

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Air susu ibu atau ASI merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. ASI merupakan sumber makanan terbaik bagi bayi karena memiliki begitu banyak zat penting yang baguss guna meningkatkan kekebalan tubuh terhadap penyakit. Hasil penelitian menyatakan bahwa ASI adalah makanan bayi ASI adalah makanan tidak ada tandingannya. Makanan bayi dan susu yang dibuat dengan teknologi masa kini tidak mampu menggantikan sumber makanan yang menakjubkan ini (Kodrat dalam Amalia, 2017) Air susu ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi, tidak dapat digantikan dengan makanan lainnya dan tidak ada satupun mAnakan yang dapat menggantikan ASI. ASI adalah satu jenis makanan yang mencukupi seluruh unsur kebutuhan bayi baik fisik, psikologi, sosial, maupun spiritual. ASI mengandung nutrisi, hormon, unsur kekebalan faktor pertumbuhan, anti alergi, serta anti inflamasi (Hubertin,2014).

ASI menyediakan semua energi dan nutrisi pada bulan pertama usia bayi, hingga setengah tahun pertama atau dua tahun pertama (World Health Organization, 2018). World Health Organization (WHO) menerangkan bahwa ASI eksklusif adalah hanya memberikan air susu ibu kepada bayi dan tidk diberikan makanan atau minuman lain kepada bayi sejak lahir hingga 8 bulan pertama, selain obat obatan dan vitamin. Berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif kepada bayi sejak baru lahir hingga 6 bulan pertama, tanpa diberikan makanan dan minuman lainnya, kemudian dilanjutkan sampai usia dua tahun (choiriyah & Harsono, 2022). Kualitas ASI sangat dipengaruhi oleh gizi yang dikonsumsi ibu pada masa kehamilan dan masa nifas. Energi dalam ASI sebanyak 6% dihasilkan oleh protein, 48% dihasilkan oleh lemak dan 46% oleh karbohidrat. Protein utama dalam ASI adalah kasein dan whey. Makanan yang dimakan ibu yang sedang dalam masa menyusui secara tidak langsung mempengaruhi mutu kualitas ataupun jumlah air susu yang dihasilkan. Apabila pemberian ASI berhasil baik, maka berat badan bayi akan meningka, integritas kulit baik, dan tonus oto serta kebiasaan makan yang memuaskan. Ibu yang menyusui tidak harus ketat dalam mengatur nutrisi yang menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi (Ramadani, 2012).

Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, tercatat 52,5% atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi yang berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI Eksklusif di

Indonesia, atau menurun 12% dari angka tahun 2019. Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah tercatat pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia kurang dari 6 bulan mengalami kenaikan dari 2019 sampai 2021. Pada tahun 2019 terdapat 72,00%, tahun 2020 76,30%, dan tahun 2021 78,93%. Menurut Badan Pusat Statistik Kabupaten Klaten tercatat pemberian ASI dari 0 sampai lima bulan dari tahun 2019 hingga 2021 semakin menurun. Pada tahun 2021 yang tercatat sebesar 20,45 persen lebih rendah dibanding tahun-tahun sebelumnya.

Menyusui merupakan suatu aktivitas yang mendatangkan kebahagiaan tersendiri bagi ibu, yang memang menjadi kodratnya. Untuk mendukung keberhasilan menyusui, perlu mengetahui Teknik menyusui yang baik dan benar. Salah satu penyebab kegagalan menyusui adalah disebabkan karena kesalahan ibu dalam memposisikan dan meletakkan bayi saat menyusui. Posisi menyusui dapat dilakukan dengan beberapa posisi. Cara menyusui dapat dilakukan dengan beberapa posisi. Cara menyusui yang tergolong biasa dilakukan adalah dengan duduk, berdiri, atau berbaring (syahda & finarti, 2019). Pengetahuan ibu tentang teknik menyusui adalah hasil dari tahu dan mengingat suatu hal setelah seseorang melakukan cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlakuan dan posisi ibu dan bayi dengan benar yang didapat melalui pendengaran, pengalihan maupun pengalaman yang didapat dari petugas kesehatan dan sosial media yang lainnya. Kemampuan ibu dalam menyusui dengan teknik yang benar sangat mendukung dalam perilaku ibu dalam memberikan ASI kepada bayinya, kegagalan ibu pada saat memberikan ASI kepada bayinya karena disebabkan factor ketidaktahuan ibu tentang cara cara menyusui dengan benar, karena teknik menyusui dengan benar akan berpengaruh terhadap pemberian ASI pada bayinya (Romiyati, 2015).

Faktor selain dukungan sosial yang dapat mempengaruhi produksi ASI adalah stres. Ibu sering mengalami kesulitan diawal menyusui seperti kelelahan, ASI sedikit, puting susu lecet, dan gangguan tidur malam hari, dan stres yang berhubungan dapat menjadi sumber stress ibu. Ibu yang cemas dan stress dapat mengganggu laktasi sehingga mempengaruhi produksi ASI karena menghambat pengeluaran ASI. Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan, misalnya kegelisahan, kurang percaya diri, rasa tertekan dan berbagai bentuk ketenangan emosional. Semakin tertekan perasaan ibu, semakin sedikit air susu yang dikeluarkan. (Elsanti & Isnaini, 2018). Factor psikis yang dapat dirasakan ibu dalam menyusui adalah perasaan rasa takut ibu jika kehilangan daya tarik sebagai wanita atau adanya anggapan bahwa ibu menyusui dapat merusak penampilan hingga perasaan tekanan batin (Masykur, dkk, 2014).

Penelitian Ulfa dan Setyaningsih pada tahun 2020 yang berjudul “Tingkat stress ibu menyusui dan pemberian ASI pada bulan pertama” mengatakan ibu menyusui di wilayah puskesmas Tayu I yang tidak mengalamis stress (normal) sebanyak 57,5%, sedangkan Sebagian lainnya mengalami stress ringan sebanyak 25% stress sedang sebanyak 15% dan stress berat sebanyak 2,5%. Salah satu factor yang bisa mempengaruhi proses pemberian ASI eksklusif adalah stress, Stres juga dapat menghambat pemberian ASI eksklusif kepada bayi dari baru lahir hingga 6 bulan pertama (Susanti, 2014). Ibu yang stress dapat meningkatkan produksi ASI dengan mendapatkan dukungan motivasi yang memadai. Motivasi dalam pemberian ASI bisa berasal dari diri sendiri sebagai factor internal, bisa juga berasal dari pasangan, keluarga, teman dan tenaga medis yang bersangkutan (Elsanti, dkk, 2018). Stress yang dialami ibu saat menyusui muncul dari stressor pribadi serta berpengaruh dorongan dari stressor lain sehingga antar stressor saling berkaitan. Beberapa ibu merasa saat awal menyusui merasa khawatir, tidak percaya diri atau tidak yakin untuk menyusui dalam waktu 6 bulan lamanya, dipengaruhi berbagai factor seperti ibu kurang berpengalaman dalam menyusui terutama ibu primipara, kurang pengetahuan seputar menyusui, ketersediaan waktu karena pekerjaan, terkadang secara fisik ibu berfikir takut kehilangan daya tarik sebagai seorang wanita, merasa tidak mendapatkan dukungan psikologis dari suami atau keluarga maupun tenaga Kesehatan dan sebagainya (Haryono dan Setianingsih, 2014, hh. 19-30). Hal lain yang membuat ibu semakin stres saat menyusui, merasa ASI keluar dari payudaranya sedikit atau bahkan

Hasil studi pendahuluan di wilayah dukuh trucuk 3 dari 5 ibu yang menyusui menyatakan memberi asi lebih dari 6 bulan, akan tetapi selama 6 bulan itu juga tidak diberi makanan tambahan. Perasaan ibu saat menyusui jika ASI nya tidak keluar lancer ibu merasa stress. Berdasarkan uraian diatas peneliti bermaksud ingin mengetahui “Gambaran Tingkat Stress Pada Ibu Menyusui ASI Eksklusif Di Desa Trucuk”

## **B. Rumusan masalah**

Masalah pengeluaran ASI pada ibu post partum sudah menjadi perhatian khusus dikalangan ibu setelah melahirkan. Faktor ibu yang menjadi masalah dalam pemberian ASI yang perlu diperhatikan seperti stress. stress dapat menghambat produksi ASI. Berdasarkan penelitian sebelumnya didapatkan data bahwa ibu menyusui sebanyak 57,5% normal, 25% mengalami stress ringan, dan 2,5% mengalami stress berat.

Berdasarkan uraian masalah diatas pertanyaan pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat stress pada ibu menyusui di Desa Trucuk?”

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran tingkat stress pada Ibu Menyusui di Desa Trucuk Tahun 2023.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden yang meliputi usia ibu, usia bayi, lama menyusui, jumlah anak, pendidikan, pekerjaan, penggunaan sosial media.
- b. Mengidentifikasi gambaran tingkat stress pada ibu menyusui di Desa Trucuk.
- c. Mengidentifikasi tingkat stress ibu menyusui berdasarkan usia ibu.
- d. Mengidentifikasi tingkat stress ibu menyusui berdasarkan usia bayi.
- e. Mengidentifikasi tingkat stress ibu menyusui berdasarkan lama menyusui.
- f. Mengidentifikasi tingkat stress ibu menyusui berdasarkan jumlah anak.
- g. Mengidentifikasi tingkat stress ibu menyusui berdasarkan Pendidikan.
- h. Mengidentifikasi tingkat stress ibu menyusui berdasarkan pekerjaan.
- i. Mengidentifikasi tingkat stress ibu menyusui berdasarkan penggunaan sosial media.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

#### 2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut :

##### a. Bagi ibu menyusui

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI khususnya faktor stres.

##### b. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada ibu yang akan melahirkan dan ibu pasca melahirkan agar mengetahui tentang terjadinya tingkat stress pada ibu menyusui di Desa Trucuk.

##### c. Bagi puskesmas

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh tenaga kesehatan mengetahui tingkat stres, kelancaran pengeluaran ASI, dan hubungan stress terhadap kelancaran pengeluaran ASI.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pengembangan dalam melakukan penelitian tentang hubungan stres dengan kelancaran ASI pada ibu menyusui.

### **E. Keaslian Penelitian**

1. Devita Elsanti, Oni Putri Isnaini (2018) dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Tingkat Stres Terhadap Keberlangsungan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungbanteng”. Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif korelasi dengan metode *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang mempunyai usia 0-6 bulan. Sampel penelitian sebanyak 70 responden dengan menggunakan Teknik pengambilan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan instrument penelitian kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah *uji chi square*.

Bedanya, studi devita berfokus pada hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stress ,sementara penelitian yang dilakukan peneliti focus pada gambaran tingkat stress. Dan peneliti menggunakan Teknik pengambilan *total sampling* dan Analisa yang digunakan adalah *perceived stress scale (PSS)*.

2. Lilis budiharti (2019) dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Pada Ibu Menyusui Dalam Kurun Waktu 6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kabupaten Pekalongan”. Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu menyusui dalam kurun waktu 6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kabupaten Pekalongan. Sampel penelitian sebanyak 46 responden dengan menggunakan Teknik pengambilan *cluster sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan instrument kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah *perceived stress scale (PSS)*.

Perbedaan pada penelitian diatas adalah studi Lilis menggunakan Teknik pengambilan *cluster sampling*, sementara pada desain penelitian peneliti menggunakan Teknik pengambilam *total sampling*.

3. Nining istiqhosah, Aprilia nurtikasari (2021) dengan judul “Pengaruh Stress Psikologi Terhadap Produksi ASI Pada Ibu *Post Partum*”. Jenis penelitian yang digunakan adalah

jenis penelitian observasional study. Populasi dalam penelitian ini ibu *post partum* yang melahirkan secara spontan di wilayah kabupaten Kediri. Sampel penelitian sebanyak 30 responden dengan menggunakan Teknik pengambilan *cluster sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan instrument kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah *perceived stress scale (PSS)*.

Perbedaan pada penelitian diatas adalah studi nining menggunakan Teknik pengambilan *cluster sampling*, sementara peneliti menggunakan Teknik pengambilan *total sampling* dan untuk Analisa data yang digunakan adalah *perceived stress scale (PSS)*.