

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Wates Kabupaten Kediri

The Relationship Between Anxiety Level And Breastfeeding Fluency In Postpartum Mothers In Puskesmas Wates Kediri

Ika Magdalena Ilma F R

¹ S1 Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

[*ikailma30@gmail.com](mailto:ikailma30@gmail.com)

ABSTRAK

Latar Belakang: Wanita mengalami banyak perubahan setelah melahirkan yang bisa berdampak pada kondisi mentalnya. Kecemasan merupakan salah satu aspek psikologis yang perlu diperhatikan dalam masa nifas karena ibu nifas membutuhkan penyesuaian dalam memasuki fase baru menjadi orang tua. Proses menyusui dipengaruhi oleh kecemasan. Salah satu aspek utama yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI adalah persiapan psikologis ibu sebelum menyusui. Mudah tidaknya ASI mengalir akan bergantung pada keadaan emosi ibu. **Tujuan:** mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di UPTD Puskesmas Wates Kediri. **Metode:** Penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* sejumlah 30 responden ibu nifas menyusui. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji korelasi spearman. **Hasil:** responden pada kategori kecemasan ringan sebanyak 11 responden (36,7%) dan responden masuk dalam kategori kelancaran ASI cukup sebanyak 16 responden (53,3%). Hasil analisis ibu yang mengalami kecemasan ringan dengan kelancaran ASI baik sebanyak 7 responden (70%). Ibu dengan kecemasan sedang ditemukan kelancaran ASI cukup sebanyak 5 responden (31,3%). **Kesimpulan:** Berdasarkan nilai Sig (2- tailed) sebesar 0,005, maka terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Wates Kediri. Puskesmas diharapkan selalu memberikan dukungan untuk memotivasi ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sehingga meningkatkan frekuensi produksi ASI dan meminimalisir terjadinya kecemasan pada ibu nifas.

Kata kunci: ibu nifas, menyusui, kecemasan, kelancaran Asi

ABSTRACT

Background: Women experience a lot of changes after childbirth that can have an impact on their mental state. Anxiety is one of the psychological aspects that needs to be considered in the postpartum period because postpartum women need adjustment in entering a new phase and a new experience of parenthood. The breastfeeding process may be affected by

*this anxiety. One of the main aspects that affect the success of breastfeeding is the mother's psychological preparation before breastfeeding. Whether or not the milk flows easily will depend on the mother's emotional state. A relaxed and contented mother will produce more milk than a tense and anxious mother. **Objective:** To determine the relationship between anxiety level and breast milk fluency in postpartum mothers in the work area of UPTD Puskesmas Wates, Kediri. **Method:** Analytic research with a cross sectional data collection approach. The sampling technique used accidental sampling with a total sample of 30 respondents of postpartum breastfeeding mothers. Data collection using a questionnaire. Data were analyzed using the spearman correlation test. **Results:** almost half of the respondents were in the mild anxiety category (36.7%) and most of the respondents were in the category of adequate breast milk fluency (53.3%). The results of the analysis of mothers who experienced mild anxiety with good breast milk fluency were 7 respondents (70%). Mothers with moderate anxiety found adequate breast milk fluency as many as 5 respondents (31.3%). **Conclusion:** Based on the Sig (2- tailed) value of 0.005, there is a significant relationship between the level of anxiety and the fluency of breast milk in postpartum mothers in the working area of UPTD Puskesmas Wates, Kediri Regency. Puskesmas are expected to always provide support to motivate mothers to provide exclusive breastfeeding to their babies so as to increase the frequency of breast milk production and minimize the occurrence of anxiety in postpartum women.*

Keywords: anxiety level and breastfeeding fluency in postpartum mothers

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) adalah minuman yang dianjurkan untuk semua neonatus, termasuk bayi prematur. ASI memiliki manfaat nutrisi, imunologis dan fisiologis dibandingkan dengan susu formula atau jenis susu lainnya. ASI eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan tanpa menambahkan dan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain, berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif ⁽¹⁾.

Menurut informasi dari World Health Association (WHO) pada tahun 2020, tercatat bahwa 1-1,5 juta bayi baru lahir meninggal karena mereka tidak mendapatkan ASI. Di Indonesia berdasarkan data dari kabupaten atau kota diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan di Jawa Timur tahun 2022 sebesar 73,3%. Cakupan tersebut mengalami penurunan dari tahun 2021 yaitu sebesar 73,6%. Pada tahun 2022 jumlah ibu nifas yang ada di Kabupaten Kediri 23,702 total ibu nifas yang berhasil pemberian ASI berlanjut pada bayi <6 bulan sebesar 1,923 dari 3,284 bayi atau sebesar 58,6%.

Pada tahun 2023 di wilayah Kabupaten Kediri hingga bulan September terdapat 1.557 dari 2.264 ibu nifas yang memberikan ASI pada bayinya. Sedangkan data dari Puskesmas Wates Kabupaten Kediri jumlah ibu nifas yang memberikan ASI ada 391 dari 557 orang ibu nifas. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di wilayah Kerja UPTD Puskesmas Wates didapatkan hasil bahwa dari 16 ibu nifas menyusui yang dilakukan pengkajian terdapat

7 orang mengalami kecemasan ringan, 5 orang cemas sedang dan 4 orang cemas berat. Pada skala kelancaran ASI diketahui 6 orang ibu nifas mengalami kelancaran ASI cukup lancar, 4 orang kurang lancar dan 6 orang memiliki kelancaran ASI baik. Salah satu masalah pemberian ASI yang memungkinkan dialami pada ibu nifas adalah tidak lancarnya produksi ASI. Produksi ASI kurang dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor psikologis, faktor makanan, penggunaan alat kontrasepsi, faktor fisiologis, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat melahirkan, konsumsi rokok dan alkohol⁽²⁾.

Kecemasan merupakan salah satu aspek psikologis yang perlu diperhatikan. Kecemasan adalah emosi ketakutan yang muncul sebagai respons terhadap bahaya yang akan datang dan bertindak sebagai sinyal untuk bersiap menghadapinya. Ibu yang terus - menerus merasa gugup, kurang percaya diri, merasa tertekan, atau mengalami ketegangan emosional lainnya mungkin tidak akan menyusui anaknya.

Wanita mengalami perubahan fisiologis dan fisik setelah melahirkan, yang berdampak pada kondisi mentalnya. Salah satu aspek utama yang mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI adalah persiapan psikologis ibu sebelum menyusui. Tingkat stres, kecemasan, kekhawatiran berlebihan, dan ketidakpuasan ibu merupakan faktor penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Motivasi utama upaya mempertahankan aliran ASI adalah keinginan mendalam ibu untuk memberikan nutrisi terbaik kepada anaknya. Kesiapan fisik dan mental seorang ibu dalam memproduksi ASI akan dipengaruhi oleh tingkat motivasinya. Dukungan dari pasangan dan keluarga adalah salah satunya. Dorongan mereka dapat mempengaruhi kelancaran aliran ASI dan mencegah rasa khawatir, sehingga menumbuhkan lingkungan rumah yang nyaman dan meningkatkan kenyamanan ibu. Mudah tidaknya ASI mengalir akan bergantung pada keadaan emosi ibu. Ibu yang santai dan puas akan memproduksi ASI lebih banyak dibandingkan ibu yang tegang dan cemas⁽³⁾. Berdasarkan paparan latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Wates Kabupaten Kediri

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif analitik pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas menyusui yang bertempat tinggal di wilayah kerja UPTD Puskesmas Wates sejumlah 75 orang dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Jumlah sampel minimal 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Wates Kabupaten Kediri dimulai pada bulan September 2023 hingga bulan Juli 2024. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data di analisis menggunakan uji *spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

| No | Variabel | Kategori | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|----------------------|------------------|-----------|----------------|
| 1 | Usia Ibu | < 20 tahun | 3 | 10.0 |
| | | 20 – 35 tahun | 23 | 76.7 |
| | | >35 tahun | 4 | 3.3 |
| 2 | Pendidikan Ibu | Tidak Sekolah | 1 | 3.3 |
| | | SD | 2 | 6.7 |
| | | SMP | 10 | 33.3 |
| | | SMA | 13 | 43.3 |
| | | Perguruan Tinggi | 4 | 13.3 |
| 3 | Status Pekerjaan Ibu | IRT | 27 | 90.0 |
| | | PNS | 0 | 00.0 |
| | | Swasta | 3 | 10.0 |
| | | Lain-lain | 0 | 00.0 |
| 4 | Status Paritas Ibu | Primipara | 15 | 50. |
| | | Multipara | 15 | 0 50. 0 |

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berusia 20-35 tahun sebanyak 23 responden (76,7%). Pendidikan ibu hampir setengahnya adalah lulusan SMA/ sederajat yaitu sebanyak 13 responden (43,3%). Status pekerjaan ibu pada penelitian ini sebagian besar adalah ibu rumah tangga atau IRT yaitu sebanyak 27 responden (90%). Status paritas ibu besarnya sama masing-masing yaitu pada primipara 15 responden (50%) dan multipara 15 responden (50%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi Tingkat Kecemasan

| No | Variabel | Kategori | Frekuensi |
|-------|-------------------|------------------------|-----------|
| 1 | Tingkat Kecemasan | Tidak Ada Kecemasan | 3 |
| | | Kecemasan Ringan | 11 |
| | | Kecemasan Sedang | 7 |
| | | Kecemasan Berat | 7 |
| | | Kecemasan Berat sekali | 2 |
| Total | | | 30 |

Tabel 3. Distribusi frekuensi Kelancaran ASI

| No | Variabel | Kategori | Frekuensi | Persentase |
|----|----------------|----------|-----------|------------|
| 1 | Kelancaran ASI | Kurang | 4 | 13.3 |
| | | Cukup | 16 | 53.4 |
| | | Baik | 10 | 33.3 |
| | | Total | 30 | 100 |

Berdasarkan tabel 2, hampir dari setengah responden pada kategori kecemasan ringan sebanyak 11 responden (36.7%). Berdasarkan tabel 3, sebagian besar responden termasuk dalam kategori kelancaran ASI cukup yaitu sebanyak 16 responden (53.3%).

Tabel 4. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kelancaran ASI

| Variabel Kecemasan Ibu | Kelancaran ASI | | | | | | P-Value |
|------------------------|----------------|-----|-------|------|------|-------|---------|
| | Kurang | % | Cukup | % | Baik | % | |
| Tidak Ada Kecemasan | 0 | 0 | 2 | 12.5 | 1 | 10.0 | 0.005 |
| Kecemasan Ringan | 0 | 0 | 4 | 25.0 | 7 | 70.0 | |
| Kecemasan Sedang | 1 | 25 | 5 | 31.3 | 1 | 10.0 | |
| Kecemasan Berat | 2 | 50 | 4 | 25.0 | 1 | 10.0 | |
| Kecemasan Berat Sekali | 1 | 25 | 1 | 6.3 | 0 | 0.0 | |
| Total | 4 | 100 | 16 | 100 | 10 | 100.0 | |

Berdasarkan tabel 4, ibu yang tidak ada kecemasan dengan kelancaran ASI cukup sebanyak 2 responden (12,5%) dan dengan kelancaran ASI baik sebanyak 1 responden (10%). Ibu yang mengalami kecemasan ringan dengan kelancaran ASI cukup ada sebanyak 4 responden (25%) dan kelancaran ASI baik sebanyak 7 responden (70%). Ibu dengan kecemasan sedang ditemukan kelancaran ASI cukup sebanyak 5 responden (31,3%), pada kelancaran ASI kurang 1 responden (25%) dan kelancaran ASI baik 1 responden (10%). Ibu dengan kecemasan berat diketahui kelancaran ASI cukup sebanyak 4 responden (25%), pada kelancaran ASI kurang sebanyak 2 responden (50%) dan kelancaran ASI baik 1 responden (10%). Ibu dengan kecemasan berat sekali ditemukan kelancaran ASI kurang (25%) dan cukup (6,3%) masing-masing sebanyak 1 responden.

Tabel 5. Hasil Uji Spearman

| | | | Kecemasan | Kelancaran ASI |
|----------------|----------------|-------------------------|-----------|----------------|
| Spearman's rho | Kecemasan | Correlation Coefficient | 1.000 | -.497** |
| | | Sig. (2-tailed) | | .005 |
| | | N | 30 | 30 |
| | Kelancaran ASI | Correlation Coefficient | -.497** | 1.000 |
| | | Sig. (2-tailed) | .005 | |
| | | N | 30 | 30 |

Hasil penelitian nilai Sig (2-tailed) sebesar 0,005, maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai Sig < 0,05, maka Ha diterima dan Ho ditolak. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Wates Kabupaten Kediri.

Tingkat Kecemasan Ibu Nifas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada 30 responden hampir sebagian ada pada kategori kecemasan ringan sebanyak 11 responden (36.7%). Kecemasan adalah perasaan atau emosi yang muncul sebagai reaksi pertama terhadap ketegangan psikologis dan bahaya terhadap nilai-nilai pribadi yang penting⁽⁴⁾. Kecemasan tidak akan ada jika ibu nifas bisa memahami dan menyesuaikan diri dengan perubahan baik fisik maupun psikis. Di sisi lain, seorang wanita bisa saja mengalami masalah psikologis, seperti postpartum blues, jika ia merasa takut, atau khawatir dengan perubahan yang terjadi⁽⁵⁾.

Gangguan psikologis ibu nifas dapat menyebabkan berkurangnya jumlah waktu bersama yang dihabiskan ibu dan bayi karena berkurangnya minat ibu terhadap anak. Gejala kecemasan dapat membuat seorang wanita merasa tidak mampu dan tidak berdaya, yang dapat melemahkan rasa tanggung jawab terhadap anaknya dan menghalanginya untuk memberikan perawatan terbaik bagi mereka, termasuk menyusui⁽⁶⁾. Peneliti menemukan jika sebagian besar responden penelitian berusia 20-35 tahun 23 responden (76,7%). Responden yang berusia antara 20-35 tahun menyatakan antusiasme yang lebih besar pada saat penelitian. Selain itu, beberapa responden berusia di bawah 20 tahun dan merupakan pasangan baru. Pada saat penelitian, mereka menunjukkan reaksi seperti sedang cemas atau gelisah ditandai dengan berbicara terpegang, tangan gemetar, tidak fokus dan respon lambat.

Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan responden juga dapat dipengaruhi oleh usianya. Kaum muda lebih rentan terhadap stres, namun beberapa orang berpendapat bahwa seiring bertambahnya usia, tekanan meningkat dan kecemasan menjadi lebih umum⁽⁷⁾. Selain itu pekerjaan pada penelitian ini juga dapat mempengaruhi kecemasan pada ibu nifas. Sesuai dengan hasil penelitian, 90% atau 27 responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga dimana individu yang tinggal di lingkungan yang tenang atau dengan rangsangan yang sangat sedikit akan mudah mengalami stres atau kecemasan karena hanya berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan rumahnya.

Sebagian besar responden memiliki latar pendidikan hampir sebagian lulusan SMA 13 responden (43,3%). Responden dengan pendidikan menengah rentan mengalami kecemasan karena kurangnya keingintahuan akan informasi dan pengetahuan untuk mengatasi cemas sehingga cenderung mengabaikannya. Menurut peneliti paritas juga berperan dalam kecemasan, yang mana pada responden penelitian terdapat 15 responden (50%) ibu nifas primipara yang pertama kali mendapatkan pengalaman menjadi seorang ibu dengan adaptasi baru dan perubahan psikologis dimasa nifasnya. Sehingga ibu nifas yang mengalami kecemasan pasti mengalami salah satu atau beberapa faktor yang dialami diatas.

Tingkat Kelancaran ASI Ibu Nifas

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 16 responden (53.3%) mengalami kelancaran ASI cukup, terdapat 10 responden (33.3%) mengalami kelancaran ASI baik dan terdapat 4 responden (13.3%) mengalami kelancaran ASI kurang. Air susu ibu (ASI), makanan yang terbuat khusus untuk memenuhi kebutuhan dan tumbuh kembang bayi guna memberikan semua nutrisi yang diperlukan. Antibodi adalah protein imunologis yang terdapat dalam ASI yang memberikan perlindungan alami bagi bayi baru lahir. Antibodi dalam jumlah besar dari tubuh

ibu terdapat dalam ASI, yang membantu bayi mengembangkan kekebalan dan perlindungan terhadap penyakit diawal kehidupannya. ASI memberikan nutrisi yang mendukung perkembangan otak bayi pada masa emas ini, itulah sebabnya bayi menjadi cerdas⁽⁸⁾.

Beberapa hal dapat mempengaruhi produksi ASI, ada yang berhubungan langsung seperti kebiasaan menyusui, psikologi ibu, fisiologi ibu, atau berhubungan tidak langsung seperti sosial budaya dan bayi yang dapat berdampak pada psikologi ibu⁽⁹⁾. Dari uraian di atas, maka asumsi peneliti bahwa kelancaran ASI pada ibu nifas dipengaruhi antara lain, usia pada responden sebagian besar berusia 20-35 tahun 23 responden (76,7%). Usia aman untuk ibu dalam menyusui anak adalah rentang usia 20-35 tahun dimana usia paling ideal untuk bereproduksi sehingga kemampuan dalam menyusui juga dianggap paling optimal.

Kemudian dari paritas responden, riwayat persalinan responden 50% ibu primipara 15 responden dan 50% ibu multipara 15 responden. Ketika seorang wanita pernah melahirkan anak kedua atau multipara, ia menghasilkan lebih banyak ASI dibandingkan ketika ia menjadi melahirkan anak pertamanya atau primipara⁽⁴⁾. Berdasarkan hasil penelitian pendidikan juga berpengaruh dalam proses menyusui, data responden hampir sebagian memiliki riwayat pendidikan SMA sebanyak 13 responden (43,3%) menurut peneliti dimana ibu yang memiliki pendidikan tinggi memiliki pengetahuan lebih banyak akan lebih mudah dalam memberikan ASI karena bekal informasi dan terbukanya pemikiran untuk terus menambah wawasan dan pengalaman mengenai menyusui ASI. Banyak ibu yang mempunyai tingkat pendidikan rendah terkadang lebih sulit untuk menyerap atau mencerna serta menerima penjelasan ketika diberikan informasi.

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas

Berdasarkan hasil data penelitian ibu yang mengalami kecemasan ringan dengan kelancaran ASI baik sebanyak 7 responden (70%). Ibu dengan kecemasan sedang ditemukan kelancaran ASI cukup sebanyak 5 responden (31,3%). Ibu nifas mungkin mengalami kecemasan karena terlalu memikirkan kekhawatirannya. Oleh karena itu, ibu nifas harus selalu memiliki pandangan yang ceria, berusaha untuk menyayangi bayinya yang baru lahir, dan menyusui dengan santai. Produksi ASI terstimulasi ketika ibu berpikir positif dan menjaga ketenangan. Sebaliknya, ibu yang kondisi psikologisnya terganggu seperti cemas akan berdampak pada kemampuan ibu dalam memproduksi ASI sehingga berdampak pada proses menyusui⁽¹⁰⁾.

Kondisi psikologis ibu juga mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI karena ibu nifas butuh penyesuaian, dalam memasuki fase baru dan pengalaman baru menjadi orang tua. Pada ibu primipara tidak mudah dan tidak menjadi suatu hal yang selalu menyenangkan bagi setiap wanita sehingga dapat mempengaruhi kondisi ibu dan berdampak pada kelancaran pengeluaran ASI⁽⁴⁾.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fauziah Fajri, dkk 2022) di RSUD Muhammadiyah Klaten yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan ibu post partum dengan produksi ASI dengan nilai signifikansinya (sig-2 tailed) adalah 0,000 atau $p = 0,000 < 0,05$. Dengan keeratan hubungan yaitu kuat karena

nilai Correlation Coefficient nya adalah -0,728. Semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin rendah produksi ASI(11). Hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian (Nurhasanah, 2023) yaitu dari 69 ibu nifas, sebagian besar atau 45 (65,2%) ibu takut produksi ASI tidak mencukupi. Sebagian kecil ibu yang tidak merasa khawatir memiliki ASI yang cukup (normal) sebanyak 24 orang (34,8%). Lebih dari separuh ibu nifas dengan gangguan kecemasan sedang atau ringan tidak memiliki cukup ASI untuk menyusui⁽¹²⁾.

Berdasarkan pernyataan di atas, peneliti menduga bahwa sebagian besar responden yang mengalami kecemasan menunjukkan kegelisahan, ketakutan, dan respons emosional negatif yang terus-menerus ketika ASI tidak keluar dengan baik. Produksi ASI akan semakin lambat dan tidak lancar jika semakin lama ia merasa takut, dan kesal terus-menerus. Peneliti beranggapan bahwa fokus berlebihan pada pikiran negatif ibu nifas adalah penyebab kecemasan mereka. Saat menyusui, ibu nifas harus bersikap tenang, berusaha menyayangi bayi baru lahirnya, dan memiliki pandangan optimis. Sebaliknya ibu yang kondisi psikisnya terganggu seperti merasa cemas akan mempengaruhi produksi ASI sehingga menyebabkan penurunan dan menyebabkan terhambatnya produksi ASI. Ibu yang berpikiran positif dan menjaga ketenangan akan merangsang produksi ASI sehingga bisa keluar dengan lancar

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan dan saran sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian hampir setengah dari responden ada pada kategori kecemasan ringan sebanyak 11 responden (36,7%)
2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori kelancaran ASI cukup yaitu sebanyak 16 responden (53.3%).
3. Berdasarkan hasil penelitian ibu yang mengalami kecemasan ringan dengan kelancaran ASI baik sebanyak 7 responden (70%) dan ibu dengan kecemasan sedang dengan kelancaran ASI cukup sebanyak 5 responden (31,3%). Sesuai dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai Sig < 0,05, maka H_a diterima dan H_o ditolak artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Wates Kabupaten Kediri.

Saran bagi Puskesmas adalah diharapkan selalu memberikan dukungan dan memotivasi ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sehingga meningkatkan produksi ASI dan meminimalisir terjadinya kecemasan pada ibu nifas. Bagi Institusi pendidikan tinggi diharapkan institusi pendidikan, agar selalu meningkatkan mutu pendidikan dan pelayanan dibidang kesehatan contohnya hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi pembelajaran dan sumber pustaka. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan bisa meneliti faktor lain yang berhubungan dengan kelancaran ASI dan bagi ibu nifas menyusui yang ber KB dapat dimasukkan pada kriteria eksklusi, karena kelancaran ASI ibu nifas dapat dipengaruhi oleh kecemasan maupun karena ber-KB

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden dan pihak yang terlibat dalam penelitian ini, semoga penelitian ini memiliki manfaat bagi berbagai pihak

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, R., Savitri, & Sa'adah, N. (2018). Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif di BPM Maimunah Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 331.
- Endriani, R., Nurbaya, S., Asdar, F., Nani, S., Makassar, H., Perintis, J., Viii, K., Fajri, Fauziah., dkk. Hubungan Tingkat Kecemasan Ibu Post Partum Dengan Produksi ASI. *The 1st Conference of Health And Social Humaniora*. 122–130
- Fasiha. (2022). Modul Sukses Menyusui dengan Pijat Oketani. *Poltekkes Kemenkes Maluku*, September, 220–225.
- Hanubun, J. E. A., Indrayani, T., & Widowati, R. (2023). Pengaruh Pijat Laktasi terhadap Produksi ASI Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(2), 411–418. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i2.858>
- Jannah, N (2011). 'Asuhan Kebidanan Ibu Nifas'. Yogyakarta: AR Ruzz Media
- Makassar, K., Nani, S., Makassar, H., Perintis, J., Viii, K., & Makassar, K. (2022). Hubungan Kecemasan Dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Ibu Post Partum. 1, 590–596.
- Nurhasanah, dkk. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di TPMB Yuni Hermanto Bangkalan. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 4(1). 1 – 7
- Prabawani, E. (2015). Gambaran tingkat kecemasan pada ibu post partum di rumah sakit pku muhammadiyah sukoharjo. *Jurnal*
- Purwoastuti, Endang dan Walyani, Elisabeth S. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Rafika, Yurike. S,dkk. 2023. Hubungan Kecemasan Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Desa Pandanarum Lumajang. *Jurnal Ilmiah Obsgin*. Vol.15, No.3.
- Winarno, F. A. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi Asi Pada Ibu Post Sectio Caesarea Di Rsud Muntilan. *Universitas Muhammadiyah Magelang Repository*, 4-11