

# BAB I

## PENDAHULUAN

Bab ini berisi pendahuluan yang menjelaskan latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian.

### **I.1. Latar Belakang**

Postpartum atau masa nifas merupakan masa antara persalinan hingga sistem reproduksi ibu kembali pulih seperti sebelum hamil. Tiap wanita memiliki variasi waktu yang berbeda-beda, tetapi pada umumnya berlangsung 6 minggu (Lowdermilk et al., 2013). Perubahan yang terjadi bukan hanya fisiologis, tetapi kondisi psikologis ibu juga mengalami beberapa fase perubahan seperti *taking in* (fase perilaku ketergantungan), *taking hold* (fase antara ketergantungan dan mandiri), dan *letting go* (fase penerimaan peran baru) (Purwati & Kustiningsih, 2017). Masa postpartum menjadi tantangan baru bagi ibu untuk merawat bayinya. Selain itu, menyusui juga peran lanjutan dari kehamilan bagi ibu postpartum yang memilih memberikan ASI daripada susu formula (Lowdermilk et al., 2013).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan pemberian ASI eksklusif sejak satu jam pertama setelah lahir dan tidak memberikan makanan atau minuman apapun (WHO, 2021). ASI memberikan nutrisi dan energi yang dibutuhkan bayi di bulan-bulan pertama kelahiran. Selain itu, selama proses menyusui, ibu dapat memastikan kesehatan dan perkembangan bayi. Tetapi selama dua dekade ini, dua dari tiga bayi tidak diberikan ASI eksklusif selama enam bulan (WHO, 2021). Bayi yang tidak mendapatkan ASI selama enam bulan pertama kelahiran lebih berisiko mengalami kematian akibat diare dan pneumonia daripada bayi yang mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan pertama (UNICEF, 2019). Hingga saat ini belum terbukti kuat bahwa virus SARS-CoV-2 terdapat pada ASI sehingga ibu dapat menyusui bayinya dengan tetap memperhatikan prosedur pencegahan dan pengendalian infeksi Covid-19 selama menyusui (Felicia, 2020).

ASI memiliki manfaat untuk mencegah penyakit infeksi seperti diare, pneumonia, infeksi saluran telinga, meningitis, haemophilus influenza dan infeksi saluran kemih (Kemenkes RI, 2018). Balita yang menderita penyakit infeksi secara

berulang akan menyebabkan balita menderita gizi buruk dan kurus (Kemenkes RI, 2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) melaporkan bahwa sebanyak 65,7% bayi belum atau tidak disusui dengan alasan karena ASI ibu tidak keluar. Berdasarkan tempat tinggal, waktu mulai menyusui pada bayi pada wilayah pedesaan (46,8%) lebih rendah daripada wilayah perkotaan (53,2%) (Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018). Pada wilayah Jawa Tengah pemberian ASI Eksklusif selama enam bulan pada tahun 2019 sebesar 66% meningkat 0.04% dari tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2019), Kabupaten Tegal sebesar 51,2% dan Puskesmas Pagiyanten sebesar 43% (Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal, 2019).

Keberhasilan dalam pemberian ASI pada bayi dipengaruhi beberapa faktor seperti usia, pengalaman menyusui, penghasilan ibu rendah, dukungan petugas kesehatan, dukungan suami, psikologis ibu tidak terganggu, pengetahuan ibu tentang ASI, status pekerjaan ibu dan tidak terpaparnya promosi susu formula (Deafira et al., 2017). Menurut hasil penelitian Dewi (2019) ketenangan jiwa memiliki pengaruh yang berarti terhadap kelancaran ASI. Perasaan tidak nyaman, gelisah dan tidak percaya diri akan mempengaruhi produksi ASI. Selain itu, stres psikologis pada ibu menyusui dapat mempengaruhi hormon-hormon yang memproduksi dan melancarkan ASI. Keyakinan diri dan keinginan ibu yang kuat untuk menyusui bayi sangat berpengaruh terhadap kelancaran ASI eksklusif selama enam bulan (De Jager et al., 2014). Efikasi diri atau keyakinan diri seorang ibu menentukan inisiasi dan konsistensi mempertahankan proses menyusui sehingga kebutuhan ASI bayi tercukupi (Agustin, 2018).

Efikasi diri (*Self efficacy*) adalah pandangan seseorang kepada dirinya sendiri bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu (Novitasari et al., 2020). Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi maka akan berusaha menangani situasi apapun dan menjadikannya sebuah tantangan (Prihatini et al., 2019). Efikasi diri atau keyakinan diri adalah salah satu faktor penting keberhasilan dalam pemberian ASI (Prihatini et al., 2019). Efikasi diri menyusui menjadi indikator penentu apakah ibu akan berhenti memberikan ASI sebelum waktunya atau tidak (Didarloo et al., 2017). Efikasi diri menyusui (*Breastfeeding Self-Efficacy*) dipengaruhi oleh empat sumber informasi yaitu

kinerja prestasi (keberhasilan menyusui sebelumnya), pengalaman (konseling dengan teman sebaya), persuasi verbal (dukungan dari orang sekitar), pengaruh fisiologis (lelah, stres, cemas) (Ernawati et al., 2020).

Efikasi diri yang tinggi pada ibu secara tidak langsung membantu ibu untuk memutuskan tindakan-tindakan tertentu dan mengusahakan sebaik mungkin meskipun mendapati kesulitan dalam menyusui (D. Rahayu, 2018). Sebuah penelitian di Puskesmas Tamansari Kota Bandung melaporkan efikasi diri menyusui pada ibu postpartum sebesar 75,4% kategori rendah dan kategori tinggi 24,6% (Pramanik et al., 2020). Ibu yang memiliki efikasi diri menyusui yang kategori rendah disebabkan adanya pikiran-pikiran negatif tentang menyusui seperti khawatir setelah melahirkan ASI tidak keluar dan kurangnya motivasi ibu. Dukungan orang-orang sekitar seperti dukungan suami akan menurunkan stres dan menumbuhkan efikasi diri ibu untuk menghasilkan ASI seperti yang diharapkan (Agustin, 2018).

*Coronavirus Disease (COVID-19)* merupakan penyakit menular yang berasal dari *corona virus* jenis baru yaitu *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*. Kasus pertama kali ditemukan oleh Badan Kesehatan Dunia (WHO) *China Country Office* pada tanggal 31 Desember 2019 dan menyebar sangat pesat di Indonesia hingga saat ini (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Badan Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan tanggal 12 April 2021 dari 222 Negara Terjangkit dan 190 Negara Transmisi Lokal sebanyak 135.057.587 kasus positif dan sebanyak 2.919.932 kasus kematian (COVID-19 Weekly Epidemiological Update 35, 2021). Di Indonesia, tercatat sebanyak 1.571.824 kasus positif dan 4.2656 kasus kematian. Jawa tengah menempati posisi tertinggi nomor tiga dengan jumlah kasus 174.457 (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Sejak masa pandemi Covid-19 masyarakat perlu menerapkan protokol kesehatan yang bertujuan untuk memutus rantai penyebaran virus. Protokol kesehatan ini harus diterapkan khususnya saat berinteraksi dengan kelompok rentan, seperti lansia di atas 60 tahun, mempunyai riwayat penyakit (penyakit komorbid) serta ibu hamil (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Selain itu, menurut Purnama et al. (2020) ibu hamil, ibu nifas dan bayi baru lahir juga termasuk kelompok rentan terkena virus Covid-19 (Purnama et al., 2020).

Berdasarkan hasil survei kesehatan mental 5 bulan pandemi Covid-19 yang dilakukan Perhimpunan Dokter Spesialis Jiwa Indonesia (2020) melalui daring diperoleh hasil sebanyak 62% responden mengalami depresi, 65% responden mengalami cemas dan 71% responden yang mengalami gangguan mental berjenis kelamin perempuan. Tingkat stres yang dialami oleh ibu hamil dan ibu postpartum selama masa pandemi Covid-19 adalah stres sedang hingga berat (Stepowicz et al., 2020). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Sirait (2020) pada ibu nifas dan menyusui didapatkan hasil sebanyak 75,95% normal, 13,92% stres ringan, 7,59% stres sedang dan 2,53% stres berat (Sirait, 2020). Meningkatnya stres pada ibu postpartum pada masa pandemi Covid-19 disebabkan karena nyeri pasca persalinan, kekhawatiran tertular Covid-19 dan tidak adanya kunjungan dari keluarga dan teman (Ostacoli et al., 2020). Perasaan kesepian dan kurangnya dukungan pada ibu hamil dan postpartum akan meningkatkan gejala depresi dan kesehatan mental yang memburuk di masa pandemi Covid-19 (Perzow et al., 2021).

Stres tinggi pada ibu postpartum menyebabkan keyakinan diri dan jumlah ASI menurun sehingga ibu memutuskan mengganti ASI dengan susu formula (Didarloo et al., 2017). Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil penelitian Adif (2017) yang dilakukan pada ibu postpartum bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan efikasi diri ibu dalam pemberian ASI eksklusif. Semakin tingginya tingkat stres maka semakin rendah keyakinan diri (efikasi diri) ibu berhasil menyusui bayinya (Adif, 2017).

Efikasi diri yang rendah dapat menyebabkan komitmen menyusui yang rendah, ketahanan menghadapi hambatan dalam menyusui yang rendah dan berisiko berhenti menyusui sebelum waktunya (Pramanik et al., 2020). Sebuah penelitian lain melaporkan bahwa ditemukan 69% ibu dengan efikasi diri yang rendah tidak memberikan ASI secara terus menerus dalam waktu 2 bulan pertama dan mencampurkannya dengan susu formula dan air. Hal tersebut secara tidak langsung menurunkan angka pemberian ASI eksklusif (Zakiah et al., 2012).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari, terdapat 7 desa zona merah, 2 desa zona sedang dan 2 desa tidak ada kasus di wilayah kerja puskesmas Pagiyanten Kabupaten Tegal. Di masa pandemi Covid-19 ini jadwal kunjungan ibu pasca persalinan pada pelayanan kesehatan menjadi lebih

terbatas. Berdasarkan pernyataan salah satu ibu postpartum di wilayah zona merah menyatakan bahwa dua bulan terakhir posyandu tidak berjalan karena banyak warganya yang sedang isolasi mandiri. Hal ini tentunya memberikan dampak terhadap kesehatan dan pengetahuan ibu terhadap tumbuh kembang bayi dan balita. Posyandu bertujuan memberikan akses bagi ibu, bayi dan balita untuk mendapatkan informasi, imunisasi lengkap dan terpantaunya kesehatan pertumbuhan balita. Selain itu, ibu nifas juga dapat melakukan konseling tentang keluhan kesehatan ibu dan anak serta hambatan selama menyusui seperti ASI tidak lancar (Kementerian Kesehatan RI Pusat Promosi Kesehatan, 2012).

Dari hasil wawancara dengan 10 ibu postpartum, bahwa 4 dari 5 ibu postpartum multipara menyatakan bahwa dirinya stres karena harus membagi waktu antara menyusui, merawat bayi dan membantu pembelajaran *online* di rumah. Selama masa pandemi Covid-19, pembelajaran dari rumah menambah tugas orangtua untuk menemani anak belajar. Selain itu, salah satu ibu postpartum juga menyatakan bahwa kurangnya dukungan suami dalam rumah tangga menyebabkan stres. Oleh karena itu, 3 dari 5 menyatakan masalah di dalam rumah menyebabkan ASI sedikit tidak lancar dan kurang yakin dapat menyusui bayi selama 6 bulan tanpa tambahan susu formula.

Pernyataan lain dari 3 dari 5 ibu postpartum primipara bahwa mereka stres karena perubahan peran dan sering terbangunnya di malam hari sehingga ibu kurang istirahat. Selain itu, banyaknya nasihat orang-orang terdekat dan minimnya informasi terpercaya dari tenaga kesehatan tentang menyusui dan merawat bayi menyebabkan ibu ragu dalam memutuskan tindakan-tindakan selama proses merawat dan menyusui bayi. Dari hasil wawancara dengan bidan di wilayah kerja Puskesmas Pagiyanten masih banyak ibu di daerah tersebut yang mencampur ASI dengan susu formula dengan alasan ASI tidak keluar dan tidak dapat mencukupi kebutuhan bayi. Selain itu, selama masa pandemi kunjungan pasca melahirkan dilakukan di rumah bidan masing-masing. Hal itu bertujuan untuk mengurangi kontak ibu postpartum dan bayi dengan banyak orang.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut bahwa penting bagi seorang ibu postpartum untuk menjaga baik fisik maupun psikologis selama menyusui, terutama efikasi diri menyusui di masa pandemi Covid-19 yang tak jarang

meningkatkan stres pada ibu postpartum. Akan tetapi penelitian tentang efikasi diri menyusui pada ibu postpartum di masa pandemi Covid-19 masih belum banyak diteliti. Selain itu, sebagian besar wilayah kerja Puskesmas Pagiyanten Kabupaten Tegal merupakan daerah zona merah Covid-19 sehingga perlu dilakukan penelitian tentang tingkat stres dan efikasi diri menyusui ibu postpartum. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Efikasi Diri Ibu Menyusui Saat Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Pagiyanten Kabupaten Tegal”.

## **I.2. Rumusan Masalah**

ASI memiliki manfaat untuk mencegah penyakit infeksi, seperti diare, pneumonia, infeksi saluran telinga, meningitis dan haemophilus influenza dan infeksi saluran kemih. Balita yang menderita penyakit infeksi secara berulang akan menyebabkan balita gizi buruk dan kurus (Kemenkes RI, 2018). Efikasi diri adalah salah satu faktor penting keberhasilan dalam pemberian ASI (Prihatini et al., 2019). Efikasi diri yang tinggi pada ibu secara tidak langsung membantu ibu untuk memutuskan tindakan-tindakan tertentu dan mengusahakan sebaik mungkin meskipun mendapati kesulitan dalam menyusui (D. Rahayu, 2018).

Meningkatnya stres pada ibu postpartum pada masa pandemi Covid-19 disebabkan karena nyeri pasca persalinan, kekhawatiran tertular Covid-19 dan tidak adanya kunjungan dari keluarga dan teman (Ostacoli et al., 2020). Perasaan kesepian dan kurangnya dukungan pada ibu hamil dan postpartum akan meningkatkan gejala depresi dan kesehatan mental yang memburuk di masa pandemi Covid-19 (Perzow et al., 2021). Menurut Didarloo et al. (2017), ibu yang memiliki tingkat stres tinggi menyebabkan keyakinan dirinya menurun dan jumlah ASI menurun sehingga ibu memutuskan mengganti ASI dengan susu formula.

Oleh karena itu, peneliti termotivasi dan ingin mencari tahu “Apakah ada hubungan tingkat stres dengan efikasi diri ibu menyusui saat pandemi Covid-19 di wilayah kerja Puskesmas Pagiyanten”?

### **I.3. Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan efikasi diri ibu menyusui saat pandemi Covid-19 di wilayah kerja Puskesmas Pagiyanten Kabupaten Tegal.

#### **I.3.1. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik responden seperti nama, usia, usia menikah, jenis persalinan, pendidikan, status paritas dan status pekerjaan
- b. Mengidentifikasi tingkat stres ibu postpartum
- c. Mengidentifikasi efikasi diri menyusui pada ibu postpartum
- d. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan efikasi diri ibu menyusui saat pandemi Covid-19 di wilayah kerja Puskesmas Pagiyanten Kabupaten Tegal

### **I.4. Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1. Untuk Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan, wawasan dan pengalaman peneliti khususnya mengenai hubungan tingkat stres dengan efikasi diri ibu menyusui saat pandemi Covid-19.

#### **I.4.2. Untuk Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan mahasiswa, literatur untuk penelitian selanjutnya dan memperluas ilmu keperawatan.

#### **I.4.3. Untuk Pelayanan Kesehatan**

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan intensitas pendidikan kesehatan dan dukungan holistik mencakup aspek psikologis dari tenaga kesehatan pada ibu postpartum selama menyusui.

#### **I.4.4. Untuk Masyarakat Umum dan Ibu Postpartum**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan tentang pentingnya ibu postpartum menjaga kesehatan fisik maupun psikologis selama masa pemberian ASI pada bayi.