



**ARTIKEL RISET**

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph4510>

**TINGKAT KECEMASAN IBU MENYUSUI DI MASA PANDEMI COVID-19  
DI DESA MANURUNG**

**Marlina<sup>1</sup>, Yusriani<sup>2</sup>, <sup>K</sup>Fairus Prihatin<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Peminatan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi : [fairusprihatin.idris@umi.ac.id](mailto:fairusprihatin.idris@umi.ac.id)

[rhyna620@gmail.com](mailto:rhyna620@gmail.com)<sup>1</sup>, [yusriani.yusriani@umi.ac.id](mailto:yusriani.yusriani@umi.ac.id)<sup>2</sup>, [fairusprihatin.idris@umi.ac.id](mailto:fairusprihatin.idris@umi.ac.id)<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Corona Virus Disease 2019 (*COVID-19*) telah masuk di Indonesia Pandemi *covid-19* merupakan wabah yang terjadi diseluruh dunia termasuk di indonesia. Sehingga menimbulkan masalah kesehatan mental yang terjadi ini yaitu meningkatkan tingkat stres dan kecemasan di berbagai daerah Khususnya di Desa Manurung Kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur Provinsi Sulawesi Selatan yang menempati posisi pertama sebanyak 385 kasus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat Kecemasan ibu menyusui pada masa pandemi *Covid-19*. Jenis penelitian yang digunakan ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Instrument yang digunakan adalah kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui berjumlah 72 jiwa. Sampel yang ada pada penelitian ini sebanyak 72 responden ibu menyusui di Desa Manurung Kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur Provinsi Sulawesi Selatan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan ibu menyusui di masa pandemi *Covid-19* adalah sebanyak 52,8% yang mengalami kecemasan dan yang mengalami tidak cemas sebanyak 47,2% di Desa Manurung Kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur Provinsi Sulawesi Selatan. Dari hasil penelitian ini menyarankan untuk ibu menyusui meningkatkan pemahaman terkait tingkat kecemasan ibu pada masa pandemi *covid-19*.

Kata kunci : *Covid-19*; kecemasan; pengeluaran ASI; ibu menyusui

**Article history :**

**PUBLISHED BY :**

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal  
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

**Address :**

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)  
Makassar, Sulawesi Selatan.

**Email :**

[jurnal.woph@umi.ac.id](mailto:jurnal.woph@umi.ac.id)

Received : 7 September 2022

Received in revised form : 19 Desember 2022

Accepted : 25 September 2023

Available online : 30 Oktober 2023

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



---

**ABSTRACT**

*Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) has entered Indonesia The COVID-19 pandemic is an epidemic that occurs throughout the world, including in Indonesia. Thus causing mental health problems that occur, namely increasing levels of stress and anxiety in various areas, especially in Manurung Village, Malili District, East Luwu Regency, South Sulawesi Province which occupies the first position as many as 385 cases. The purpose of this study was to determine the level of anxiety of breastfeeding mothers during the Covid-19 pandemic. This type of research is quantitative research with a descriptive approach. The instrument used is a questionnaire. The population in this study were breastfeeding mothers totaling 72 people. The sample in this study was 72 respondents from breastfeeding mothers in Manurung Village, Malili District, East Luwu Regency, South Sulawesi Province. 47.2% anxious in Manurung Village, Malili District, East Luwu Regency, South Sulawesi Province. From the results of this study, it is suggested that breastfeeding mothers increase their understanding of the level of maternal anxiety during the COVID-19 pandemic.*

*Keywords: Covid-19; worry; milk production; breastfeeding mothers*

---

**PENDAHULUAN**

Data *Global Health Observatory* (GHO) World Health Organization (WHO) July 2021 kasus terkonfirmasi 195.266.156, kasus meninggal dunia sebanyak 4.180.161, dan 3.829.935.772 yang telah melakukan vaksin.<sup>1</sup> Prevalensi kasus Covid-19 di Indonesia yang telah dilaporkan 3.331.206 orang dengan terkonfirmasi , 90.552 kasus kematian terkait Covid-19 yang dilaporkan dan 2.686.170 pasien telah pulih dari penyakit ini. di Sulawesi selatan pada tanggal 02 maret 2021 terdapat 56517 kasus yang terkonfirmasi, 52094 (92,2%) kasus sembuh dan 853 (1,5%) kasus meninggal data dari luwu timur tanggal covid-19 pada tanggal 02 maret 2021 terdapat 3641 kasus yang terkonfirmasi, 60 kasus meninggal dan 3438 kasus sembuh dan di Kec.Malili sebanyak 385 kasusterkonfirmasi.

Sosialisasi dan arahan tentang pencegahan Covid-19 telah disebarluaskan keseluruh penduduk. Sebagian besar masyarakat telah mengetahui tentang penyakit Covid-19 dan bagaimana cara pencegahannya. Namun tidak sedikit pula dari masyarakat yang belum memahami betul bagaimana pencegahannya. Masih banyak masyarakat yang belum melakukan apa yang diarahkan oleh pemerintah. Peningkatan kasus COVID-19 yang terjadi di masyarakat didukung oleh proses penyebaran virus yang cepat, baik dari hewan ke manusia ataupun antara manusia.<sup>2</sup>

Penularan virus SARS-CoV-2 dari hewan ke manusia utamanya disebabkan oleh konsumsi hewan yang terinfeksi virus tersebut sebagai sumber makanan manusia, Kontak yang erat dengan pasien terinfeksi COVID-19 akan mempermudah proses penularan COVID-19 antara manusia. Proses penularan COVID-19 disebabkan oleh pengeluaran droplet yang mengandung virus SARS-CoV-2 ke udara oleh pasien terinfeksi pada saat batuk ataupun bersin. Droplet di udara selanjutnya dapat terhirup oleh manusia lain di dekatnya yang tidak terinfeksi COVID-19 melalui hidung ataupun mulut. Droplet selanjutnya masuk menembus paruparu dan proses infeksi pada manusia yang sehat berlanjut.

Pendemi COVID-19 akan menimbulkan masalah kesehatan mental yang diperkirakan akan meningkat hari demi hari selama pidemi ini. masalah kesehatan mental yang terjadi pada pandemi COVID-19 ini yaitu meningkatnya tingkat stres dan kecemasan. Meningkatnya stres dan kecemasan pada pandemi ini disebabkan oleh media sosial terus-menerus mendiskusikan status pandemi dan adanya informasi yang tidak akurat atau berlebihan dari media, sehingga dapat memengaruhi kesehatan mental dan menambah

tingkat kecemasan dan mengakibatkan masyarakat merasa tertekan dan lelah secara emosional.<sup>3</sup>

Fenomena yang terjadi saat ini, mempengaruhi kecemasan ibu menyusui pada pengeluaran ASI sebabkan oleh faktor kecemasan. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pemberian ASI adalah kelancaran dalam pengeluaran ASI. Ibu sering mengalami masalah terhadap pengeluaran ASI. Ibu dengan pengeluaran ASI yang kurang baik akan mengalami kecemasan dan pada akhirnya memilih memberikan susu formula untuk memastikan bahwa kebutuhan nutrisi bayinya dapat terpenuhi.<sup>4</sup>

Pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan berbagai hormone. Cemas dan stress dapat menurunkan hormone prolaktin dan sekresi oksitosin, sehingga aliran susu berkurang ketika ibu menyusui. Pada penelitian kecemasan dapat mengganggu pelepasan reflex oksitosin yaitu refleksi yang merangsang keluarnya air susu, penghambatan refleksi ini menurunkan volume air susu ketika ibu menyusui. Kecemasan adalah gangguan yang menyebabkan gugup, takut, cemas dan khawatir. Ibu menyusui sering mengalami keadaan umum seperti khawatir atau takut.<sup>5</sup>

Pandemi *COVID-19* akan menimbulkan masalah kesehatan mental yang diperkirakan akan meningkat hari demi hari selama pandemi ini.<sup>6</sup> Menurut WHO, 2020 masalah kesehatan mental yang terjadi pada pandemi *COVID-19* ini yaitu meningkatnya tingkat stres dan kecemasan.<sup>1</sup> Fenomena yang terjadi saat ini, mempengaruhi kecemasan ibu menyusui pada pengeluaran ASI sebabkan oleh faktor kecemasan.<sup>7</sup> Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pemberian ASI adalah kelancaran dalam pengeluaran ASI.<sup>8</sup> Ibu sering mengalami masalah terhadap pengeluaran ASI. Berdasarkan data puskesmas manurung tahun 2021 terdapat 35 ibu yang mengalami kecemasan terhadap pengeluaran ASI pada masa pandemi di Desa Manurung Kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur. Maka dari itu peneliti mengangkat tema mengenai kecemasan ibu menyusui di masa pandemi Covid-19.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif Berdasarkan populasi dalam penelitian ini sebanyak 72 Ibu menyusui dan jumlah sampel 72 sebanyak populasi ibu menyusui di desa Manurung .pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan kuesioner dan melakukan wawancara langsung menggunakan daftar pertanyaan yang berkaitan dengan judul penelitian.

## HASIL

### Karakteristik Responden

Karakteristik responden merupakan ciri khusus yang melekat pada responden. Adapun karakteristik responden yang diambil pada penelitian ini adalah Tingkat pendidikan, pekerjaan, dan umur istri dilokasi penelitian sebagai berikut :

**Tabel 1.** Distribusi responden berdasarkan Tingkat pendidikan responden di Desa Manurung

Pendidikan	Suami	Istri
------------	-------	-------

Responden	N	%	N	%
SD	18	25,0	7	9,7
SLTP/SMP	26	36,1	33	45,8
SLTA/SMA	21	29,2	25	34,7
Diploma/Sarjana	7	9,7	7	9,7
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>	<b>72</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa jumlah responden terbanyak adalah kategori tingkat pendidikan suami menunjukkan bahwa frekuensi pendidikan suami tamat SLTP/SMP sebanyak 26 responden (36,1%) dan frekuensi pendidikan Istri tamat SLTP/SMP sebanyak 33 responden (45,8%).

**Tabel 2.** Distribusi responden berdasarkan Pekerjaan responden di desa Manurung

Pekerjaan	Suami		Istri	
	N	%	N	%
Wiraswasta	17	23,6	7	9,7
Petani	35	48,6	0	0
Nelayan	20	27,8	0	0
IRT/URT	0	0	65	90,3
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>	<b>72</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa jumlah responden terbanyak adalah kategori pekerjaan suami menunjukkan bahwa frekuensi pekerjaan suami Petani sebanyak 35 responden (48,6%) dan frekuensi pekerjaan istri IRT sebanyak 65 responden (90,3%).

**Tabel 3.** Distribusi responden berdasarkan umur istri di desa Manurung

Umur Istri	N	%
17-25 tahun	44	61,1
26-35 tahun	25	34,7
≥35 Tahun	3	4,2
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa jumlah responden terbanyak adalah kategori umur istri Istri menunjukkan bahwa frekuensi umur 17-25 tahun sebanyak 44 responden (61,1%).

## Analisis Univariat

**Tabel 4.** Distribusi Responden berdasarkan tingkat kecemasan Ibu di desa Manurung

Kecemasan Ibu	N	%
Cemas	38	52,8
Tidak Cemas	34	47,2
<b>Total</b>	<b>72</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa jumlah responden terbanyak adalah kategori tingkat kecemasan menunjukkan bahwa frekuensi cemas sebanyak 38 responden (52,8%)

## PEMBAHASAN

### Tingkat Kecemasan Ibu Menyusui pada Masa Pandemi Covid-19

Kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan dapat berupa ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul akibat sesuatu yang mengecewakan serta ancaman terhadap keinginan pribadi.<sup>(9)</sup> Kecemasan sebagian besar tergantung pada pengalaman hidup seseorang. Peristiwa-peristiwa atau situasi khusus yang dapat mempercepat munculnya segala serangan kecemasan, gejala kecemasan kognitif yang sering timbul adalah rasa khawatir tentang suatu perasaan tegang, keyakinan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi tanpa alasan yang jelas, takut kehilangan control, takut akan tidak mampu mengatasi suatu masalah.<sup>10</sup>

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 72 responden tingkat kecemasan Ibu memperlihatkan bahwa sebagian besar ibu memiliki rasa cemas sebanyak 38 responden (52.8%), sedangkan tidak cemas sebanyak 34 responden (47.2%). Sejalan dengan hasil penelitian, proporsi tertinggi pada tidak cemas pandemi Covid-19 berjumlah 12 orang (32,4%), namun terdapat yang ASI keluar mengalami cemas pandemi keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 13 orang (35,1%). Ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum (p value :  $0,000 < \alpha: 0,05$  ).<sup>11</sup>

Kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan dapat berupa ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul akibat sesuatu yang mengecewakan serta ancaman terhadap keinginan pribadi.<sup>(12)</sup> Penelitian ini menyatakan bahwa kecemasan responden dalam pemberian ASI pada masa pandemi *Covid-19* ini merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan dan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang menimbulkan kecemasan, konflik bersifat subyektif dan timbul karena individu mengalami kecemasan. Situasi pandemi *Covid-19* menyebabkan responden mengalami kecemasan dalam menyusui dan gejalanya akan kelihatan selama situasi tersebut masih ada.<sup>13</sup>

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang hubungan tingkat kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa Nifas di puskesmas Umbulharjo 1 Yogyakarta menyimpulkan bahwa kecemasan ibu nifas mempunyai hubungan dengan pemberian ASI ( $p=0,004$ ).<sup>14</sup> Dalam proses menyusui terdapat dua proses penting yaitu proses pembentukan air susu (*the milk production reflex*) dan proses pengeluaran air susu (*let down reflex*) yang keduanya dipengaruhi oleh hormone yang diatur oleh *hypothalamus*. Sebagaimana pengaturan hormone yang lain, *hypothalamus* akan bekerja sesuai dengan perintah otak dan bekerja sesuai emosi ibu. Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi produksi ASI, jika ibu mengalami stress, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dan tegang, produksi ASI akan berpengaruh secara signifikan.<sup>5</sup>

Bila terdapat kecemasan pada ibu menyusui maka terjadi suatu blockade dari reflex pengeluaran hormone oksitosin/ reflex *let down*. Apabila reflex *let down* tidak sempurna, maka bayi yang haus jadi tidak puas. Ketidakpuasan bayinya merupakan tambahan kecemasan bagi ibunya, sehingga ibu memberikan tambahan susu formula.<sup>15</sup> Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana kecemasan dapat mempengaruhi produksi ASI yang menyebabkan volume ASI berkurang dan hasil penelitian juga menunjukkan adanya hubungan kecemasan ibu dengan pengeluaran ASI ibu menyusui di masa pandemi *Covid-19* dengan nilai signifikans  $p 0,000 < 0,05$ .<sup>16</sup>

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis pembahasan yang telah dijabarkan dapat disimpulkan terdapat 52,8% ibu menyusui yang mengalami kecemasan terhadap pengeluaran ASI di desa Manurung kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur Provinsi Sulawesi Selatan, maka dari itu dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan pada Ibu menyusui dapat mempengaruhi berkurangnya produksi ASI.

Sebagai saran yang dapat disampaikan peneliti ini adalah untuk ibu menyusui mampu meningkatkan pemahaman terkait tingkat kecemasan ibu menyusui pada masa pandemi Covid-19.

## DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Perkembangan Covid-19 di Dunia. *J Kesehat.* 2021;1:24.
2. Ratih Suryaman. Hubungan pengetahuan dengan kecemasan ibu dalam pemberian Asi di masa pandemi Covid-19. 2021;9(2):116–21.
3. Yunita W, Lubis DH. Pengaruh Tingkat Kecemasan Menghadapi Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Tinggi Binjai Tahun 2022. 2022;15(2).
4. Rusmawati Tambaru. Pengaruh kecemasan pandemi covid-19 terhadap pengeluaran ASI Ibu. 2020. p. 20.
5. Octaviani NA, Santi KMY, Purnamaningrum YE. Tingkat Kecemasan Ibu Dan Pemberian ASI Eksklusif Pada Masa Pandemi COVID-19. 2022;5(3):685–96.
6. Roy et al. Faktor utama masalah kesehatan mental di masa Pandemi. *J Public Health (Bangkok).* 2020;20:305–14.
7. Nurhasanah I. Faktor yang mempengaruhi kecemasan pada ibu hamil saat pandemi covid-19. *J Bidan Komun.* 2019;7(1).
8. Ratih Subekti D anti faidah. Analisis faktor yang berhubungan dengan kelancaran pengeluaran asi pada ibu postpartum normal. *J Semin Nas [Internet].* 2019;12(2). Available from: <http://www.forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/1027>
9. Satiani D. Identifikasi tingkat kecemasan preoperasi pasien fraktur di ruang aster dan cempaka rsud abdul wahab sjahrane samarinda. *J ilmu Kesehat.* 2017;10:1–70.
10. Ellyna Putri Yulianti. Hubungan tingkat kecemasan ibu postpartum selama pandemi covid-19 dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bulan pertama. 2022;15.
11. Tambaru R. Pengaruh Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum Di Bidan Praktik Mandiri Hj. Rusmawati Di Muara Badak. *J Kesehat.* 2020;4(2):Kemenkes. (2020). Selama Social Distancing. Pedoma.
12. Abdul Saman D. Mengatasi kecemasan sosial melalui pendekatan behavioral rehearsal. *J Kesehat.* 2017;01.
13. Ilmu J, Masyarakat K, Health P. Kecemasan ibu hamil dalam masa pandemi covid-19 di Puskesmas Minas. *J Public Health (Bangkok).* 2021;10(2).
14. Kusumawati PD, Damayanti FO, Wahyuni C, Setiawan A. Analisa Tingkat Kecemasan Dengan Percepatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas. 2020;3(1):101–9.
15. Hastuti PW. Persepsi dan Aksi Masyarakat Pedesaan di Masa Pandemi. *J Kesehat [Internet].*

---

2017;10(1):50–69.

Available

from:

<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JISH/article/view/25526>.

16. Amalia R. Hubungan stres dengan kelancaran ASI pada ibu menyusui pasca persalinan. *J Ilm Kesehat.* 2020;2.