dituntut kesiapan dengan peran barunya. Ibu *primipara*, baru pertama kali dan belum berpengalaman dalam hal menyusui. Penyesuaian yang dibutuhkan ibu *primipara* dengan peran barunya sebagai ibu setelah persalinan yaitu kesiapan fisik dan mental. Gangguan psikologis yang dapat ditimbulkan dari tuntutan menyusui yang berat meliputi kecemasan yang dapat berdampak pada perilaku menyusui ibu tersebut (Rohmana, 2013).

Menyusui merupakan proses alamiah namun sulit dan perlu pengetahuan dan melatih diri dalam hal menyusui yang baik dan benar. Terbaikannya perilaku menyusui yang baik dan benar diakibatkan kurang memahami pentingnya ASI, posisi dalam pemberian ASI yang benar yang terdiri dari beberapa indikator yang meliputi posisi ibu dan bayi (*body position*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*) (Anisa, 2018). Teknik menyusui merupakan prosedur pemberian ASI oleh ibu kepada bayinya untuk asupan nutrisi bagi bayi tersebut. Kendala yang dialami pada ibu *post partum primipara* yaitu kurang tepatnya sikap dalam menyusui akibat kurang tenang dalam perilaku menyusui (Amalia, 2020).

Faktor yang berpengaruh terhadap perilaku menyusui meliputi faktor perubahan sosial budaya seperti ibu yang bekerja, meniru kebiasaan orang lain apabila menyusui akan membuat dirinya merasa ketinggalan jaman. Faktor psikologis, seperti perasaan takut daya tariknya berkurang, kecemasan dan tekanan psikis. Faktor fisik seperti dalam keadaan sakit. Faktor tenaga kesehatan, faktor promosi susu kemasan yang meningkat serta isu yang salah terkait hal penggantian ASI dengan susu kemasan (Anisa, 2018) ,

Berdasarkan penelitian lapangan diperoleh hasil bahwa hanya 13% ibu *primipara* memiliki perilaku menyusui yang benar dan sisanya 87% memiliki perilaku menyusui yang tidak benar. *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) merekomendasikan pemberian ASI sebaiknya diberikan minimal 6 bulan dan ASI lanjutan diberikan hingga usia 2 tahun. Hal tersebut di dukung oleh penelitian Achadyah,dkk dalam (Ruchul, 2017) yang memperoleh hasil bahwa faktor psikis dapat mengganggu hubungan ibu dan bayi pada saat kecemasan serta depresi yang menimbulkan buruknya sikap dan perilaku menyusui ASI eksklusif (Supliyani & Djamilus, 2021).

Kecemasan dapat dipengaruhi oleh faktor stimulus lingkungan spesifik dan pola pikir yang salah yang menimbulkan perubahan perilaku *maladaptive* (Yusuf, A.H & ,R & Nihayati, 2015). Menurut (Anisa, 2018) menyatakan bahwa gejala dari kecemasan yaitu timbulnya perasaan takut, konsentrasi terganggu, tegang, resah dan gelisah yang berakibat pada depresi.

Variasi kecemasan dimulai dari kecemasan ringan, berat hingga dapat menimbulkan kepanikan.

Kecemasan pada ibu *post partum* antara lain yaitu perasaan waspada, takut, merasa bersalah dengan ketidakmampuan merawat bayinya misalnya kesulitan dalam menyusui, muncul kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar (Mardiati Agustin, 2018). Kecemasan seorang ibu *post partum primipara* yang berkelanjutan dapat memberikan dampak negatif bagi perkembangan ibu tersebut maupun bagi bayinya. Gangguan psikologis ibu *post partum primipara* dapat berpengaruh buruk pada perkembangan kesehatan mental, jalinan ikatan dan perlekatan menjadi terganggu, serta kurang perawatan diri ibu dan bayinya. Selain hal tersebut, kecemasan dapat mengakibatkan produksi ASI tidak dapat memenuhi kebutuhan bayi dan buruknya komposisi ASI. Lebih lanjut, kecemasan dapat mendorong keinginan ibu untuk memberikan pengganti ASI seperti susu formula bagi bayi yang menyebabkan kemungkinan kecil untuk menyusui secara *eksklusif*. Gejala psikologis termasuk kecemasan yang tidak dapat dibiarkan berlarut-larut karena dapat menyebabkan gangguan psikis yang lebih berat atau depresi *post partum* (Mawardika et al., 2020).

Di Indonesia pada tahun 2013-2016 terdapat sebanyak 373.000.000 orang ibu *post partum* dan yang mengalami gangguan menyusui akibat kecemasan sebanyak 107.000.000 orang (28,7%). Ibu *post partum primipara* yang mengalami kecemasan tingkat berat mencapai 83,4% dan kecemasan sedang sebesar 16,6%, sedangkan pada ibu multipara didapatkan kecemasan

tingkat berat 7%, kecemasan sedang 71,5%, dan cemas ringan 21,5% (Depkes RI, 2016 dalam (Mardiati Agustin, 2018). Rendahnya capaian ASI Eksklusif di Jawa Tengah salah satunya disebabkan oleh faktor psikologis, pada beberapa ibu yang baru melahirkan dapat timbul kecemasan akibat perubahan yang dialami dan muncul kekhawatiran tidak dapat memberikan ASI dengan baik. Berdasarkan data dari Kabupaten/Kota diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Jawa Tengah tahun 2019 sebesar 66,0%. Cakupan tersebut mengalami kenaikan dibandingkan dengan tahun 2018 (65,6%). Sedangkan di Kabupaten Semarang tahun 2019 dari total bayi 6.664 hanya sejumlah 3.683 bayi yang diberi ASI eksklusif atau sebesar 60% saja (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019).

Kecemasan pada primipara adalah kecemasan yang tidak pasti dan menyebar yang terkait dengan perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan, tanpa objek khusus untuk keadaan emosional. Salah satu penyebab tersebut adalah *stressor psikologis*, yaitu peristiwa atau kejadian yang menyebabkan seseorang menyesuaikan atau beradaptasi dengan kondisi yang dialaminya (Hoff et al., 2019).

Otak memiliki reseptor spesifik untuk *benzodiazepin* yang membantu mengatur kecemasan. Modulasi ini terkait dengan *aktivitas neurotransmitter gamma-aminobutyric acid (GABA)*, yang mengontrol aktivitas neuron di bagian otak yang bertanggung jawab untuk menghasilkan kecemasan. Ketika GABA bersentuhan dengan *sinaps* dan berikatan dengan reseptor GABA

pada *membran post-sinaps* dapat membuka saluran/gerbang reseptor dan terjadi transfer ion.

Perubahan ini akan menyebabkan eksitasi sel dan memperlambat aktivitas sel. Mekanisme koping juga dapat terganggu karena berkurangnya suplai darah, perubahan hormonal, dan penyebab fisik lainnya, sehingga kecemasan dapat meningkatkan persepsi konflik dan mengembangkan perasaan tidak berdaya yang mempengaruhi perilaku seseorang dimana muncul 2 kecenderungan yaitu *approach* yaitu cenderung melakukan sesuatu dan *avoidance* yaitu tidak melakukan atau menggerakkan melalui sesuatu dalam menyusui dengan benar sehingga terdapat hubungan antara kecemasan terhadap perilaku menyusui seseorang (Yusuf, A.H & ,R & Nihayati, 2015).

Berdasarkan observasi awal dan studi pendahuluan pada tanggal 25 November 2021 didapatkan data dari hasil wawancara terhadap 10 orang ibu *post partum primipara* fakta yang ditemukan adalah tingkat kecemasan dari 10 orang , 8 diantaranya dengan kecemasan ringan ditandai dengan perilaku gelisah, cemas, dan bingung. Perilaku menyusui dari ibu *post partum primipara* dengan cemas ringan yaitu 7 dengan perilaku menyusui sudah sesuai ditandai dengan posisi menyusui, cara menyusui dan lama frekuensinya sudah betul dan 1 dalam kategori perilaku menyusui belum sesuai dengan skor dibawah 6. Serta 2 diantaranya dengan kecemasan sedang, perilaku menyusui dari ibu *post partum primipara* dengan cemas sedang yaitu 1 dan perilaku yang belum sesuai 1. Dari 10 orang ibu *post partum*

primipara, 6 orang diantaranya berumur 23 tahun dan 4 diantaranya berumur 24 tahun.

Mengingat kecemasan ibu saat melahirkan sangat sering terjadi dan belum mendapat perhatian, fenomena ini perlu diteliti dan diselesaikan. Sehingga peneliti ingin mengkaji apakah ada hubungan antara kecemasan ibu dengan perilaku menyusui ibu *post partum primipara*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Adakah Hubungan Kecemasan dengan Perilaku Menyusui Ibu *Post Partum Primipara*?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kecemasan dengan Perilaku Menyusui Ibu *Post Partum Primipara*.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi gambaran kecemasan pada ibu *post partum primipara*.
- b. Mengidentifikasi gambaran perilaku menyusui pada ibu *post partum primipara*.
- c. Menganalisis hubungan kecemasan dengan perilaku menyusui ibu *post partum primipara*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam berbagai hal, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini bagi peneliti dapat dijadikan sarana belajar dalam rangka menambah pengetahuan, untuk menerapkan teori yang telah penulis dapatkan selama masa perkuliahan dan juga untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang hubungan kecemasan dengan perilaku menyusui pada ibu *post partum primipara*.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini akan menambah *literature*, sebagai dasar penelitian khususnya hubungan kecemasan dengan perilaku menyusui pada ibu *post partum primipara*.

2. Manfaat Praktis

a. Peningkatan Pelayanan Kesehatan

Memberikan dukungan berupa kombinasi perawatan diri ibu *post partum primipara* dalam perilaku menyusui.

b. Peningkatan Kesehatan Masyarakat

Memberikan kontribusi dalam meningkatkan peran keluarga dalam memberikan dukungan kepada ibu agar tidak cemas, sehingga dalam perilaku menyusui dapat dilakukan dengan baik dan benar.