

HUBUNGAN KECEMASAN IBU DENGAN MENYUSUI *ON-DEMAND* PADA BAYI 0-3 BULAN DI PMB EMI NARIMAWATI PLERET BANTUL

RELATION BETWEEN MOTHER'S ANXIETY AND BREASTFEED ON DEMAND IN 0-3 MONTH BABY AT MIDWIFE INDEPENDENT PRACTICE EMI NARIMAWATI

¹Riadinata Sinta P, ²Yulia Adhistry, ³Elmawidiawati
^{1,2,3} Prodi DIII Kebidanan Universitas Islam Mulia Yogyakarta
e-mail : riadinata.shinta@uim-yogya.ac.id

INTISARI

Latar Belakang : Memberikan ASI secara *on demand* atau menyusui bayi kapanpun ia menginginkannya merupakan cara terbaik karena dapat mencegah masalah pada proses menyusui dan bayi tetap merasa kenyang. Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik secara langsung misalnya perilaku menyusui, psikologi ibu, fisiologis, ataupun tidak langsung misalnya sosial kultural dan bayi, yang akan berpengaruh terhadap psikologis ibu.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui hubungan kecemasan ibu dengan menyusui *on demand* pada bayi 0-3 bulan di PMB Emi Narimawati.

Metode Penelitian : Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang suatu cara untuk memperoleh ilmu atau memecahkan masalah secara sistematis dengan pengumpulan data-data dari responden sebanyak 30 responden di PMB Emi Narimawati.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan uji *Chi Square Test* mendapatkan nilai p sebesar 0,000 sehingga nilai $p < 0,05$. Berdasarkan uji statistik didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara kecemasan ibu dengan menyusui *on demand* pada bayi 0-3 bulan di PMB Emi Narimawati.

Kata Kunci : Kecemasan, menyusui *on demand*

ABSTRACT

Background : Giving breastfeed on demand or breastfeed on baby whenever he wants is the best way because it can avoid problem on breastfeed process and baby still feels sated. Explosion of breast milk is influenced by some factors, direct factor like the habit of bresfeed, mother's psikology, physiology, or indirect factor such as social cultural and baby which will influence the psychology of the mother.

Purpose :To acknowledge relation between mother's anxiety and breastfeed on demand in 0-3 month baby at Midwife Independent Practice Emi Narimawati.

Research Method :This research uses quantitative method which is a way to gain knowledge or to solve a probles sistematically by collecting data from 30 respondents at Midwife Independent Practice Emi Narimawati.

Research Result :This research shows that after *Chi Square Test* gaining p score 0,000 so p score $< 0,05$. Based on statistic test, it is showed there is a significant relation between anxiety and breastfeed on demand in 0-3 month baby at Midwife Independent Practice Emi Narimawati.

Keywords : Anxiety, breastfeed on demand.

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan nutrisi dengan kandungan gizi terbaik dan sesuai bagi pertumbuhan dan perkembangan optimal bayi. ASI sangat diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan anak. ASI eksklusif merupakan makanan dan minuman yang diberikan pada bayi secara eksklusif sejak dilahirkan selama enam bulan tanpa adanya cairan atau makanan padat lain kecuali mineral, vitamin dan obat dalam bentuk pemberian secara oralit, tetes, atau sirup.¹

WHO (*World Health Organization*) (2016) menyatakan bahwa pemberian ASI eksklusif kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan sangat penting untuk diberikan, karena hal ini dapat menyelamatkan 800.000 nyawa anak balita setiap tahunnya, namun fakta menunjukkan bahwa hanya 43% saja bayi umur 0-6 bulan yang diberikan ASI eksklusif.² *World Health Organization* (WHO) melaporkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia pada tahun 2017 hanya sebesar 38%, WHO menargetkan pada tahun 2025 angka pemberian ASI eksklusif

pada usia 6 bulan pertama kelahiran meningkat setidaknya 50%. UNICEF (2017) menyatakan rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif salah satunya disebabkan kurangnya pengetahuan tentang manajemen laktasi.

UNICE dan WHO merekomendasikan sebaiknya bayi hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikit 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai bayi berumur 2 tahun, agar ibu dapat mempertahankan ASI eksklusif selama 6 bulan, WHO merekomendasikan agar melakukan inisiasi menyusui dalam 1 jam pertama kehidupan, bayi hanya menerima ASI tanpa tambahan makanan atau minuman termaksud air, menyusui sesuai permintaan bayi atau sesering yang diinginkan bayi dan tidak menggunakan botol atau dot, hal ini bertujuan untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi.³ Salah satu upaya untuk menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) adalah dengan memberikan ASI sesuai dengan keinginan bayi, pemberian ASI *On-Demand* adalah memberikan ASI setiap bayi meminta dan tidak dijadwalkan.⁴

Faktor yang mempengaruhi

produksi ASI yaitu status gizi, ibu yang cemas, perawatan payudara, pengaruh proses persalinan, umur kehamilan saat persalinan, berat bayi, frekuensi menyusui, teknik menyusui, rawat gabung, penggunaan alat kontrasepsi, alkohol, merokok, dan obat-obatan.⁵

Persentase bayi yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2017 sebesar 35,73% masih jauh dibawah target nasional yaitu 80%. Cakupan ASI eksklusif di Provinsi Jawa Tengah mencapai 41,89% sedangkan target pencapaian pemberian ASI di Jawa Tengah sebesar 55% Angka tersebut lebih rendah dibandingkan tahun 2016 yakni sebesar 45,18%.¹

Kementrian Kesehatan Indonesia (2017) melaporkan perempuan di Indonesia 96% menyusui anak mereka namun hanya 42% yang memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan, adapun target capaian cakupan ASI eksklusif Indonesia dalam rentan waktu tahun 2015 adalah sebesar 39% dan tahun 2017 hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) melaporkan persentasi cakupan ASI eksklusif pada bayi usia 0 sampai dengan 6

bulan 35,73%. Kementerian Kesehatan melaporkan cakupan pemberian ASI eksklusif di DIY tahun 2016 sebesar 70,9% dan tahun 2017 sebesar 75,04%, Riskesdas (2018) melaporkan pemberian ASI pada bayi usia 0 sampai 5 bulan di DIY sebanyak 23%. Dinas kesehatan DIY melaporkan cakupan ASI eksklusif di Kota Yogyakarta tahun 2015 sebanyak 60,87%, tahun 2016 turun menjadi 52,18% dan tahun 2017 naik menjadi 66,13%, meskipun demikian kota Yogyakarta merupakan kabupaten paling rendah pencapaian ASI eksklusif di provinsi DIY.¹

Dinas kesehatan Kota Yogyakarta melaporkan pada tahun 2019, bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif adalah bayi umur 0-6 bulan yang diberikan ASI saja tanpa adanya tambahan makanan atau cairan lain kecuali obat, vitamin, dan mineral. Cakupan pemberian ASI di kota Yogyakarta pada tahun 2015 mencapai 60,87% meningkat dari tahun 2014 yang hanya mencapai 54,9%, adapun jika dilihat pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia dibawah 6 bulan di kota Yogyakarta dari tahun 2015 sampai 2019 menunjukkan adanya

peningkatan yaitu pada tahun 2015 cakupan pemberian ASI Eksklusif mencapai 60,4% sedangkan pada tahun 2019 mencapai 73.3%, dapat dilihat dari tren pemberian ASI eksklusif menunjukkan cakupan pemberian selama 5 tahun terakhir mengalami peningkatan.

Penelitian Dewi Kartika Sari dkk (2017), menyebutkan memberikan ASI secara *On-Demand* atau menyusui bayi kapanpun ia menginginkannya merupakan cara terbaik karena dapat mencegah masalah pada proses menyusui dan bayi tetap merasa kenyang. Selain frekuensi, durasi menyusui juga berpengaruh, dimana jika durasi menyusui lama maka bayi akan mendapat atau menerima asuhan *foremik* dan *hindmik* secara seimbang.⁶

Penelitian Amalia (2016), kendala pemberian ASI terutama diperiode awal setelah melahirkan yaitu ASI yang tidak lancar karena persalinan ibu kelelahan karena proses persalinan, takut mobilisasi, terlebih ibu pasca persalinan SC (*Secion Caesaria*) yang masih terpasang *infuse* dan *cateter* sehingga malas menyusui. Ibu cenderung memikirkan diri sendiri dan merasa berat merawat bayi. Kondisi tersebut memicu

ketidaknyamanan sehingga menimbulkan stress. Penelitian Stuart dan Sundeen (2016), kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu. Kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti masuk sekolah, memulai pekerjaan baru atau melahirkan anak.⁷

Pengeluaran ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik secara langsung misalnya perilaku menyusui, psikologis ibu, fisiologis ibu, ataupun yang tidak langsung misalnya sosial kultural dan bayi, yang akan berpengaruh terhadap psikologis ibu. Kemudian peran seorang ibu memerlukan adaptasi yang harus dijalani. Tanggungjawab bertambah dengan adanya bayi baru lahir. Dorongan dan perhatian anggota keluarga lainnya merupakan dorongan positif untuk ibu. Selama kehamilan *hormone prolaktin* dari plasenta meningkat tetapi ASI biasanya belum keluar karena masih dihambat oleh kadar *estrogen* yang tinggi. Pada hari kedua atau ketiga pasca persalinan,

kadar *estrogen* dan *progesterone* turun drastis, sehingga pengaruh *prolaktin* lebih dominan dan saat inilah mulai terjadi

sekresi ASI.⁸ Sedangkan awal pasca persalinan, ibu nifas akan banyak merasakan perasaan kecemasan, perasaan itu akan menyebabkan *blocking* terhadap mekanisme *let down reflect*. Stres akan memicu pelepasan *hormone epineprin* atau *adrenalin* yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah pada *alveolus* sehingga oksitosin yang seharusnya dapat mencapai targetnya yaitu sel-sel *miopitel* disekitar *alveolus* agar berkontraksi dan mendorong ASI yang telah terbuat masuk ke *duktus lactiferous* menjadi tidak terlaksana.⁹

Hasil penelitian Prima Dewi Kusuma Wati, dkk (2020) perbedaan tingkat kecemasan pada ibu nifas disebabkan oleh perbedaan mekanisme koping yang dimiliki oleh masing-masing ibu. Pada ibu yang pasca melahirkan, faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi tersebut adalah adanya perasaan tidak nyaman dan kelelahan, pengetahuan tentang kebutuhan bayi, adanya dukungan, harapan terhadap kelahiran bayi, pengalaman sebelumnya, tempramen ibu, karakteristik bayi, dan kejadian yang tidak diduga berkaitan proses kelahiran bayi.¹⁰ Dukungan sosial berkaitan dengan

adanya dukungan suami dan keluarga yang senantiasa mendampingi responden selama proses persalinan sampai nifas. Dimana dukungan suami yang dimaksud adalah perhatian dan hubungan emosional yang dekat dan dukungan keluarga berupa komunikasi dan hubungan emosional yang baik dan hangat dengan orangtua yang mana dapat menurunkan tingkat kecemasan

pada responden. Jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran ASI, sebaliknya jika ibu merasa cemas dan stress akan menghambat kelancaran pengeluaran ASI.¹¹

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di wilayah kerja PMB Emi Narimawati Jati Dusun Wonokromo Desa Pleret Kabupaten Bantul didapatkan hasil bahwa masih ada beberapa ibu menyusui yang tidak memberikan ASI secara *on demand* dikarenakan rasa khawatir karena belum memiliki pengalaman menyusui, ketidaktahuan ibu mengenai pentingnya pemberian ASI secara *on demand* serta ada juga ibu yang harus meninggalkan bayinya karena harus mulai bekerja. Memperhatikan hal-hal diatas dan

juga belum pernah dilakukan penelitian tentang kecemasan ibu dan menyusui *on demand* peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang “Hubungan Kecemasan ibu dengan Menyusui *On Demand* Pada Bayi 0-3 Bulan di PMB Emi Narimawati”. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang maternitas untuk ibu menyusui yang mengalami kecemasan berlebihan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan menggunakan metode analitik *korelasi* sederhana. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui bayi 0-3 bulan yang berkunjung di PMB Emi Narimawati Yogyakarta yang berjumlah 70 orang yang dilaksanakan pada bulan Juli – Agustus 2023. Dalam proses pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner DASS dan Cheklist pemberian ASI *On-demand*. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan *purposive sampling* dan mendapatkan 30 sampel.

Uji statistik dilakukan secara univariat dan bivariat, analisis yang digunakan adalah *Chi-Square* dengan tingkat pemaknaan $p < 0.05$.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik responden

a. Usia Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia di PMB Emi Narimawati Jati Dusun Wonokromo Desa Pleret Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun 2021

No	Usia	Jumlah	Persentas
1	20-29 tahun	18	60%
2	30-40 tahun	12	40%
Total		30	100%

Sumber data : Data Primer

b. Pendidikan Responden

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Responden di PMB Emi Narimawati Jati Dusun Wonokromo Desa Pleret Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun 2021

No	Pendidikan terakhir	Jumlah responde	Presentas e (%)
1	SMP	3	10%
2	SMA	18	60%
3	Sarjana	9	30%
Total		30	100%

Sumber data : Data Primer

c. Status Partus

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Status Partus di PMB Emi Narimawati Jati Dusun Wonokromo Desa Pleret Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun 2021

No	Partus	Jumlah responde	Persentase (%)
1	Primipara	14	47%
2	Multipara	16	53%
Total		30	100%

Sumber data : Data primer

2. Tingkat kecemasan responden

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan di PMB Emi Narimawati Jati Dusun Wonokromo Desa Pleret Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun 2021

No	Tingkat	Jumlah	Persentas
1	Normal	22	73,3%
2	Ringan	0	0%
3	Sedang	8	26,6%
4	Berat	0	0%
Total		30	100%

Sumber data : Data primer

3. Gambaran menyusui *On-Demand*

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Gambaran Menyusui *On-Demand* di PMB Emi Narimawati Jati Dusun Wonokromo Desa Pleret Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun 2021

No	Menyusui	Jumla	Persentas
1	Iya	23	76,6%
2	Tidak	7	23,3%
Total		30	100%

Sumber data : Data primer

4. Hubungan kecemasan dengan menyusui on demand pada bayi 0-3 bulan

Tingkat Kecemasan	Menyusui <i>On-Demand</i>		Total	P- Valu e
	Tidak	Ya		
Normal	0 0%	22 100 %	22 100%	0,00 0
Sedang	7 87, 5	1 12,5 %	8 100%	

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Kecemasan Dengan Menyusui *On Demand* Pada Bayi 0-3 Bulandi PMB Emi Narimawati Jati Dusun Wonokromo Desa Pleret Kabupaten Bantul Yogyakarta Tahun 2021

PEMBAHASAN

1. Tingkat Kecemasan Ibu

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 30 responden sebagian besar 73,3% (22 responden) mengalami tingkat kecemasan yang normal sedangkan sebagian kecil yaitu 26,6% (8 responden) mengalami kecemasan sedang.

Menurut Mitarmi Widiastuti Saraung dkk (2017), menyatakan bahwa kondisi psikologi sangat mempengaruhi produksi ASI salah satunya yaitu kondisi saat ibu merasa cemas dikarenakan membutuhkan penyesuaian diri, oleh sebab itu peranan tenaga kesehatan untuk terus memberikan edukasi maupun pelayanan kesehatan yang menyeluruh dan bermutu sangat dibutuhkan untuk menyiapkan kondisi psikologi agar ibu mampu memberikan ASI dengan lancar kepada bayinya. Ibu yang sering menyusui bayinya akan merangsang produksi ASI sehingga pengeluaran ASI lancar.¹²

2. Gambaran Menyusui *On Demand*

Hasil penelitian menunjukkan dari 30 responden sebagian besar 76,6% (23 responden) menyusui *on demand*. Sebagian kecil 23,3% (7 responden) tidak menyusui bayinya secara *on demand*. ASI sebaiknya

diberikan tanpa dijadwalkan atau secara *on demand* pagi maupun malam yaitu 8-12 kali dalam sehari. Makin jarang bayi disusui, biasanya akan mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI sehingga ASI sangat dipengaruhi seberapa sering bayi disusui dalam sehari.¹³

Sebaiknya menyusui bayi tanpa dijadwalkan (*on demand*) karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya, Cara ini dinamakan menyusui atas permintaan sendiri atau *self demand feeding*. Pemberian ASI yang tidak dibatasi ini akan merangsang produksi ASI dan membantu mencegah pembekakan payudara. Ibu harus menyusui bayinya bila bayinya menangis bukan sebab lain atau ibu sudah merasa perlu menyusui bayinya. Bayi yang sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit. Rata-rata bayi menyusui selama 5-15 menit, walaupun terkadang lebih dan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam. Rentang yang optimal dalam menyusui antara 8 hingga 12 kali setiap hari (Elisabeth Siwi Wauani 2015).

Penelitian Endang Sri Wahyu Ningsih dkk (2020) dalam suatu penelitian di Rusia dengan memberikan 4 perlakuan berbeda

pada bayi baru lahir. Kelompok I bayi diberikan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) 25-120 menit setelah lahir dan *skin to-skincontact*, bayi tidak memakai baju dan setelah itu dilakukan rawat gabung, bayi dan ibu dalam satu kamar sehingga bayi menyusui *On-Demand*. Kelompok II dilakukan IMD 25-120 menit setelah melahirkan setelah bayi tetapi bayi sudah dibungkus selimut sesuai kebiasaan tradisional kebiasaan di Rusia, selanjutnya dilakukan rawat gabung. Tampak bahwa rata-rata volume ASI terbanyak adalah pada kelompok IMD *skin to-skin contact* dan dilakukan rawat gabung sehingga bayi dapat menyusui *On-Demand*. Rata-rata volume ASI adalah 300 ml/hari pada multipara (ibu yang melahirkan dua kali atau lebih) dan 250 untuk primipara (ibu yang melahirkan pertamakali). Sedangkan kelompok III yang tidak dilakukan IMD dan rawat gabung mempunyai volume yang paling sedikit.¹⁴

3. Hubungan Kecemasan dengan Menyusui On Demand

Analisis hasil uji hipotesa antara hubungan kecemasan dengan menyusui *on demand* menggunakan uji statistik *Chi – Square* didapatkan dari hasil penelitian yang telah

dilakukan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan menyusui *on demand* di PMB Emi Narimawati. Dimana nilai $p - Value = 0,000$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Zulfikar Mardjun, Grace Korompis, Sefti Rompas (2019) Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Selama Dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado dengan skor sebagian responden 26,7% (8 responden) mengalami kecemasan sedang dan sebagian 23,3% (7 responden) tidak menyusui bayinya secara *on demand*.¹⁵

Berdasarkan hasil penelitian dari 30 responden sebagian besar mengalami kecemasan normal yaitu 22 responden sedangkan 8 responden mengalami kecemasan sedang dengan 7 diantaranya mengatakan tidak menyusui bayinya secara *on demand*, hal ini sesuai dengan hasil questioner yang telah di uji univariatnya menunjukkan bahwa 7 responden yang tidak menyusui bayinya secara *on demand* rata-rata mengalami kecemasan sedang.

Hasil penelitian terdapat 1 responden yang tidak menyusui bayinya secara *on demand* tetapi tidak

mengalami kecemasan yang melebihi nilai batas normal, hal ini disebabkan sebagian besar responden tersebut merupakan ibu multipara atau sebelumnya sudah memiliki pengalaman menyusui. peneliti beranggapan bahwa beberapa responden mengalami kecemasan diakibatkan kekhawatiran mereka akan mengurus bayinya serta ASI yang tetap diberikan secara *on demand* karena sebelumnya ibu sudah memiliki pengalaman dalam menyusui bayinya.¹⁵

Kuesioner yang telah dibagikan kepada ibu menyusui menunjukkan dari 30 responden 8 diantaranya mengalami kecemasan sedang. Rata-rata ibu yang mengalami kecemasan sedang dilihat dari hasil pengisian kuesioner sebagian responden mengatakan mengalami bibir yang sering kering, merasa mudah cemas dan merasa sering gemetar pada daerah tangan maupun kaki.

Kecemasan dan stress dapat menurunkan hormone prolaktin dan pengeluaran oksitosin, sehingga pengeluaran ASI berkurang ketika bayi ibu menyusui. Pada penelitian Itoria Fallon (2016) kecemasan dapat mempengaruhi pelepasan

refleks oksitosin adalah reflex yang memicu keluarnya ASI, penghambatan refleks ini dapat menurunkan jumlah ASI ketika ibu menyusui bayinya. Kecemasan merupakan keadaan yang menyebabkan rasa gugup, takut dan khawatir. Ibu menyusui sering mengalami kondisi khawatir atau takut sebelum menyusui bayinya.¹⁶

Pendapat lain mengungkapkan ada beberapa penyebab lain dari kecemasan tersebut, yaitu rasa takut yang muncul akibat melihat adanya bahaya yang dapat mengancam jiwa.¹⁷ Kecemasan ini cenderung diakibatkan dari rasa takut terhadap bahaya nyata yang terlihat jelas didalam pikiran. Ada juga kecemasan yang diakibatkan karena mersa bersalah telah melakukan kesalahan baik itu tidak disengaja maupun disengaja. Kecemasan ini juga dapat mengakibatkan adanya gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dengan jelas dalam bentuk umum.

Menurut Zulfikar Mardju, dkk (2019) dari hasil wawancara sebagian besar ibu yang mengalami kecemasan merasa khawatir memikirkan bagaimana mengasuh bayinya kelak, terutama ibu primipara dikarenakan tidak memiliki pengalaman mengurus bayi serta

harus beradaptasi dengan kelahiran anggota keluarga yang baru. sebagian lainnya mengatakan kecemasan mereka disebabkan karena takut tidak bisa bekerja, serta mereka juga beranggapan bahwa memiliki seorang bayi membutuhkan biaya yang cukup banyak untuk membeli berbagai macam kebutuhan bayi.¹¹

Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan takut dan khawatir yang mendalam. sebagian besar gejala yang dikeluhkan merupakan faktor psikis tetapi dapat juga diakibatkan karena faktor fisik. Seseorang juga akan mudah merasakan cemas apabila ia tidak mampu mengendalikan faktor stressor dalam dirinya.¹⁸

Ibu yang sedang menyusui bayinya sebaiknya menghindari stress, dan berbagai macam pikiran-pikiran negative yang mampu menghambat produksi ASI serta membuat ibu enggan menyusui bayinya karena merasa tidak berharga. Hasil penelitian oleh Kamariyah (2014), mengatakan bahwa terdapat hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan kelancaran produksi ASI, adapun keadaan ibu yang baik dapat

memotivasi dirinya untuk selalu semangat dalam menyusui bayinya dengan lancar, jika sebaliknya ibu yang mengalami kondisi psikologis yang kurang baik maka akan mempengaruhi produksi ASI sehingga produksinya menurun yang dapat menyebabkan ASI serta pemberian kepada bayi kurang lancar.¹⁸

Berdasarkan hasil penelitian dan teori pendukung, peneliti beranggapan bahwa faktor atau pengaruh terbesar kecemasan kepada ibu menyusui yaitu perasaan negatif. Ibu menyusui diharapkan agar selalu berfikiran positif dan menghindari pikiran-pikiran negatif agar kondisi ibu sehat serta menyusui bayinya dengan lancar sehingga dapat memenuhi kecukupan bayi, namun jika kondisi psikologis ibu terganggu seperti merasa cemas maka akan mempengaruhi proses pemberian ASI secara *on demand*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Karakteristik responden
 - a. Usia responden didapatkan lebih dari separuh 60% berusia 20-29 tahun sedangkan dan kurang dari separuh responden 40% berusia 30-40 tahun.
 - b. Pendidikan responden didapatkan lebih dari separuh 60% memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA dan sebagian kecil 10% memiliki tingkat

pendidikan terakhir SMP.

- c. Status partus responden didapatkan hasil lebih dari separuh 53% memiliki status partus multipara dan kurang dari separuh 47% memiliki status partus primipara.
2. Tingkat kecemasan didapatkan dari 30 responden sebagian besar 73,3% mengalami tingkat kecemasan yang normal sedangkan sebagian kecil yaitu 26,6% mengalami tingkat kecemasan sedang.
3. Ibu yang menyusui bayinya secara *on demand* dari 30 responden yaitu sebagian besar 76,6% menyusui bayinya secara *On-Demand* dan sebagian kecil 23,3% menjawab bahwa mereka tidak menyusui secara *On-Demand*.
4. Terdapat hubungan kecemasan ibu dengan menyusui *On-Demand* pada bayi 0-3 bulansetelah dilakukan uji *Chi Square Test* mendapatkan nilai p sebesar 0,000 sehingga nilai p-Value < 0,05. Berdasarkan uji statistik didapatkan adanya hubungan yang signifikan.

Saran

1. Bagi Lahan Praktik
Diharapkan dapat meningkatkan pelayanan kesehatan terutama pada ibu menyusui dengan rasa cemas.

Perlunya upaya dalam meningkatkan pemberian pendidikan kesehatan bagi ibu terutama pentingnya pemberian ASI secara *on demand* dan pendidikan mengenai kesiapan mental agar terhindar dari masalah psikologi seperti kecemasan, stress, dan depresi.

2. Bagi Klien
Hasil penelitian ini diharapkan agar ibu mampu mempersiapkan fisik maupun psikis terutama selama periode menyusui agar kebutuhan bayi dapat terpenuhi serta menghindari pikiran-pikiran negatif untuk mencegah agar ibu tidak mengalami masalah psikologi seperti kecemasan, stress dan depresi.
3. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah referensi dan kepustakaan dalam memberikan informasi dan pengetahuan tentang hubungan kecemasan dengan pemberian ASI pada bayi 0-3 bulan terutama bagi mahasiswa Akademi Kebidanan Mulia Madani Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta : Kemenkes RI. dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>
2. WHO. *Eksklusif Breastfeeding For Optimal Growth, Development And Health Of Infants*. In : WHO. 2017; 1-3

3. World Health Organization. 2018. *Exklusif Breastfeeding For Optimal Growth, Development and Health Of Infants*. <http://www.who.int/elena/titles/exklusif>
4. Roesli U. 2012. *Panduan Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta : Pustaka Bunda
5. Haryono, Rudi dan Sulis, Setianingsih. (2014). *Manfaat ASI Eksklusif untuk Buah Hati Anda*. Yogyakarta : Pustaka Baru.
6. Sari, Kartika, Dewi dkk. (2017). Hubungan Teknik, Frekuensi, Durasi Menyusui dan Asupan Energi dengan Berat Badan Bayi Usia 1-6 Bulan di Puskesmas Tasikmadu Kabupaten Karanganyar. By DK Sari, DG Tamtomo, S Anantayu. V1(1), 1-13. [e-journal.unair.ac.id](http://ejournal.unair.ac.id).
7. Amalia, R. (2016). Hubungan Stres Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Paska Persalinan di RSI A.Yani Surabaya. Jurnal Ilmiah Kebidanan. Vol. 9 No 1, 12-16. <http://journal.unusa.ac.id>.
8. Purwoastuti & Walyani.(2015). *Ilmu Obstetri & Ginekologi Sosial Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
9. Andina, Diah. 2018. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika Utama
10. Kusumawati, Dewi, Prima, dkk. (2020). Analisa Tingkat Kecemasan Dengan Percepatan Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas. By PD Kusuma. V(1), 102-109. <https://jqwh.org>.
11. Qiftiyah (2018). Studi Tingkat Kecemasan Ibu Postpartum Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Hari Ke-5 (Di BPM Asri Dan Polindes Pertama Bundatuban). [Http://Ejournal.Rajekwesi.Ac.Id/Index.Php/JurnalPenelitian.Kesehatan/Article/Viewfile/175/136](http://Ejournal.Rajekwesi.Ac.Id/Index.Php/JurnalPenelitian.Kesehatan/Article/Viewfile/175/136)
12. Saraung Widiastuti Mitrami, dkk. 2017. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Ranotana Weru. e-JurnalKeperawatan Vol. 5 No 2, 1-8. <https://media.neliti.com/media/publications/113033-ID-analisis>.
13. Siska, Nawang. (2018). Hubungan Status Gizi dan Frekuensi Menyusui dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum di Puskesmas Sukorame Kediri. By SNA Magfiro, RW Tyas. V7(1).
14. Elisabeth, Siwi W dan Endang P. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
15. Mardjun, Zulfikar, dkk. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado. By Z, Mardjun .V(1), 1-8. <https://ejournal.unsrat.ac.id>.
16. Korompis, G. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Kasih Ibu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
17. Videback, S, L. (2020). *Physiatric Mental Health Nursing*. Philadelphia, Lipincott Wiliams.
18. Kamariyah, dkk. (2014). *Buku Ajar Kehamilan Untuk Mahasiswa & Praktisi Keperawatan Serta Kebidanan*. Salemba Medika