

**Pengaruh Tingkat Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Proses
Pengeluaran ASI Ibu *Post Partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan**
***Effect of Covid-19 Pandemic Anxiety Level on The Process of Breastfeeding
Mother Post Partum in the Working Area of Gunung Medan Health Center***

Evin Noviana Sari

Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia

evinnovianasari1986@gmail.com

ABSTRAK

Pandemi COVID-19 membuat ibu *post partum* mengalami tingkat kecemasan dari ringan hingga sedang seperti ketakutan pada kerumunan dan isolasi mandiri dirumah, sehingga mempengaruhi proses pengeluaran ASI pada ibu *post partum*, dikarenakan terjadinya peningkatan kortisol membuat terhambatnya transportasi hormon oksitosin dalam sekresinya sehingga terhambat pengeluaran asi. *Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Gunung Medan. Jenis penelitian ini survey analitik menggunakan desain cross sectional. Sampel adalah ibu post partum yang melahirkan tanggal 1 April – 31 Mei 2021 berjumlah 37 orang. Analisa data menggunakan Chi Square. Sebagian besar responden berumur 20-35 tahun berjumlah 27 orang (73%), pendidikan tamat SMA berjumlah 21 orang (56,8%), pekerjaan sebagai IRT berjumlah 23 orang (62,2%), melakukan IMD berjumlah 37 orang (100%) dan paritas anak pertama berjumlah 14 orang (37,8%). Sebagian besar mengalami cemas Covid-19 berjumlah 22 orang (59,5%) dan tidak cemas Covid- 19 berjumlah 15 orang (40,5%). Pengeluaran ASI pada ibu post partum sampai hari kedua sebagian besar belum keluar berjumlah 24 orang (64,9%), sedangkan sudah keluar berjumlah 13 orang (35,1%). Ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum (p value : $0,000 < \alpha : 0,05$). Ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum. Disarankan ibu hamil untuk selalu berpikiran positif dan mencari informasi tentang kesehatan khususnya Covid-19 atau melakukan relaksasi sehingga tidak merasa cemas.*

Kata Kunci : *Tingkat kecemasan, Covid-19, Pengeluaran ASI ibu Post Partum*

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has made postpartum mothers experience levels of anxiety from mild to moderate such as fear of crowds and self-isolation at home, thus affecting the process of expelling breast milk in postpartum mothers, due to an increase in cortisol which hinders the transport of the hormone oxytocin in its secretions so that milk production is hampered. The purpose of this study was to determine the effect of the Covid-19 pandemic anxiety on the release of breast milk for post partum mothers in the working area of the Gunung Medan Public Health Center. This type of research is an analytic survey using a cross sectional design. The sample is post partum mothers who gave birth on April 1 to May 31, 2021 totaling 37 people. Data analysis using Chi Square. Most of the respondents aged 20-35 years were 27 people (73%), 21 people graduated from high school (56.8%), working as IRT were 23 people (62.2%), doing IMD was 37 people (100%) and the parity of the first child was 14 people (37.8%). Most of them were worried about Covid-19, totaling 22 people (59.5%) and not worried about Covid-19 being 15 people (40.5%). Expenditure of breast milk in post partum mothers until the second day mostly has not come out amounted to 24 people (64.9%), while it has come out amounted to 13 people (35.1%). There is an influence of Covid-19 pandemic anxiety on post partum mother's milk production (p value : $0.000 < : 0.05$). There is an effect of the anxiety of the Covid-19 pandemic on the production of breast

milk for post partum mothers. It is recommended that pregnant women always think positively and seek information about health, especially Covid-19 or relax so they don't feel anxious.

Keywords: *Anxiety, Pandemic Covid-19, Breastmilk Expenditures, Post Partum Mother*

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa atau waktu sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar atau lepas dari rahim, sampai enam minggu berikutnya, disertai dengan pulihnya kembali organ-organ yang berhubungan dengan alat kandungan, yang mengalami perubahan seperti perlukaan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan (Rahmiati, 2018).

Masa **post partum** merupakan masa dimana ibu mengalami perubahan peran dari dalam dirinya (Bobak dkk dalam Ernawati, 2016). Perawatan asuhan nifas mandiri setelah melahirkan yang masih kurang menurut Komariah (2015) berhubungan dengan nutrisi, ASI dan proses menyusui. ASI adalah cairan yang disekresikan oleh kelenjar payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik yang bernutrisi dan memiliki energi tinggi yang diproduksi sejak saat kehamilan.

WHO dan UNICEF merekomendasikan bahwa sebaiknya anak diberi ASI saja selama 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai usia anak 2 tahun. Menurut data WHO (2016), cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia berkisar 36% selama periode 2007-2014. Pencapaian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 54,0% telah mencapai target (Kemenkes RI, 2016). Berdasarkan data dari Badan Pusat statistik di Sumatera Barat cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif adalah pada tahun 2018 sebesar 50,40% meningkat pada tahun 2019 sebesar 69,23% dan pada tahun 2020 menjadi 70,36%. Menerapkan praktik pemberian makan yang optimal sangat penting untuk menjaga keberlangsungan hidup, pertumbuhan, dan perkembangan anak. Satu dari dua bayi di Provinsi Sumatera Barat diberikan ASI eksklusif pada enam bulan pertama kehidupannya, yang berarti sedikit di atas rata-rata nasional.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kegagalan dalam proses menyusui disebabkan karena tidak keluarnya air susu ibu. Kelancaran ASI dipengaruhi oleh faktor psikologi (Hardiani dalam Mardjun, 2019). Gangguan psikologi pada ibu nifas menyebabkan sedikit pengeluaran ASI, karena dapat menghambat proses *let down reflect*. Perubahan psikologis pada ibu *post partum* umumnya terjadi pada hari 0-3 *post partum*. Pada hari kedua *post partum* seorang

ibu cenderung bersifat negatif terhadap perawatan bayinya dan tergantung karena energi ibu 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 pengeluaran air susu ibu (ASI). Ibu yang merasa cemas cenderung sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak merasa cemas (Arfiah, 2017). Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan Arfiah (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan pengeluaran ASI pada masa *post partum* di RSUD Anutapura Palu. Diketahui saat ini terjadi wabah penyakit baru yang berasal dari virus yaitu corona virus yang merupakan keluarga besar virus menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat.

Corona Virus Disease (COVID-19) adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Manifestasi klinis COVID-19 biasanya muncul dalam 2 hari hingga 14 hari setelah paparan. Tanda dan gejala umum infeksi corona virus antara lain gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Pada kasus yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian. Kasus COVID-19 di Indonesia sampai tanggal 15 April 2021 masih memperlihatkan peningkatan signifikan jumlah pasien yang terinfeksi sebesar 6.362 orang sembuh dari Covid-19, sedangkan kasus meninggal bertambah 167 pasien. Dengan penambahan tersebut maka kumulatif kasus positif menjadi 1.589.359, kasus sembuh 1.438.254, dan kasus meninggal menjadi 43.073 orang (Kemenkes RI, 2020). Terjadinya pandemi COVID-19 ini membuat ibu postpartum mengalami kecemasan, yang dapat berdampak pada proses pengeluaran ASI.

METODE

Jenis penelitian pada penelitian ini adalah survei analitik dengan menggunakan desain cross sectional. Waktu dan tempat penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan pada bulan April-Mei 2021. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang ada di wilayah kerja puskesmas Gunung Medan dengan perkiraan melahirkan dari tanggal 1 April – 31 Mei 2021 yang berjumlah 37 orang dengan teknik pengambilan sampel secara *nonprobability sampling* dengan metode sampling jenuh. Data dikumpulkan dengan

menggunakan kuesioner terstruktur dan wawancara. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan uji *chi square*.

HASIL

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Pandemi Covid-19 Pada Ibu *Post Partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan

No	Kecemasan	N	%
1	Cemas	22	59,5
2	Tidak cemas	15	40,5
Jumlah		37	100

Tabel 2. Pengeluaran ASI Ibu *Post Partum* Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan

No	Pengeluaran ASI	N	%
1	Tidak	24	64,9
2	Ya	13	35,1
Jumlah		37	100

Tabel 3. Pengaruh Tingkat Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Pengeluaran ASI Ibu *Post Partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan

No	Pengeluaran ASI	Kecemasan Pandemi Covid-19				Total	%	<i>p value</i>
		Cemas		Tidak Cemas				
		n	%	n	%			
1	Tidak	21	56,8	3	8,1	24	64,9	*0,000
2	Ya	1	2,7	12	32,4	13	35,1	
Jumlah		22	59,5	15	40,5	37	100	

PEMBAHASAN

Pembahasan mengenai pengaruh tingkat kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan, sebagai berikut:

1. Kecemasan pandemi Covid-19 pada ibu *post partum* di Wilayah Kerja Puskesmas gunung Medan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa kecemasan pandemi Covid-19 pada 37 ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan, sebagian besar mengalami cemas Covid-19 berjumlah 22 orang (59,5%) dan tidak cemas Covid-19 berjumlah 15 orang (40,5%). Dimana berdasarkan item pertanyaan kuesioner kecemasan, diketahui ibu post partum sebagian besar cemas tentang berita penderita Covid-19 semakin bertambah dan penularan Covid-19, khawatir petugas yang membantu melahirkan tidak

menggunakan APD (masker, face shield dan sarung tangan), takut keluar rumah dan sulit membeli makanan yang bergizi selama Covid-19.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Fadli (2020) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan dalam pencegahan Covid-19. Dalam penelitian Yono (2020) menunjukkan bahwasannya sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan saat pandemi Covid-19 meliputi berkurangnya penghasilan dan takut tertular Covid-19. Begitu juga dengan penelitian Buana (2020) menunjukkan bahwasannya sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan menghadapi pandemi Covid-19. Gangguan psikologi pada ibu menyebabkan proses berkurangnya pengeluaran Air Susu Ibu (ASI) karena dapat menghambat Let Down Reflek.

Perubahan psikologi pada ibu post partum biasanya terjadi pada hari ke 3 post partum. Pada hari kedua post partum ibu lebih cenderung memiliki sifat negative dalam perawatan bayinya dan sangat bergantung pada orang lain dikarenakan energi lebih difokuskan untuk dirinya sendiri. Di dalam proses menyusui ibu nifas dipengaruhi 2 hormon yakni hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Proses pembentukan prolaktin oleh adenohipofisis, dimana rangsangan berasal dari hisapan bayi dan yang akan dilanjutkan ke hipofisis posterior kemudian akan mengeluarkan hormon oksitosin. Melalui aliran darah hormon ini akan dibawa ke uterus yang akan menimbulkan kontraksi pada uterus sehingga dapat terjadi involusi dari organ tersebut. Kontraksi yang terjadi akan merangsang diperasnya air susu ibu yang sudah diproses dan dikeluarkan melalui alveoli kemudian masuk ke sistem duktus dan dialirkan melalui duktus laktiferus kemudian masuk dalam mulut bayi. Pada reflek let down terdapat faktor-faktor yang dapat menghambat proses pengeluaran air susu diantaranya seorang ibu yang mengalami kecemasan (Astutik,2014).

Ibu yang mengalami tingkat kecemasan tinggi membuat terjadinya peningkatan sekresi Adrenokortikotropik Hormon (ACTH) oleh kelenjar hipofisis anterior yang diikuti peningkatan sekresi hormon adrenokortikal yang berupa kortisol dalam waktu beberapa menit. Kortisol mempunyai efek umpan balik negatif terhadap hipotalamus untuk menurunkan pembentukan CRF dan kelenjar hipofisis anterior untuk menurunkan pembentukan ACTH. Sehingga jika kortisol

meningkat, umpan balik ini secara otomatis mengurangi jumlah ACTH sehingga kembali lagi ke nilai normalnya. Sekresi kortisol yang tinggi dapat menghambat transportasi hormon oksitosin dalam sekresinya, sehingga dapat menghambat pengeluaran produk ASI (Astutik, 2014).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kegagalan dalam menyusui disebabkan tidak keluarnya Air Susu Ibu (ASI) (Hardiani dalam Mardjun, 2019). Kondisi kejiwaan serta emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi kelancaran Air Susu Ibu. Jika ibu mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI. Ibu yang merasa cemas sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas (Arfiah, 2017). Ditunjang terjadinya pandemi COVID-19 ini membuat masyarakat khususnya ibu hamil mengalami kecemasan, yang dapat berdampak pada pengeluaran ASI.

2. Pengeluaran ASI pada ibu *post partum* pada masa pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa pengeluaran ASI dari 37 ibu *post partum* masa pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan sebagian besar ASI belum keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 24 orang (64,9%), sedangkan ASI keluar sampai hari kedua setelah melahirkan berjumlah 13 orang (35,1%). Penelitian Mardjun (2019) menunjukkan bahwa dari 68 responden didapati responden dengan ASI lancar berjumlah 28 responden (41,2%), dan ASI kurang lancar berjumlah 40 responden (58,8%). Penelitian Hastuti (2017) menunjukkan bahwa responden pengeluaran ASI lancar ada 16 orang (53,3%) dan responden yang pengeluaran ASI tidak lancar ada 14 orang (46,7%).

Menurut penelitian Arfiah (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden pengeluaran ASI kurang lancar. Proses laktasi atau menyusui adalah proses pembentukan ASI yang melibatkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Hormon prolaktin selama kehamilan akan meningkat akan tetapi ASI belum keluar karena masih terhambat hormon estrogen yang tinggi. Dan pada saat melahirkan, hormon estrogen dan progesterone akan menurun dan hormon prolaktin akan lebih dominan sehingga terjadi sekresi ASI (Astutik, 2014).

Ibu yang ASI nya tidak lancar disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya ibu yang mengalami kelelahan setelah persalinan, kebanyakan ibu merasa takut untuk mobilisasi, sehingga ibu merasa malas menyusui bayinya dan pada akhirnya ibu memilih untuk memberikan susu formula pada bayinya. Proses pembentukan ASI di mulai sejak awal kehamilan, ASI (Air Susu Ibu) di produksi karena pengaruh faktor hormonal, proses pembentukan ASI di mulai dari proses terbentuknya laktogen dan homon-hormon yang mempengaruhi terbentuknya ASI, proses pembentukan laktogen dan hormon produksi ASI (Amalia, 2016).

Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamariyah (2014) bahwa terdapat hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan kelancaran produksi ASI, keadaan psikologis ibu yang baik akan memotifasi untuk menyusui bayinya sehingga hormon yang berperan pada produksi ASI akan meningkat karena produksi ASI dimulai dari proses menyusui dan akan merangsang produksi ASI. *Pada saat payudara sudah memproduksi ASI, terdapat pula proses pengeluaran ASI yaitu dimana ketika bayi mulai menghisap, terdapat beberapa hormone yang berbeda bekerja sama untuk pengeluaran air susu dan melepaskannya untuk di hisap. Gerakan isapan bayi dapat merangsang serat saraf dalam puting. Serat saraf ini membawa permintaan agar air susu melewati kolumna spinalis ke kelenjar hipofisis dalam otak. Kelenjar hipofisis akan merespon otak untuk melepaskan hormon prolaktin dan hormone oksitosin. Hormon prolaktin dapat merangsang payudara untuk menghasilkan lebih banyak susu. Sedangkan hormone oksitosin merangsang kontraksi otot-otot yang sangat kecil yang mengelilingi duktus dalam payudara, kontraksi ini menekan duktus dan mengeluarkan air susu ke dalam penampungan di bawah areola. Pada saat proses laktasi terdapat dua reflek yang berperan, yaitu reflek prolaktin dan reflek letdown/reflek aliran yang akan timbul karena rangsangan isapan bayi pada puting susu (Astutik, 2014).*

Ibu pasca persalinan harus mempersiapkan diri untuk menyusui bayinya, tetapi sebagian ibu mengalami kecemasan sehingga mempengaruhi kelancaran 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. Berdasarkan hasil

penelitian dan teori pendukung, peneliti beranggapan bahwa kecemasan yang terjadi pada ibu post partum karena terlalu memikirkan hal-hal negatif. 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 kurang lancar.

3. Pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui 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 $p\text{ value} : 0,000 < \alpha : 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada pengaruh kecemasan pandemi Covid-19 terhadap pengeluaran ASI ibu post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Arfiah (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat Kecemasan dengan pengeluaran ASI pada masa nifas dengan $p\text{ value} = 0,002 < 0,05$. Penelitian Mardjun (2019) menunjukkan ada hubungan antara kecemasan dengan kelancaran pengeluaran air susu ibu pada ibu post partum dengan $p\text{ value} 0,001 < 0,05$. Penelitian Hastuti (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan dengan kelancaran pengeluaran air susu ibu pada ibu post partum. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamariyah (2014) bahwa terdapat hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan kelancaran produksi ASI, keadaan psikologis ibu yang baik akan memotivasi untuk menyusui bayinya sehingga hormon yang berperan pada produksi ASI akan meningkat *karena produksi ASI dimulai dari proses menyusui dan akan merangsang produksi ASI*.

Hawari (2011) 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. Menurut Dewi (2015) 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.

Menurut Riksani (2012) kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat memengaruhi kelancaran ASI. Jika ibu mengalami kecemasan, stres, pikiran tertekan, tidak tenang, sedih, dan tegang akan mempengaruhi kelancaran ASI, dalam hal ini ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas. Hal ini dikarenakan proses keluarnya ASI terdapat dua proses yaitu proses pembentukan air susu (the milk production reflex) dan proses pengeluaran air susu (let down reflex) yang kedua proses tersebut dipengaruhi oleh hormon yang diatur oleh hypothalamus (Badariah, 2011).

Hormon hypothalamus itu sendiri bekerja sesuai dengan perintah otak dan bekerja sesuai emosi ibu, sehingga ibu yang cemas akan sedikit mengeluarkan ASI dibandingkan ibu yang tidak cemas (Aprilia, 2011). Selain itu, proses psikologis pada ibu hamil sudah dimulai sejak masa kehamilan. Ibu hamil akan mengalami perubahan psikologis yang nyata sehingga diperlukan adaptasi. Proses adaptasi yang kurang baik dapat menyebabkan stress atau kecemasan sehingga dapat meningkatkan produksi kortisol. Dari kortisol yang tinggi akan menghambat produksi ASI (Dewi, 2015).

Kortisol mempunyai efek umpan balik negatif langsung terhadap hipotalamus untuk menurunkan pembentukan CRF dan kelenjar hipofisis anterior untuk menurunkan pembentukan ACTH. Kedua umpan balik ini membantu mengatur konsentrasi kortisol dalam plasma. Sehingga bila kortisol meningkat, umpan balik ini secara otomatis akan mengurangi jumlah ACTH

sehingga kembali lagi ke nilai normalnya. Sekresi kortisol yang tinggi dapat menghambat transportasi hormon oksitosin dalam sekresinya, sehingga dapat menghambat pengeluaran produk ASI (kolostrum, ASI transisi, ASI matur). Berdasarkan hasil penelitian bahwa ibu post partum mengalami kecemasan ditandai ibu selalu gelisah, merasa takut, perasaan was-was, 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.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori pendukung, peneliti beranggapan bahwasannya tingkat 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

Hasil kesimpulan dari pembahasan tentang Pengaruh Tingkat Kecemasan Pandemi Covid-19 Terhadap Proses Pengeluaran ASI pada Ibu *Post Partum* di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Medan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dan sebagian besar responden ASI nya tidak lancar. Ada pengaruh antara tingkat kecemasan Pandemi Covid-19 dengan proses pengeluaran ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Gunung Medan.

REFERENSI

Arfiah. 2017. *Pengaruh Tingkat Kecemasan pada Ibu Postpartum Primipara Remaja terhadap Kemampuan Pemenuhan Kebutuhan Bayi Baru Lahir di RSU*

- Anuntapura Palu. Program Studi DIII Kebidanan, STIKes Widya Nusantara Palu.
- Depkes RI. 2018, *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*, Jilid A, Jakarta.
- Doremalen, Van N, *Bushmaker T, Morris DH, Holbrook MG, Gamble A, Williamson BN, et al.* 2020. *Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1*. The New England Journal of Medicine. Massachusetts Medical Society. doi:10.1056/nejmc2004973. PMID 32182409
- Fauza. 2018. *Hubungan Mobilisasi Dini Pada Ibu Postpartum Dengan Sectio Caesarea Terhadap Proses Percepatan Pemulihan Postpartum Di Ruang Kebidanan RSUDZA Banda Aceh*, Karya Tulis Ilmiah, Program Studi D3 Kebidanan Stikes U'Budiyah Banda Aceh.
- Hawari. D. 2016. *Pendekatan Holistik pada Gangguan Jiwa, Skizofrenia*. FKUI. Jakarta.
- Health Line. 2020. *Upaya Pencegahan Penularan Corona Covid-19* <https://www.liputan6.com/otomotif/read/4212220/9-upaya-pencegahanpenularan-corona-covid-19>
- Hegar. B. 2018. *Bedah ASI Kajian dari berbagai sudut Pandang Ilmiah*, IDI Cabang DKI Jakarta.
- Ibrahim, A.S. 2016. *Panik Neurosis dan Gangguan Cemas*. Jelajah Nusa. Tangerang.
- Kamariyah, N. (2014). *Kondisi Psikologis Mempengaruhi Produksi ASI Ibu Menyusui Di BPS Aski Pakis Sido Kumpul Surabaya* Diakses pada 27 November 2018
- Kusumawati, F. 2017. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Salemba Medika. Jakarta.
- Letko, M, Marzi A, Munster V. 2020. *Functional assessment of cell entry and receptor usage for SARS-CoV-2 and other lineage B betacoronaviruses*. Nature Microbiology: 1–8. doi:10.1038/s41564-020-0688-y
- Notoatmodjo, S. 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Nursalam. 2015. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Sagung Seto. Jakarta.
- Mardiatun. 2017. *Pengaruh pendekatan supportive-educative "orem" terhadap peningkatan kemandirian ibu nifas dalam perawatan diri selama early*

postpartum di Puskesmas Karang Taliwang Mataram Nusa Tenggara Barat.
Jurnal Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mataram.

Mardjun, Zulfikar. 2019. *Hubungan Kecemasan dengan Kelancaran pengeluaran ASI Pada Ibu Post Partum Selama Dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado.* e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 7 Nomor 1.

Rahmiati. 2018. *Efektifitas Mengunyah Permen Karet Terhadap Pemulihan Peristaltik Usus Pada Ibu Post Partum Sectio Caesaria.* Jurnal Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wiyata Husada Samarinda.

Roesli, Utami. 2018. *Mengenal ASI Eksklusif.* Jakarta: Trubus Agriwidya.

Safrizal ZA, MSi, Danang Insita Putra, PhD, Safriza Sofyan, SE, AK, M.Com, Dr. Bimo MPH. 2020. *Pedoman Umum Menghadapi Pandemi COVID-19.* Tim Kerja Kementerian Dalam Negeri. Jakarta.

Stuart, W.G. 2017. *Buku Saku Keperawatan Jiwa.* Penerbit EGC. Jakarta.

Sugiyono. 2014. *Statistik.* PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.