

**HUBUNGAN KONTRASEPSI HORMONAL DAN TINGKAT
KECEMASAN DENGAN LAMANYA MENYUSUI
DI PUSKESMAS PERUMNAS KOTA KENDARI
TAHUN 2019**



NASKAH PUBLIKASI

OLEH :

ASNUR SAID
P00312018053

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI DIV
2019**

HUBUNGAN KONTRASEPSI HORMONAL DAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN LAMANYA MENYUSUI DI PUSKESMAS PERUMNAS KOTA KENDARI TAHUN 2019

Asnur Said¹ Syahrianti² Yustiari²

¹Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari

²Mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF HORMONAL CONTRACEPTION AND ANXIETY LEVELS WITH THE PAGE OF BREAST FEEDING IN THE PUBLIC HEALTH CENTER KENDARI CITY IN 2019

Background: The provision of breast milk (ASI) in infants for up to two years is very beneficial for the growth and development of infants, especially the first breastfeeding which is yellowish (colostrum). The nutritional content contained in colostrum can increase the baby's immune system so that it can prevent disease and death in infants.

Objective: To determine the relationship of hormonal contraception and the level of anxiety with the length of breastfeeding at the Perumnas Health Center in Kendari City in 2019.

Research Methods: The study design used was cross sectional. The research sample is mothers who have children aged 2-5 years at the Perumnas Health Center in Kendari City, totaling 68 mothers. Data collection instruments in the form of questionnaires. Data analysis using chi square test.

Results: There was a hormonal contraceptive relationship between the length of breastfeeding at the Perumnas Health Center of Kendari City in 2019 ($X^2 = 14,071$; $pvalue = 0,000$). There is a correlation between anxiety level and duration of breastfeeding at Perumnas Health Center in Kendari City in 201 ($X^2 = 23,680$; $pvalue = 0,000$).

Keywords: duration of breastfeeding, hormonal contraception, anxiety

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi baru lahir, karena ASI dapat memenuhi kebutuhan bayi akan energi dan gizi bayi bahkan selama 4-6 bulan pertama kehidupannya, dapat mencapai tumbuh kembang yang optimal. Selain sumber energi dan zat gizi, pemberian ASI juga merupakan media untuk menjalin hubungan

psikologis Antara ibu dan bayinya, hubungan ini akan mengantarkan kasih sayang dan perlindungan ibunya, sehingga dapat terjalin hubungan yang harmonis dan penuh kasih sayang. ASI sebaiknya diberikan hingga bayi berusia 2 tahun (Soetjiningsih, 2013).

Pemberian air susu ibu (ASI) pada bayi hingga dua tahun sangat bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi khususnya

pemberian ASI pertama yang berwarna kekuningan (kolostrum). Kandungan nutrisi yang terdapat dalam kolostrum dapat meningkatkan kekebalan tubuh bayi sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit dan kematian pada bayi (Soetjiningsih, 2013).

Zat anti didalam ASI akan memberikan kekebalan tubuh bayi terhadap diare, infeksi saluran pernafasan atas dan penyakit infeksi lain. Selain itu menyusui dapat mengurangi biaya pengeluaran terutama untuk pembelian susu. Lebih jauh lagi bagi negara, menjamin tersedianya sumber daya manusia yang berkualitas, menghemat subsidi biaya kesehatan masyarakat dan mengurangi pencemaran lingkungan akibat penggunaan plastik sebagai bahan peralatan susu formula (botol dan dot), dengan demikian menyusui bersifat ramah lingkungan (Sulistiyawati, 2015).

Melihat besarnya manfaat air susu ibu tersebut, program peningkatan penggunaan air susu ibu merupakan salah satu program utama bidang kesehatan ibu dan anak. Program ini berkaitan dengan kesepakatan global antara lain: Declaration Innocenti (Italia) tahun 1990 tentang perlindungan, promosi dan dukungan terhadap pengguna air susu ibu. Melalui sepuluh langkah menuju keberhasilan menyusui diharapkan semua petugas dan sarana pelayanan kesehatan mendukung perilaku menyusui yang optimal hingga dua tahun (Sulistiyawati, 2015).

Pemberian ASI hingga 2 tahun pada bayi di beberapa negara menunjukkan di negara berkembang sebesar 37%, di Amerika sebesar 48%, dan angka dunia sebesar 45%. Hal ini menggambarkan masih rendahnya praktek pemberian ASI dan masih tingginya angka pemberian MP-ASI dini di Negara tersebut. MP-ASI yang terlalu dini pada bayi dapat menyebabkan gangguan pencernaan,

diare, alergi terhadap makanan, gangguan pengaturan selera makan dan perubahan selera makan (Maryunani, 2015). Cakupan pemberian ASI pada bayi 0-24 bulan di Indonesia berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 sebesar 49,9 Sulawesi Tenggara sebesar 48% (Kemenkes RI, 2018).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan lamanya menyusui adalah tingkat pendidikan ibu, pemberian susu formula pada bayi, motivasi dokter atau bidan dan penggunaan metode tradisional untuk meningkatkan produksi ASI (Montulalu dkk, 2013), penggunaan kontrasepsi hormonal (Askrening, 2017). Faktor-faktor lain yang berhubungan dengan menyusui adalah tingkat kecemasan, pendidikan ibu, status pekerjaan dan pendapatan keluarga (Sulastri, 2016).

Penggunaan alat kontrasepsi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi fertilitas. Penggunaan alat kontrasepsi merupakan usaha langsung untuk mengurangi angka kelahiran, mengatur jarak kelahiran untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak sehingga tercapai keluarga kecil bahagia sejahtera (Askrening, 2017). Kontrasepsi hormonal yang berisi progesterone saja seperti mini pill, Depo medroxy progesterone dan Implan tidak berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas ASI dan justru dapat meningkatkan volume ASI dibanding kontrasepsi non hormonal. Kontrasepsi hormonal hanya progesteron tidak mengurangi kualitas dan kuantitas ASI, menyebabkan volume air susu ibu berkurang adalah hormon estrogen (Manuaba, 2015).

Kebutuhan wanita akan kontrasepsi selama menyusui adalah kontrasepsi aman digunakan selama menyusui, namun metode kontrasepsi hormonal terutama mengandung estrogen dan progesteron dapat mengganggu laktasi dengan menghambat proklatin sehingga

mengurangi produksi ASI, bervariasi dari 0,03% sampai 1% dosis oral. Kekhawatiran juga meningkat mengenai perjalanan hormon eksogen dalam ASI. Jumlah estradiol etinil terdapat dalam ASI, kombinasi kontrasepsi oral tidak direkomendasikan saat menyusui (Montulalu dkk, 2013).

Faktor psikologi juga merupakan hal yang perlu diperhatikan saat menyusui seperti kecemasan. Setelah melahirkan, ibu mengalami perubahan fisik dan fisiologis yang mengakibatkan perubahan psikisnya. Kondisi ini dapat mempengaruhi proses laktasi. Fakta menunjukkan bahwa cara kerja hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikologis. Cemas, stres, rasa takut yang berlebihan, ketidakbahagiaan pada ibu sangat berperan dalam kesuksesan pemberian ASI eksklusif (Anggraini, 2016).

Studi awal di Puskesmas Perumnas Kota Kendari diperoleh data jumlah ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun 2016 sebanyak 1029 ibu, tahun 2017 sebanyak 1103 ibu dan tahun 2018 sebanyak 969 ibu. Jumlah ibu yang menyusui hingga 2 tahun pada tahun 2016 sebanyak 530 ibu (51,51%), tahun 2017 sebanyak 570 ibu (51,68%) dan tahun 2018 sebanyak 490 ibu (50,57%). Jumlah ibu yang menggunakan KB hormonal pada tahun 2016 sebanyak 870 ibu (84,55%), tahun 2017 sebanyak 889 ibu (80,60%) dan tahun 2018 sebanyak 665 ibu (68,62%). Jumlah ibu menyusui yang menggunakan KB hormonal tahun 2016 sebanyak 330 orang (62,26%) dari 530 ibu, tahun 2017 sebanyak 357 orang (62,63%) dari 570 ibu dan tahun 2018 sebanyak 322 orang (65,71%) dari 490 ibu (Puskesmas Perumnas Kota Kendari, 2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut sehingga penulis tertarik untuk meneliti tentang hubungan kontrasepsi hormonal dan tingkat cemas dengan lamanya menyusui di Puskesmas

Perumnas Kota Kendari tahun 2019.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian adalah analitik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrasepsi hormonal dan tingkat kecemasan dengan lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019. Rancangan penelitian menggunakan *cross sectional* (belah lintang) karena data penelitian (variabel independen dan variabel dependen) dilakukan pengukuran pada waktu yang sama/sesaat. Berdasarkan pengolahan data yang digunakan, penelitian ini tergolong penelitian kuantitatif (Notoatmodjo, 2018).

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di Puskesmas Perumnas pada tanggal 12 April hingga 15 Juli 2019.

Populasi Dan Sampel

1. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2018 yang berjumlah 969 orang.
2. Sampel dalam penelitian adalah ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun di Puskesmas Perumnas Kota Kendari. Penentuan jumlah sampel dengan rumus besar sampling yaitu

$$n = \frac{NZ^2pq}{d^2(N-1) + Z^2pq}$$

Keterangan :

- n : besarnya sampel
- N : populasi
- d : tingkat kepercayaan yang diinginkan (0,05%)
- Z : derajat kemaknaan dengan nilai (1,96)
- p : perkiraan populasi yang diteliti (0,05)

q : proporsi populasi yang tidak di hitung (1-p)

(Notoatmodjo, 2012)

$$n = \frac{969 \cdot (1,96^2) \cdot 0,05 \cdot 0,95}{(0,05^2) \cdot 969 + (1,96^2) \cdot 0,05 \cdot 0,95}$$

$$n = \frac{969 \cdot 3,84 \cdot 0,05 \cdot 0,95}{0,0025 \cdot 969 + 3,84 \cdot 0,05 \cdot 0,95}$$

$$n = \frac{176,7}{2,42 + 0,182}$$

$$n = \frac{176,7}{2,60}$$

$$n = 67,9$$

Jadi total jumlah sampel dalam penelitian ini 68 ibu. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Adapun criteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

1. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah
 - a. Bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan.
 - b. Ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun dan menyusui bayinya.
2. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah
 - a. Tidak bersedia mengikuti penelitian.
 - b. Ibu yang menderita penyakit berat dan infeksi.

Jenis Dan Sumber Data

Jenis data adalah data primer. Data diperoleh dari kuesioner mengenai kontrasepsi hormonal dan tingkat kecemasan dengan lama menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari.

Pengolahan Dan Analisis Data

1. Pengolahan data
Pengolahan data dilakukan dengan bantuan program computer

SPSS. Data disusun terlebih dahulu supaya dihasilkan data yang mudah diolah dengan langkah-langkah penyus .

Langkah-langkah pengolahan data yang dilakukan adalah sebagai berikut: penyuntingan (*editing*), pengkodean (*coding*) dan tabulasi (*tabulating*)

2. Analisa Data

a. Analisis data

1. Univariat

Data diolah dan disajikan kemudian dipresentasikan dan uraikan dalam bentuk table dengan menggunakan rumus:

$$X = \frac{f}{n} \times K$$

Keterangan :

f : variabel yang diteliti

n : jumlah sampel penelitian

K: konstanta (100%)

X : Persentase hasil yang dicapai

2. Bivariat

Untuk mendeskripsikan hubungan antara *independent variable* dan *dependent variable*. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square*. Adapun rumus yang digunakan untuk *Chi-Square* adalah :

$$X^2 = \frac{\sum (fo - fe)^2}{fe}$$

Keterangan :

Σ : Jumlah

X^2 : Statistik Chi-Square hitung

fo : Nilai frekuensi yang diobservasi

fe : Nilai frekuensi yang diharapkan

Pengambilan kesimpulan dari pengujian hipotesa adalah ada hubungan jika p value $\leq 0,05$ dan tidak ada hubungan jika p value $> 0,05$ atau X^2 hitung $\geq X^2$ tabel maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan dan X^2 hitung $< X^2$ tabel maka H_0 diterima dan H_1 ditolak yang berarti tidak ada hubungan.

HASIL

Penelitian hubungan kontrasepsi hormonal dan tingkat kecemasan dengan lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019 telah dilaksanakan pada tanggal 12 April hingga 15 Juli 2019. Sampel penelitian adalah ibu yang memiliki anak usia 2-5 tahun di Puskesmas Perumnas Kota Kendari yang berjumlah 68 orang. Data yang telah terkumpul diolah, dianalisis dan disajikan dalam bentuk tabel yang disertai penjelasan. Hasil penelitian terdiri dari gambaran umum lokasi penelitian, analisis univariabel (karakteristik responden, kontrasepsi hormonal, tingkat kecemasan, lamanya menyusui), analisis bivariabel (hubungan kontrasepsi hormonal dengan lamanya menyusui, hubungan tingkat kecemasan dengan lamanya menyusui). Hasil penelitian akan ditampilkan sebagai berikut:

1. Analisis Univariabel

Analisis univariabel adalah analisis setiap variabel untuk memperoleh gambaran setiap variabel dalam bentuk distribusi frekuensi. Variabel yang dianalisis pada analisis univariabel adalah karakteristik responden, kontrasepsi hormonal, tingkat kecemasan, lamanya menyusui. Hasil analisis univariabel sebagai berikut

a. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi ciri khas responden yang melekat padadiri responden

meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, dan paritas. Hasil penelitian tentang karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1-4.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Umur Ibu di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019

Umur Ibu	Jumlah	
	n	%
< 20 dan >35 tahun	21	30,9
20-35 tahun	47	69,1

Tabel 1 menyatakan bahwa dari 68 ibu, umur ibu terbanyak adalah umur 20-35 tahun sebanyak 47 orang (69,1%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibudi Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019

Pendidikan Ibu	Jumlah	
	n	%
SD	7	10,3
SMP	8	11,8
SMA	41	60,3
PT	12	17,6

Tabel 2 menyatakan bahwa dari 68 ibu, pendidikan terbanyak adalah SMA sebanyak 41 orang (60,3%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibudi Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019

Pekerjaan Ibu	Jumlah	
	n	%
Bekerja	27	39,7
Tidak bekerja	41	60,3

Tabel 3 menyatakan bahwa dari 68 ibu, pekerjaan terbanyak dalam kategori tidak bekerja sebanyak 41 orang (60,3%).

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Paritas Ibu di
Puskesmas Perumnas Kota Kendari
Tahun 2019

Paritas Ibu	Jumlah	
	n	%
1	24	35,3
2	17	25,0
3	20	29,4
≥4	7	10,3

Tabel 4 menyatakan bahwa dari 68 ibu, paritas terbanyak adalah paritas 1 sebanyak 24 orang (35,3%).

- b. Identifikasi Penggunaan Kontrasepsi Hormonal di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019

Kontrasepsi hormonal adalah penggunaan kontrasepsi yang mengandung hormonal seperti pil, suntik, implant. Kontrasepsi hormonal dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu menggunakan kontrasepsi hormonal dan tidak menggunakan kontrasepsi hormonal. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Kontrasepsi Hormonal di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019

Kontrasepsi Hormonal	Jumlah	
	n	%
Menggunakan	39	57,4
Tidak menggunakan	29	42,6
Total	68	100

Hasil penelitian pada tabel 5 terlihat bahwa sebagian besar ibu menyusui menggunakan KB hormonal sebanyak 39 orang (57,4%).

- c. Identifikasi Tingkat Kecemasan di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019

Tingkat kecemasan adalah kondisi dimana seseorang mengalami perasaan tegang, takut dan khawatir

berlebihan yang dirasakan oleh ibu. Pengukuran kecemasan menurut hamilton rating scale for anxiety (HRS-A). Tingkat kecemasan dalam penelitian ini dibagi menjadi lima yaitu tidak cemas (skor <14), cemas ringan (skor 14-20), cemas sedang (skor 21-27), cemas berat (skor 28-41), cemas berat sekali (skor 42-56). Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019

Tingkat Kecemasan	Jumlah	
	n	%
Tidak cemas	20	29,4
Cemas ringan	17	25,0
Cemas sedang	24	35,3
Cemas berat	7	10,3
Cemas berat sekali	0	0
Total	68	100

Hasil penelitian pada tabel 6 terlihat bahwa sebagian besar tingkat kecemasan ibu menyusui adalah cemas sedang sebanyak 24 orang (35,3%).

- d. Identifikasi Lamanya Menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019

Lamanya menyusui adalah lamanya ibu menyusui bayinya hingga bayi berusia 2 tahun. Lamanya menyusui dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu menyusui < 2 tahun dan menyusui ≥ 2 tahun. Hasil penelitian tentang lama menyusui dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7

Distribusi Frekuensi Lamanya Menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019

Lamanya Menyusui	Jumlah	
	n	%
< 2 tahun	41	60,3
≥ 2 tahun	27	39,7
Total	68	100

Hasil penelitian pada tabel 7 terlihat bahwa sebagian besar lama menyusui ibu adalah < 2 tahun sebanyak 41 orang (60,3%).

2. Analisis Bivariabel

Analisis bivariabel adalah analisis yang dilakukan untuk menganalisis hubungan dua variabel. Analisis bivariabel bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel

bebas dengan variabel terikat. Uji yang digunakan adalah *Uji Kai Kuadratata uChi Square*. Analisis bivariabel pada penelitian ini yaitu analisis Untuk mengetahui hubungan kontrasepsi hormonal dengan lamanya menyusui, hubungan tingkat kecemasan dengan lamanyamenyusui). Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 8 dan 9.

Tabel 8

Hubungan Kontrasepsi Hormonal Lamanya Menyusui Di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019

Kontrasepsi Hormonal	LamanyaMenyusui				Total		X^2 (<i>p-value</i>)
	< 2 tahun		≥ 2 tahun		n	%	
	n	%	n	%			
Menggunakan	31	45,6	8	11,8	39	57,4	14,071 (0,000)
Tidakmenggunakan	10	14,7	19	27,9	29	42,6	

Sumber: Data Primer

$p < 0,05$, X^2 tabel: 3,84

Hasil penelitian pada tabel 8 menyatakan bahwa ibu menyusui < 2 tahun sebagian besar menggunakan kontrasepsi hormonal, sedangkan ibu menyusui ≥ 2 tahun sebgian besar tidak menggunakan kontrasepsi hormonal sebanyak 19 orang (27,9%). Hasil

penelitian juga menyatakan ada hubungan kontrasepsi hormonal lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019 ($X^2 = 14,071$; $pvalue = 0,000$).

Tabel 9

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Lamanya Menyusui Di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019

Tingkat Kecemasan	LamanyaMenyusui				Total		X^2 (<i>p-value</i>)
	< 2 tahun		≥ 2 tahun		n	%	
	n	%	n	%			
Tidakcemas	5	7,4	15	22,1	20	29,4	23,680 (0,000)
Cemasringan	8	11,8	9	13,2	17	25,0	
Cemasedang	21	30,9	3	4,4	24	35,3	
Cemasberat	7	10,3	0	0	7	10,3	

Sumber: Data Primer

$p < 0,05$, X^2 tabel: 3,84

Hasil analisis statistic Chi- Hasil penelitian pada tabel 9 menyatakan bahwa ibu yang menyusui <2 tahun

sebagian besar tingkat kecemasannya dalam kategori cemas sedang sebanyak 21 orang (30,9%), sedangkan ibu yang

menyusui ≥ 2 tahun sebagian besar tingkat kecemasannya dalam kategori tidak cemas sebanyak 15 orang (22,1%). Hasil penelitian juga menyatakan bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019 ($X^2=23,680$; $pvalue=0,000$).

PEMBAHASAN

Penelitian hubungan kontrasepsi hormonal dan tingkat kecemasan dengan lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019 telah dilaksanakan pada tanggal 12 April hingga 15 Juli 2019. Hasil penelitian menyatakan bahwa ada hubungan kontrasepsi hormonal dan tingkat cemas dengan lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019.

1. Hubungan Kontrasepsi Hormonal Dengan Lamanya Menyusui Di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019

Hasil penelitian menyatakan bahwa ibu menyusui < 2 tahun sebagian besar menggunakan kontrasepsi hormonal, sedangkan ibu menyusui ≥ 2 tahun sebagian besar tidak menggunakan kontrasepsi hormonal sebanyak 19 orang (27,9%). Hasil penelitian juga menyatakan ada hubungan kontrasepsi hormonal lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019 ($X^2=14,071$; $pvalue = 0,000$).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Montulalu dkk (2013) yang berjudul hubungan pengaruh kontrasepsi hormonal dan non hormonal terhadap lamanya menyusui di Indonesia (analisis data SDKI tahun 2007) menyatakan bahwa ada pengaruh kontrasepsi hormonal dan non hormonal terhadap lamanya menyusui di Indonesia. Hasil penelitian Yuliasari (2014) yang berjudul Hubungan Penggunaan Kb Pil

Kombinasi Dengan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran Tahun 2014 juga menyatakan ada hubungan penggunaan kb pil kombinasi dengan produksi asi pada ibu menyusui di Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Indarwati (2009) tentang Kajian Penggunaan Kontrasepsi Hormonal dengan Lama Ibu Menyusui Sukoharjo. Dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan lama ibu menyusui dengan $p = 0.002$ Probabilitas ibu untuk menyusui hingga paling sedikit umur dua tahun atau lebih, lebih besar pada ibu yang menggunakan kontrasepsi hormonal. Hasil penelitian Fatrin dkk (2011) juga menyatakan ada hubungan yang bermakna antara penggunaan kontrasepsi hormonal dengan lama menyusui.

Menyusui adalah proses memberikan Air Susu Ibu (ASI) melalui payudara ibu secara langsung kepada bayi yang merupakan reflek insting dari ibu dengan melibatkan hormon-hormon menyusui. Menyusui adalah hak setiap ibu dan tidak terkecuali ibu yang bekerja, maka agar dapat terlaksananya pemberian ASI dibutuhkan informasi yang lengkap mengenai manfaat dari ASI (Soetjiningsih, 2013).

Menyusui akan menjamin bayi tetap sehat dan memulai kehidupannya dengan cara yang paling sehat. Menyusui sebenarnya tidak saja memberikan kesempatan pada bayi untuk tumbuh menjadi manusia yang sehat secara fisik, tetapi juga lebih cerdas, mempunyai emosional yang lebih stabil,

perkembangan spiritual yang positif, serta perkembangan sosial yang lebih baik (Roesli, 2015). Menyusui merupakan cara yang optimal dalam memberikan nutrisi dan mengasuh bayi, dan dengan penambahan makanan pelengkap pada paruhkedua tahun pertama, kebutuhan nutrisi, imunologi, dan psikososial dapat terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya (Varney, 2016).

Bagi masyarakat kita menyusui merupakan hal yang alami. Menyusui adalah tugas yang sangat wajar dan mulia dari seorang ibu serta salah satu ekspresi cinta seorang ibu. Menyusui merupakan suatu cara yang tidak ada duanya dalam memberikan makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan yang sehat, serta kesehatan ibu dan bayi dapat mempererat ikatan batin antara ibu dan bayi sehingga dasar si kecil percaya pada orang lain dan diri sendiri yang akhirnya bayi berpotensi untuk mengasahi orang lain (Varney, 2016).

Menyusui pada wanita mempunyai beberapa kebaikan, ASI adalah makanan yang paling ideal bagi bayi baru lahir, normalnya bebas dari ketidakmurnian. Air susu ibu mengandung kalori yang lebih banyak dari susu formula. Kurang terjadi infeksi pada bayi yang menyusu pada ibu karena ada imunisasi pasif. Menyusui anak mempercepat involusi rahim, dengan demikian alat reproduksi ibu lebih cepat kembali normal. Menyusui kadang kala lebih menyenangkan bagi ibu. Menyusui lebih ekonomis, baik bagi ibu maupun bagi masyarakat. IQ bayi prematur yang menyusu dilaporkan lebih tinggi dari pada bayi serupayang tidak menyusu (Saleha, 2016).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan lamanya menyusui adalah tingkat pendidikan ibu, pemberian susu formula pada bayi, penggunaan kontrasepsi hormonal, motivasi dokter atau bidan dan penggunaan metode tradisional untuk meningkatkan produksi ASI (Montulalu dkk, 2013). Faktor-faktor lain yang berhubungan dengan menyusui adalah tingkat kecemasan, pendidikan ibu, status pekerjaan dan pendapatan keluarga (Sulastri, 2016).

Kebutuhan wanita akan kontrasepsi selama menyusui adalah kontrasepsi aman digunakan selama menyusui, namun metode kontrasepsi hormonal terutama mengandung estrogen dan progesteron dapat mengganggu laktasi dengan menghambat prolaktin sehingga mengurangi produksi ASI, bervariasi dari 0,03% sampai 1% dosis oral. Kekhawatiran juga meningkat mengenai perjalanan hormon eksogen dalam ASI. Jumlah estradiol etinil terdapat dalam ASI, kombinasi kontrasepsi oral tidak direkomendasikan saat menyusui (Montulalu dkk, 2013).

Penggunaan alat kontrasepsi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi fertilitas. Penggunaan alat kontrasepsi merupakan usaha langsung untuk mengurangi angka kelahiran, mengatur jarak kelahiran untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak sehingga tercapai keluarga kecil bahagia sejahtera (Askrening, 2017). Kontrasepsi hormonal yang berisi progesteron saja seperti mini pill, Depomedroxy progesterone dan Implan tidak berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas ASI dan justru dapat meningkatkan volume ASI

dibanding kontrasepsi non hormonal. Kontrasepsi hormonal hanya progesteron tidak mengurangi kualitas dan kuantitas ASI, menyebabkan volume air susu ibu berkurang adalah hormon estrogen (Manuaba, 2015).

Hormon yang ada dalam kontrasepsi suntik mempengaruhi produksi ASI. Kontrasepsi suntik 3 bulan memiliki kandungan 150 mg Depo Medroxyprogesteron Asetat dan kontrasepsi suntik 1 bulan memiliki kandungan kombinasi antara hormon 25 mg Medroxyprogesteron Asetat dan 5 mg Estradiol Sipionat. Hormon Estradiol Sipionat atau estrogen ini dapat menghambat kerja dari hormon prolaktin yang berpengaruh besar dalam memproduksi ASI (Saifuddin, 2016).

2. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Lamanya Menyusui Di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019

Hasil penelitian pada tabel 6 menyatakan bahwa ibu yang menyusui <2 tahun sebagian besar tingkat kecemasannya dalam kategori cemas sedang sebanyak 21 orang (30,9%), sedangkan ibu yang menyusui ≥ 2 tahun sebagian besar tingkat kecemasannya dalam kategori tidak cemas sebanyak 15 orang (22,1%). Hasil penelitian juga menyatakan bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019 ($X^2=23,680$; $pvalue=0,000$).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Sulastri (2016) yang berjudul hubungan tingkat kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta yang menyatakan bahwa ada hubungan

tingkat kecemasan ibu dengan pemberian ASI pada masa nifas di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta. Demikian pula hasil penelitian Sari dkk (2016) yang menyatakan bahwa ada hubungan signifikan antara kecemasan psikologis dengan kelancaran produksi ASI pada ibu primipara yang menyusui. Dengan nilai $r 0,425$ yang berarti kekuatan hubungan antar variabel mempunyai derajat korelasi sedang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada ibu yang menyusui diperoleh data bahwa jumlah tertinggi responden mengalami cemas sedang terutama pada ibu primipara. Kecemasan (*ansietas/ anxiety*) adalah gangguan alam perasaan (*affectiv*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability*), kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. Ada segi yang disadari dari kecemasan itu sendiri seperti rasa takut, tidak berdaya, terkejut, rasa berdosa atau terancam, selain itu juga segi-segi yang terjadi diluar kesadaran dan tidak dapat menghin dari perasaan yang tidak menyenangkan (Stuart dan Sundeen, 2015).

Peneliti berpendapat bahwa timbulnya rasa cemas pada ibu yang menyusui berasal dari berbagai sumber, diantaranya adalah karena beberapa perubahan yang dialami ibu baik berupa perubahan secara biologis, fisiologis, psikologis, dan perubahan peran serta tanggung jawab baru yang dimiliki. Dari faktor fisik ibu sendiri, kondisi dimana terjadi perubahan bentuk payudara dan payudara yang lecet

akibat menyusui pasti dapat mempengaruhi kondisi psikologis ibu sehingga kecemasan meningkat. Pendapat ini diperkuat oleh hasil penelitian Anggraini (2011) yang menyebutkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan dalam proses menyusui pada ibu primipara dan multipara dimana tingkat kecemasan ibu primipara lebih tinggi daripada ibu multipara. Demikian pula hasil penelitian Bentelu dkk (2015) yang menyatakan terdapat perbedaan tingkat kecemasan ibu dalam proses menyusui antara ibu primipara dan multipara di RS Pancaran Kasih GMIM Manado.

Responden dengan jumlah tertinggi adalah responden yang menyusui bayi usia 1-2 bulan. Menyusui pada ibu merupakan pengalaman baru dalam hidupnya, peneliti berasumsi bahwa bertambahnya tuntutan tugas dan tanggung jawab yang dimiliki oleh ibu akan meningkatkan kecemasan yang dirasakan. Data pendidikan responden, menyajikan bahwa jumlah tertinggi responden berpendidikan SMA. Peneliti berpendapat bahwa tingkat pendidikan akan berpengaruh pada tingkat kecemasan seseorang, dimana tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi cara seseorang dalam mempersepsikan *kecemasansor*. Semakin tinggi pengetahuan seorang ibu tentang banyaknya risiko yang dapat terjadi jika tidak memberikan ASI pada bayi juga mengakibatkan kecemasan ibu meningkat. Menurut Kholidah dan Alsa (2012), ketika individu mempersepsikan *kecemasansor* akan berakibat buruk, maka tingkat kecemasan yang dirasakan akan semakin berat. Sebaliknya jika *kecemasansor*

dipersepsikan tidak mengancam dan mampu diatasi, maka tingkat kecemasan yang dirasakan akan lebih ringan.

Pekerjaan responden dengan jumlah tertinggi adalah ibu rumah tangga. Peneliti berpendapat bahwa pekerjaan seseorang berpengaruh pada tingkat kecemasan yang dialami. Hal ini sesuai dengan definisi kecemasan pendekatan berfokus pada lingkungan menurut Taylor et al., (2016), dimana didefinisikan bahwa kecemasan dilihat sebagai stimulus yaitu kondisi ketika suatu pekerjaan menuntut kemampuan tertentu dari seseorang.

Data hasil perhitungan kecemasan psikologis dan lama menyusui menunjukkan ada hubungan kecemasan dengan lama menyusui. Peneliti berpendapat bahwa kecemasan psikologis memiliki hubungan yang kuat terhadap fungsi biologis tubuh. Ibu yang mengalami kecemasan akan mengalami beberapa perubahan pada fungsi biologisnya, salah satu perubahan yang dapat terjadi adalah perubahan pada produksi ASI. Semakin tinggi tingkat kecemasan maka akan semakin tidak lancar produksi ASInya, sementara semakin rendah tingkat kecemasan maka produksi ASI akan semakin lancar. Pendapat pada penelitian ini diperkuat dengan hasil penelitian Nurliawati (2010) yang menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan bermakna dengan produksi ASI pada ibu pasca seksio sesarea adalah nyeri, asupan cairan, kecemasan, motivasi, dukungan suami dan atau keluarga dan informasi tentang ASI. Hasil yang sama juga ditunjukkan dari penelitian yang dilakukan oleh Hidayah, Himawan, dan Sholihah pada tahun 2012 yang menyatakan

bahwa ada hubungan antara atatus gizi dengan produksi ASI dan juga ada hubungan antara faktor psikologis (kecemasan) dengan produksi ASI pada ibu post partum hari 1-7.

Kecemasan

(*ansietas/anxiety*) adalah gangguan alam perasaan (*affectiv*) yang tandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability*), kepribadian masih tetap utuh, perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. Ada segi yang disadari dari kecemasan itu sendiri seperti rasa takut, tidak berdaya, terkejut, rasa berdosa atau terancam, selain itu juga segi-segi yang terjadi diluar kesadaran dan tidak dapat menghindari perasaan yang tidak menyenangkan (Stuart dan Sundeen, 2015).

Cemas atau *ansietas* merupakan reaksi emosional yang timbul oleh penyebab yang tidak spesifik yang dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman dan merasa terancam. Keadaan emosi ini biasanya merupakan pengalaman individu yang subyektif yang tidak diketahui secara khusus penyebabnya. Cemas berbeda dengan takut, seseorang yang mengalami kecemasan tidak dapat mengidentifikasi ancaman. Cemas dapat terjadi tanpa rasa takut namun ketakutan tidak terjadi tanpa kecemasan (Stuart dan Sundeen, 2015).

Menurut Stuart dan Sundeen(2015), secara fisiologis, situasi kecemasan mengaktifasi hipotalamus yang mengendalikan dua sistem neuroendokrin, yaitu sistem simpatis dan sistem korteks adrenal. Sistem saraf simpatis

berespon terhadap impuls saraf dari hipotalamus dengan mengaktifasi berbagai organ dan otot polos. Kemudian sistem korteks adrenal menstimulasi pelepasan sekelompok hormon termasuk hormon seks, yaitu hormon oxytocyn, hormon endofrin, hormon adrenalin, dan hormon testosteron yang dibawa melalui aliran darah ditambah dengan aktivitas neural cabang simpatik dari sistem saraf otonomik sehingga berperan dalam respon *fight or flight*.

Menurut Kristiyansari (dalam Hidayah, Himawan, dan Sholihah (2012)), setelah oksitosin dilepas dalam darah, akan mengacu otot-otot polos yang mengelilingi alveoli, duktus, dan sinus menuju puting susu. Refleks *let-down* dapat dirasakan sebagai sensasi kesemutan atau dapat juga ibu merasakan sensasi apapun. Tanda-tanda lain dari *let-down refleks* adalah tetesan pada payudara lain yang sedang dihisap oleh bayi. Refleks ini dipengaruhi oleh kejiwaan ibu. Venancio dan Almeida (dalam Hastuti 2013) berpendapat bahwa kontak kulit antara ibu dengan bayinya merupakan stimulus yang akan dibawa ke otak. Selanjutnya stimulus ini akan memicu pelepasan oksitosin yang akan berdampak positif terhadap lama menyusui.

KESIMPULAN

1. Ibu menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019 sebagian besar menggunakan KB hormonal sebanyak 39 orang (57,4%).
2. Tingkat kecemasan ibu menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019 sebagian besar dalam kategori cemas sedang sebanyak 24 orang (35,3%).

3. Lama menyusui ibu di Puskesmas Perumnas Kota Kendari tahun 2019 sebagian besar dalam kategori <2 tahun sebanyak 41 orang (60,3%).
4. Ada hubungan kontrasepsi hormonal lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019 ($X^2=14,071$; $pvalue=0,000$).
5. Ada hubungan tingkat kecemasan dengan lamanya menyusui di Puskesmas Perumnas Kota Kendari Tahun 2019 ($X^2= 23,680$; $pvalue= 0,000$).

SARAN

1. Bagi ibu menyusui menggunakan alat kontrasepsi yang sesuai untuk ibu menyusui seperti kondom, IUD, pil khusus menyusui ataupun suntik hormonal 3 bulanan.
2. Bagi ibu menyusui disarankan untuk menjaga kondisi psikologisnya sehingga produksi ASI tidak akan terganggu dan tetap lancar. Ibu sebaiknya dapat mengendalikan stres yang dialami dengan meningkatkan mekanis mekoping yang dimiliki.
3. Bagi puskesmas khususnya petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan tentang alat kontrasepsi yang dapat digunakan bagi wanita menyusui dan dampak negatif kecemasan sehingga tidak mengganggu proses laktasi yang disebabkan karena produksi ASI yang berkurang.
4. Bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan variabel lain yang berbeda dalam penelitian ini yang berhubungan dengan lama menyusui seperti makanan, perawatan payudara, anatomis payudara dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, S.R., (2011) Perbedaan Signifikan Antara Tingkat Kecemasan Dalam Proses

Menyusui Pada Ibu Primipara Dan Multipara di RSUD Kota Surakarta. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Askrening, Yulita, H., (2017) The Effectiveness Of Counseling Through Vasectomy Module In North Kolaka, Indonesia. *IJPHS. Vol.6, No. 3: 231-236*.

Bentelu, F.E.M., Kundre, R., Bataha, Y.B., (2015) Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Dalam Proses Menyusui Antara Ibu Primipara Dan Multipara di RS Pancaran Kasih GMIM Manado. *e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 3. Nomor 2*.

Fatrin, M., Febry, F., Mutahar, R., (2011) Hubungan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Lama Menyusui Pada Ibu Di Kelurahan 30 Ilir. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. Vol. 2*.

Indarwati (2009) Kajian Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Lama Ibu Menyusui di Sukoharjo. *Gaster, vol. 5, no. 1. (337-350)*.

Kemenkes RI. (2018) *Riset Kesehatan Dasar*.

Maryunani, A. (2015). *Asuhan Pada Ibu Dalam Masa Nifas*. Jakarta: CV. Trans Info Media

Manuaba, I.B.G (2015) *Ilmu Kebidanan, Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.

Montulalu, D.S. (2013) Hubungan Pengaruh Kontrasepsi Hormonal Dan Non Hormonal Terhadap Lamanya Menyusui Di Indonesia (analisis data SDKI tahun 2007). *Jurnal Kesehatan Indonesia*.

Notoatmodjo, S., (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Puskesmas Perumnas (2018) *Profil Puskesmas Perumnas. Kendari: Puskesmas*

- Perumnas.
- Roesli, U. (2015). *Inisiasi Menyusu Dini, Manfaatnya Seumur Hidup, Healthy Life Magazine Indonesia, About Ibu dan Anak*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Saifuddin, A.B., (2016) *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjdo.
- Safitri., Y. (2012) Perilaku yang Menghambat Pemberian ASI Eksklusif pada ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Cibeber. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi* Vol. 3 No 3. 161-169.
- Saleha, S. (2016) *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sari, H.P., Azza, A., Dewi, S.R., (2016) Hubungan Stres Psikologis Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Primipara Yang Menyusui Bayi Usia 1-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorambi. *Skripsi*. Jember:Universitas Muhamadiyah.
- Soetjningsih, (2013) *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Stuart, Sundeen, (2015) *Buku Saku Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Sulistiyawati. (2015) *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Varney, H. (2016) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Jakarta. EGC.
- Yuliasari, D., (2014) Hubungan Penggunaan Kb Pil Kombinasi Dengan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Holistik. Vol 9, No 4*.