

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa nifas adalah masa kritis bagi ibu dan bayi. Pada masa ini terjadi perubahan-perubahan baik dari fisik maupun psikologis. Perubahan fisiologis terjadi pada sistem tubuh ibu nifas, seperti involusi uterus dan bagian lain dalam saluran genitalia, permulaan hingga proses laktasi, perubahan fisiologis dalam berbagai sistem tubuh lain, dan perubahan tanda-tanda vital.(Wahyuningsih, 2018) Perubahan lainnya adalah perubahan dari aspek psikologis ibu post partum. Menurut Nieland & Roger periode kehamilan, persalinan, dan post partum merupakan masa terjadinya stress dan perubahan psikologis yang bermakna, kecemasan, gangguan emosi, dan penyesuaian diri. Psikologis dan kesehatan jiwa yang buruk dapat menimbulkan dampak yang berkepanjangan terhadap mutu hidup, baik bagi ibu maupun perkembangan kognitif bagi anaknya.(Murray dalam (Wahyuningsih, 2018))

Kondisi psikologis seperti stres, cemas, maupun depresi pasca partum akan membawa berbagai macam dampak negatif jika tidak dilakukan asuhan yang tepat secara holistik. Menurut WHO (*World Health Organization*) sebanyak 13% wanita yang baru saja melahirkan mengalami gangguan mental. Di negara berkembang, angka ini bahkan lebih tinggi 19,8% pada perempuan post-partum. (WHO, 2019)

Di Indonesia sendiri, penelitian yang dilakukan di Jawa Tengah, Indonesia didapatkan dari 65 responden 37 (56,9%) mengalami *mild anxiety* (kecemasan ringan) dan 28 (43,0%) diantaranya mengalami *severe anxiety* (kecemasan berat) di masa postpartum (Muliatul and Hanifatur, 2020). Pada ibu postpartum gangguan kecemasan ini dapat mengganggu proses adaptasi ibu di masa nifas, penelitian lain menunjukkan bahwa *postpartum anxiety* menjadi salah satu gejala mengarah pada depresi postpartum yang dapat menimbulkan efek jangka panjang tidak hanya pada ibu tapi juga bayi, *self harm* bahkan bunuh diri adalah efek jangka panjang yang dapat terjadi apabila depresi postpartum ini tidak ditangani dengan baik. (womens mental health, 2019)

Pada ibu menyusui kecemasan ini juga dapat terjadi. Berdasarkan penelitian (Arifunhera *et al.*, 2016) disebutkan bahwa ibu dengan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi menunjukkan penurunan eksklusivitas dan penghentian menyusui lebih cepat, serta sikap yang lebih negatif terhadap menyusui. Pada studi yang dilakukan di Sulawesi Selatan, Indonesia didapatkan 35,8% responden mengalami kecemasan di masa 6 bulan post partum dan hal ini juga yang menjadi salah satu alasan diskontinuitas pemberian ASI eksklusif. (Syam *et al.*, 2018) Kondisi psikologis berupa kecemasan ini, dapat berdampak panjang tidak hanya pada ibu tetapi juga pada bayi.

Corona Virus Disease-2019 (COVID-19) menjadi pandemi virus di seluruh dunia. Kondisi kesehatan masyarakat menjadi prioritas utama saat ini, tidak hanya itu penerapan berbagai protokol kesehatan juga menjadi kampanye terbesar untuk mencegah penularan *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-Cov-2) ini. Kondisi kesehatan mentalpun juga terdampak karena pandemi ini.

Masalah psikologis di masa pandemi COVID-19 ini juga dapat terjadi pada ibu nifas dan ibu menyusui. Studi yang dilakukan di Jawa Tengah, Indonesia didapatkan hasil bahwa 87 % ibu nifas mengalami kecemasan dengan mayoritas kecemasan kategori ringan-sedang selama masa pandemik COVID-19. (Yuliani, Diki Retno, 2020) Sedangkan, data penelitian lainnya yakni dari (Ceulemans, Hompes and Foulon, 2020) menunjukkan bahwa hampir seluruh responden (ibu menyusui) mengalami gejala depresi atau gejala kecemasan selama *lockdown* dengan presentase lebih dari 40%.

Selama ini, pemerintah telah berusaha mengatasi permasalahan kesehatan mental terutama pada stress, kecemasan, dan depresi ini. Sesuai anjuran dari WHO, pemerintah telah menyusun Pedoman Dukungan Kesehatan Mental Dan Psikososial Pada Masa Pandemi COVID-19. (Ridlo, 2020) Pada menyusun Pedoman Dukungan Kesehatan Mental Dan Psikososial Pada Masa Pandemi COVID-19 telah dituliskan beberapa hal yang dapat mendukung kesehatan mental ibu postpartum diantaranya, mendapat dukungan emosional dari suami dan keluarga,

mendapat informasi mengenai masalah kesehatan jiwa dan sosial seperti *postpartum blues* dan *depresi postpartum*, mengakses informasi positif baik dari buku maupun media sosial, berkomunikasi dengan masyarakat sekitar melalui media sosial, dan informasikan kondisi kesehatan dengan suami dan keluarga. (Kemenkes, 2020)

Pedoman Dukungan Kesehatan Mental Dan Psikososial Pada Masa Pandemi Covid-19 yang dibuat oleh pemerintah ini menunjukkan upaya nyata dalam mengatasi masalah kesehatan mental bagi ibu nifas maupun ibu menyusui. Namun, dalam prakteknya, banyak ibu nifas maupun ibu menyusui yang tidak mengetahui mengenai tindakan preventif pemerintah ini. Sehingga, perlu adanya penyebaran informasi mengenai pedoman ini di media sosial agar ibu nifas maupun menyusui dapat mengetahuinya dan mengakses pedoman ini dengan mudah. Petugas kesehatan juga sudah seharusnya berperan dalam sosialisasi mengenai kesehatan mental dan penyebaran pedoman ini untuk memberikan dukungan terhadap kesehatan mental ibu nifas dan menyusui.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Siti Hanik, STR.Keb selama bulan Juli 2020 hingga Desember 2020 terdapat 30 ibu menyusui dengan bayi berusia kurang dari 6 bulan. Dari latar belakang di atas, maka penulis ingin mengetahui “Deskripsi Kecemasan Pada Ibu Menyusui Di Masa Pandemi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan di atas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah: “Bagaimana Deskripsi Kecemasan Pada Ibu Menyusui Di Masa Pandemi Ini?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kecemasan yang dialami oleh ibu menyusui dengan bayi berusia < 6 bulan di masa pandemi COVID-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik ibu menyusui meliputi usia, pendidikan, pekerjaan, dan paritas.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan yang dialami ibu menyusui selama pandemi COVID-19.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Bagi Penulis

Penelitian ini dapat menjadi sarana belajar bagi penulis dalam menerapkan teori yang sudah didapatkan dalam perkuliahan pada penelitian tentang kecemasan ibu menyusui di masa pandemi COVID-19.

- b. Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi literatur terutama mengenai penelitian yang membahas tentang kecemasan ibu menyusui di masa pandemi COVID-19.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Menyusui

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan baru bagi ibu menyusui, dan keluarga sebagai lingkungan terdekat dapat memberikan dukungan pada ibu menyusui khususnya di masa pandemi seperti ini.

b. Bagi Tempat Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dorongan untuk dapat mengetahui kecemasan ibu menyusui di masa pandemi, sehingga dapat lebih berupaya dalam meningkatkan layanan kebidanan utamanya dalam pelayanan konseling pada masa nifas dan menyusui.