

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

WHO merekomendasikan ASI (Air Susu Ibu) eksklusif untuk 6 bulan pertama ke hadapan. Pemberian ASI secara optimal sangat penting karena dapat menyelamatkan lebih dari bayi serta mengandung seperangkat zat perlindungan terhadap berbagai penyakit. Dampak apabila bayi tidak diberikan ASI pada bulan pertama diyakini dapat meningkatkan 1/3 kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Atas (ISPA), kejadian diare dapat meningkat 50%, dan penyakit usus parah pada bayi prematur dapat meningkat kejadiannya sebanyak 58% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) mengatakan pada tahun 2018 cakupan ASI eksklusif di dunia sebesar 36% angka tersebut masih jauh di bawah rekomendasi WHO yaitu 50%. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang diambil pada tahun 2018 cakupan ASI eksklusif di Indonesia sebesar 37,7%. (Riskesdas 2018). Cakupan ASI eksklusif di wilayah provinsi Jawa Timur pada tahun 2018 sebesar 76,01% dan tahun 2019 sebesar 78,3%. (Pane and dkk 2019).

Angka pemberian ASI eksklusif di dunia masih rendah berdasarkan data dari United Nations Children's Fund (UNICEF) pada tahun 2019 hanya 39% bayi di bawah usia 6 bulan yang mendapatkan ASI secara

esklusif di seluruh dunia, angka tersebut juga tidak mengalami kenaikan pada tahun 2021, yaitu hanya 40% keberhasilan pemberian ASI eksklusif di seluruh dunia. Cina yang merupakan salah satu negara dengan jumlah populasi penduduk yang cukup besar di dunia hanya memiliki angka keberhasilan pemberian ASI eksklusif sebesar 28%. Sedangkan negara-negara yang menduduki posisi 3 angka pemberian ASI eksklusif terendah di dunia menurut WHO 2021. Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia juga masih kurang bahkan menurun. Berdasarkan perhitungan presentase ASI yang terbaru berdasarkan data riskestase yang terakhir tahun 2019, keberhasilan pemberian ASI eksklusif hanya sebesar 54% (Herman 2022) .

Sangat disayangkan bahwa di Indonesia pada kenyataannya penggunaan ASI belum seperti yang di anjurkan. Pemberian ASI yang dianjurkan adalah (a) ASI eksklusif selama 6 bulan karena ASI saja dapat memenuhi 100% kebutuhan bayi, (b) dari 6– 12 bulan ASI masih merupakan makanan utama bayi karena dapat memenuhi 60– 70 % kebutuhan bayi dan perlu ditambahkan makanan lumat sampai lunak sesuai dengan usia bayi, (c) diatas 12 bulan ASI saja hanya memenuhi sekitar 30% kebutuhan bayi dan makanan padat sudah menjadi makanan utama. Saat ini usaha meningkatkan penggunaan ASI telah menjadi tujuan global. Setiap tahun pada tanggal 1-7 Agustus adalah pekan ASI sedunia (Prawirohardjo 2022).

Pemberian ASI dipengaruhi kesehatan fisik dan mental, jenis persalinan yang di rencanakan, pendapatan, pendidikan, paritas, etnis, dan

kesulitan menyusui. Wanita dengan jenis persalinan caesar yang direncanakan memiliki kemungkinan lebih besar (OR= 1,61; 95% CI: 1,14, 2,26; p= 0,014) untuk menghentikan menyusui sebelum 12 minggu pascapersalinan dibandingkan dengan mereka yang melahirkan secara vagina (Hobbs 2021).

Kelancaran produksi Air Susu Ibu (ASI) merupakan unsur penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, yang secara signifikan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan kesehatan bayi. Berbagai faktor biologis dan psikososial memengaruhi proses ini, termasuk kondisi psikologis ibu seperti stres. Kondisi psikologis ibu dapat mempengaruhi produksi dan kelancaran ASI, setelah melahirkan seorang ibu dapat mengalami stress yang disebabkan oleh rasa tidak nyaman dalam keadaannya yang baru. Sebanyak 54,17% ibu dengan gangguan psikologi (stress) mengalami ketidaklancaran ASI yang disebabkan rasa kelelahan saat setelah melahirkan, ibu takut untuk mobilisasi sehingga ibu malas menyusui dan memutuskan memberi susu formula (Mubaroh 2019).

Tingkat stres pada ibu menyusui bervariasi, mulai dari tidak mengalami stres hingga stres ringan, sedang, dan berat. Stres pada ibu menyusui dapat terjadi akibat ketidaknyamanan dalam proses menyusui, perubahan peran sebagai ibu, kelelahan fisik, serta tuntutan dalam merawat bayi baru lahir. Kondisi tersebut dapat menyebabkan ibu merasa tidak mampu menyelesaikan tugas-tugas yang harus dilakukan sehingga memerlukan mekanisme koping dan adaptasi yang baik. Secara umum,

stres dibedakan menjadi tiga kategori yaitu stres ringan, sedang, dan berat. Stres ringan biasanya berlangsung dalam waktu singkat dan ditandai dengan perasaan gelisah, stres sedang berlangsung lebih lama disertai perasaan cemas dan bersalah, sedangkan stres berat dapat ditandai dengan perasaan tertekan, mudah marah, serta gangguan dalam proses menyusui. Kondisi stres ini dapat memengaruhi pengeluaran hormon oksitosin sehingga berdampak pada kelancaran produksi ASI (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022) .

Tingkat stres pada ibu menyusui yang tidak mengalami stres (normal) sebanyak 57,5%, sedangkan sebagian lainnya mengalami stres ringan sebanyak 25%, stres sedang sebanyak 15%, dan stres berat sebanyak 2,5%. Stres pada ibu menyusui terjadi akibat ketidaknyamanan dalam menyusui, merawat diri sendiri, dan bayinya. Kondisi tersebut muncul karena ibu merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus di kerjakan. Stres juga membutuhkan coping dan adaptasi. Respon tubuh dapat di prediksi tanpa meperhatikan stressor atau penyebab tertentu. Stres di bedakan menjadi tiga kategori adalah Stres ringan berlangsung beberapa menit atau beberapa jam. Kondisi ibu merasa gelisah karena mengalami kesulitan menyusui. Stres sedang berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari, misalnya ibu merasa bersalah pada bayi karena ASI yang diberikan sedikit, stres berat terjadi karena merasa gelisah, tertekan, sering marah, seta memiliki masalah kesehatan dalam menyusui (Ulfa and Setyaningsih 2020).

Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang menunjukkan bahwa capaian bayi usia 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Kota Padang tahun 2024 sebesar 76,07% dengan target sebesar 55%. Capaian di Puskesmas Parak Karakah berada pada kategori sedang, yaitu sekitar 78,17% pada tahun 2024. Hal ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan program ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Parak Karakah belum optimal dan masih memerlukan penguatan dalam peran, tugas, dan tanggung jawab pembina wilayah maupun pengelola program, khususnya dalam pelaksanaan pemantauan wilayah setempat (PWS) serta pelayanan kesehatan bayi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Angin and Utara 2025). dengan judul *“Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Primipara dengan Pengeluaran ASI pada Masa Nifas 1–7 Hari di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pintu Angin Sibolga Utara”*, diperoleh hasil uji statistik Chi-Square pada derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) dengan nilai p-value = 0,002 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa nilai probabilitas lebih kecil dari standar signifikan 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat hubungan antara tingkat kecemasan ibu primipara dengan pengeluaran ASI pada masa nifas 1–7 hari.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kesehatan 2025) dengan judul *“Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Wates Kabupaten Kediri”* diperoleh nilai Sig (2- tailed) sebesar 0,005, maka terdapat hubungan yang

signifikan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Wates Kediri. Puskesmas diharapkan selalu memberikan dukungan untuk memotivasi ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sehingga meningkatkan frekuensi produksi ASI dan meminimalisir terjadinya kecemasan pada ibu nifas.

Berdasarkan *survey* awal yang telah dilakukan pada tanggal 29 Mei – 2 Juni 2026 terhadap 10 orang ibu menyusui di TPMB Nurhaida Padang Tahun 2026. Didapatkan bahwa 6 dari 10 ibu mengalami ASI tidak lancar. Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah kelancaran ASI masih cukup tinggi dan berdampak pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Salah satu faktor yang diduga berpengaruh terhadap kondisi tersebut adalah tingkat kecemasan ibu setelah melahirkan, yang dapat menghambat proses pengeluaran ASI melalui pengaruh hormon oksitosin.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait hubungan tingkat kecemasan ibu menyusui dengan kelancaran ASI pada seminggu pertama kelahiran bayi di PMB Nurhaida Padang tahun 2026.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada “Hubungan tingkat kecemasan ibu menyusui dengan kelancaran ASI pada seminggu pertama kelahiran bayi di TPMB Nurhaida Padang tahun 2026?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan tingkat kecemasan ibu dengan kelancaran ASI pada seminggu pertama kelahiran bayi di TPMB Nurhaida Padang Tahun 2026”.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan ibu menyusui pada seminggu pertama kelahiran bayi di TPMB Nurhaida Padang Tahun 2026.
- b. Diketahui distribusi frekuensi kelancaran ASI pada seminggu pertama kelahiran bayi di TPMB Nurhaida Padang Tahun 2026.
- c. Diketahui hubungan tingkat kecemasan ibu menyusui dengan kelancaran ASI pada seminggu pertama kelahiran bayi di TPMB Nurhaida Padang Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan di bidang kesehatan ibu dan anak khususnya kebidanan mengenai hubungan tingkat kecemasan ibu menyusui dengan kelancaran ASI pada seminggu kelahiran bayi. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi dan bahan pengembangan teori terkait perilaku kesehatan ibu dan bayi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu mengenai pengaruh kecemasan terhadap kelancaran produksi ASI, sehingga ibu dapat melakukan upaya pengelolaan kecemasan sejak masa nifas awal untuk mendukung keberhasilan menyusui pada minggu pertama kelahiran bayi.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, dalam menyusun strategi edukasi, konseling, dan pendampingan yang lebih efektif terkait manajemen kecemasan ibu postpartum guna mencegah terjadinya ASI tidak lancar.

c. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan dasar pertimbangan bagi fasilitas pelayanan kesehatan dalam menyusun kebijakan atau program pelayanan nifas yang berfokus pada dukungan psikologis ibu dan peningkatan keberhasilan pemberian ASI pada periode awal postpartum.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan ajar, referensi, dan literatur pendukung bagi mahasiswa kebidanan maupun bidang kesehatan lainnya, khususnya terkait kesehatan mental ibu

postpartum dan upaya promotif serta preventif dalam mendukung kelancaran ASI.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang Hubungan tingkat kecemasan ibu menyusui dengan kelancaran ASI pada seminggu pertama kelahiran bayi. Variabel independen adalah tingkat kecemasan ibu menyusui, sedangkan variabel dependen adalah kelancaran ASI pada seminggu kelahiran bayi. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian survey analitik dengan desain *cross sectional study*. Penelitian dilakukan di TPMB Nurhaida. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei-Juli 2026 dan pengumpulan data pada tanggal 17-30 juni 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang menyusui yang ada di TPMB Nurhaida yaitu sebanyak 35 orang. Teknik pengumpulan sampel dengan menggunakan *total sampling* sebanyak 35 responden. Teknik pengumpulan data melalui kusioner. Data diolah secara komputerisasi secara univariat dalam bentuk frekuensi dan bivariate menggunakan uji *chi-square*.