

**KAJIAN TINGKAT KECEMASAN, POLA MENYUSUI DAN
PRODUKSI ASI SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**

(Studi di PMB Hj.Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep)

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagai Persyaratan Menjadi
Sarjana Terapan Kebidanan**



Oleh :

TRI ANDINI NUR AMALIYA

NIM. 20153020114

PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KEBIDANAN

STIKES NGUDIA HUSADA MADURA

2021

HALAMAN PENGESAHAN

KAJIAN TINGKAT KECEMASAN, POLA MENYUSUI DAN PRODUKSI ASI SELAMA MASA PANDEMI COVID-19

(Studi di PMB Hj.Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep)

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

TRI ANDINI NUR AMALIYA
NIM.20153020114

Telah di setujui pada tanggal :

Bangkalan, 13 September 2021

Pembimbing

Dwi Wahyuning Tyas, S.SiT., M.PH
NIDN. 0727048401

TRI ANDINI NUR AMALIYA

Dosen Pembimbing

NIM : 20153020114

Dwi Wahyuning Tyas, S.SiT., M.PH

Program Studi DIV Kebidanan

NIDN. 0723058002

**KAJIAN FAKTOR TINGKAT KECEMASAN POLA MENYUSUI DAN
PRODUKSI ASI SELAMA MASA PANDEMI COVID-19**

(Studi di PMB Hj.Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep)

ABSTRAK

Ibu nifas yg mengalami kecemasan dan tidak mengetahui pola menyusui yang baik dan benar akan mempengaruhi kelancaran produksi ASI, Virus korona merupakan virus yang menyebabkan penyakit pada manusia. Studi pendahuluan di PMB Hj.Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb Sumenep, dari total 12 ibu nifas di bulan Februari 2020 diperoleh bahwa terdapat 9 orang mengalami produksi ASI tidak lancar. Tujuannya mengetahui kajian faktor tingkat kecemasan, pola menyusui dan produksi ASI selama pandemi COVID19 di PMB Hj.Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif, penelitian dengan desain deskriptif dapat menjelaskan fenomena agar dapat menjawab *research question*. variabel yang diteliti yaitu kajian faktor tingkat kecemasan, pola menyusui dan produksi ASI selama pandemi COVID19. Populasi sebagai subyeknya adalah sebanyak 40 orang Ibu nifas di di PMB Hj.Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep dengan menggunakan tehnik *total sampling*, instrument penelitian menggunakan kuesioner, penelitian ini telah dilakukan uji kelaikan etik yang dilaksanakan oleh KEPK STIKes Ngudia Husada Madura.

Menurut hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mengalami kecemasan berat sebanyak 20 orang (50%), sebagian besar mengalami pola menyusui yang kurang baik sebanyak 25 orang (62,5%) mengalami produksi ASI kurang lancar sebanyak 25 orang (62,5%)

Berdasarkan hasil penelitian, ibu nifas akan tetap berusaha agar produksi ASI nya lancar dengan tidak teralalu khawatir akan adanya pandemi covid dan terus belajar cara menyusui yang baik dan benar agar produksi ASI nya lancar sehingga kebutuhan bayi terpenuhi.

Kata Kunci : Kecemasan, pola menyusui, produksi ASI, dan COVID19

TRI ANDINI NUR AMALIYA

Advisor

NIM : 20153020114
DIV Midwifery Study Program

Dwi Wahyuning Tyas, S.SiT., M.PH
NIDN. 0723058002

THE STUDY OF ANXIETY LEVEL FACTORS, BREASTFEEDING PATTERNS AND BREAST MILK PRODUCTION DURING THE COVID-19 PANDEMIC

(Study at PMB Hj. Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep)

ABSTRACT

In postpartum mothers who experience anxiety and do not know the proper and correct breastfeeding pattern will affect the smooth production of breast milk. Coronavirus is a large family of viruses that cause disease in humans. A preliminary study at PMB Hj. Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb Sumenep, from a total of 12 postpartum mothers in February 2020, it was obtained that 9 people were experiencing non-smooth milk production. The purpose of the study is to study the factors of anxiety levels, breastfeeding patterns, and milk production during the COVID19 pandemic at PMB Hj. Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep.

The design used in this research was descriptive, research with descriptive design can explain the phenomenon to answer the research question. The variables studied were the study of anxiety levels, breastfeeding patterns, and milk production during the COVID19 pandemic. The population as the subject was 40 postpartum mothers at PMB Hj. Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep by using total sampling technique, the research instrument using a questionnaire, this research has been carried out ethical Clearance test by KEPK STIKes Ngudia Husada Madura.

According to the results of the study, most of them experienced severe anxiety as many as 20 people (50%), most experienced poor breastfeeding patterns as many as 25 people (62.5%) experienced substandard milk production as many as 25 people (62.5%).

Based on the results of the study, postpartum mothers will continue to strive for smooth milk production by not worrying too much about the covid pandemic and continue to learn how to breastfeed properly and correctly so that milk production runs smoothly so that the baby's needs are met.

Keywords: Anxiety, breastfeeding patterns, Breast milk production, and COVID19

Pendahuluan

Di Indonesia terjadi wabah baru berasal dari virus yaitu corona virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai dengan berat. Pada kasus berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian. Wabah COVID-19 di Indonesia pada 14 April 2020 meningkat drastis jumlah pasien yang terinfeksi sebanyak 4.839 orang. Sehingga pandemi COVID-19 ini membuat ibu post nifas takut dan cemas untuk memeriksa dirinya, takut akan kerumunan dan mengurung diri dirumah. Hal ini mengakibatkan ibu nifas cemas dan berdampak pada kelancaran pengeluaran ASI. Pada hal jika suasana hati ibu merasa nyaman dan gembira akan mempengaruhi kelancaran produksi ASI dan sebaliknya jika ibu tidak tenang, tidak nyaman bahkan cemas menghambat kelancaran pengeluaran ASI (Rusmawati, 2020)

Masa nifas (puerperium) juga dapat diartikan sebagai masa postpartum atau masa sejak bayi lahir dan plasenta yang sudah lepas dari rahim 6 minggu berbarengan dengan pemulihan organ-organ dalam kandungan (Yusari, 2016). Perawatan mandiri yang kurang berhubungan dengan nutrisi, ASI dan menyusui.

World Health Organization (WHO) dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) merekomendasikan sebaiknya anak hanya diberi ASI selama minimal 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur 2 tahun.

Normalnya pada hari pertama post partum ibu menghasilkan ASI 50-100 ml perhari, dari jumlah ini akan terus bertambah sehingga mencapai sekitar 400-450 ml pada waktu bayi usia minggu kedua. Jumlah tersebut dapat dicapai dengan menyusui bayi selama 0-6 bulan pertama (Devi, 2017)

Study pendahuluan melalui wawancara melalui Praktik Bidan Mandiri Sri Wahyuni Siyantatik, Amd. Keb, Sumenep dengan 12 ibu nifas di bulan Februari 2020 diperoleh bahwa dan 9 orang mengalami produksi ASI tidak lancar (ASI keluar sedikit, bayi menetek tidak kuat) di masa pandemi COVID-19 dikarenakan harus keluar rumah dan memeriksakan keadaanya, membuat ibu takut membawa kuman yang dapat berdampak pada dirinya dan anaknya.

Faktor yang mempengaruhi ketidklancaran pengeluaran produksi ASI dalam proses menyusui dapat disebabkan karena faktor sosial budaya, psikologis, fisik, Asi belum memancar pada minggu pertama, dukungan suami, dan dukungan petugas kesehatan (Haryono dan Setianingsih, 2014)

Dampak apabila pengeluaran ASI tidak lancar yaitu seperti ibu mengalami kesakitan karena payudara bengkak, mastitis dan bahkan abses pada payudara yang dapat mengakibatkan infeksi pada payudara. Payudara yang terinfeksi tidak dapat disusukan akibatnya bayi kurang kurang mendapatkan ASI sehingga bayi mengalami dehidrasi, kurang gizi, iterus diare, kurangnya imun tubuh bayi (Devi, 2017)

Upaya yang dapat dilakukan dengan cara penyampaian informasi pada waktu kehamilan khususnya tentang pentingnya memberikan ASI dan Pola menyusui yang benar, membantu ibu selalu dalam keadaan yang nyaman dan tenang, melakukakn tehknik pemijatan endorpin, oksitosin dan sugesti, serta memotivasi suami atau keluarga agar selalu mendukung ibu untuk bersemangat untuk menyusui bayinya, dan menganjurkan selalu mematuhi protokol kesehatan covid19.

Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan hasil ukur dari satu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian bisa diterapkan (Nursalam, 2014).

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Deskriptif, penelitian dengan desain deskriptif dapat menjelaskan fenomena agar dapat menjawab *research question*. Penelitian deskriptif adalah sebuah desain penelitian yang menggambarkan fenomena yang ditelitinya dan juga menggambarkan besarnya masalah yang diteliti. Pertanyaan yang digunakan biasanya : *What, How*. (de Vaus, 2012)

Hasil

Data Umum

a. Tabel Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	
	Jumlah	%
< 19 tahun	5	12,5
20-35 tahun	25	62,5
>35 tahun	10	25

Total	40	100
-------	----	-----

Sumber : Data Primer (2020-2021) Depkes RI 2009

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi usi responden di PMB Hj.Tri Wahyuni Siyantataik, Amd.keb hasil tertinggi pada usia 20-35 tahun, pada ibu sebanyak 25 orang (62,5%)

b. Tabel Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	
	Jumlah	%
Pendidikan dasar	5	12,5
Pendidikan menengah	20	50
Pendidikan tinggi	15	37,5
Total	40	100

Sumber : Data Primer (2020-2021)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi pendidikan terakhir responden di PMB Hj.Tri Wahyuni Siyantataik, Amd.keb hasil tertinggi pada pendidikan menengah, pada ibu sebanyak 20 orang (50%)

c. Tabel Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	
	Jumlah	%
IRT	19	47,5
PNS	10	25
Swasta	6	15
Pedagang/Wiraswasta	5	12,5
Total	40	100

Sumber : Data Primer (2020-2021)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi pekerjaan responden di PMB Hj.Tri Wahyuni Siyantataik, Amd.keb hasil tertinggi pada IRT, pada ibu sebanyak 19 orang (47,5%)

Data Khusus

a. Tabel Data Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan, Pola Menyusui dan Produksi ASI

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	(%)
Normal	0	0
Ringan	5	12,5
Sedang	15	37,5
Berat	20	50
Jumlah	40	100
Pola menyusui	Frekuensi	(%)
Baik	15	37,5
Cukup	0	0
Kurang	25	62,5
Jumlah	40	100
Produksi Asi	Frekuensi	(%)
Baik	15	37,5
Cukup	0	0
Kurang	25	62,5
Jumlah	40	100

Dari tabel di atas didapatkan hasil dari 40 responden sebagian besar mengalami kecemasan berat sebanyak 20 orang (50%). Sebagian besar mengalami pola menyusui yang kurang baik sebanyak 25 orang (62,5%). Sebagian besar mengalami produksi ASI kurang lancar sebanyak 25 orang (62,5%)

Pembahasan

Kajian Tingkat Kecemasan selama pandemi Covid19

Berdasarkan hasil penelitian di Praktik Mandiri Bidan Tri Wahyuni Siyantataik, Amd.keb pada bab 4 didapatkan hasil dari 40 responden sebagian besar mengalami kecemasan berat sebanyak 20 orang (50%). Dari hasil kuesioner ibu nifas sebagian besar yang mengalami kecemasan berat yaitu ibu yang sering mengalami bibir kering dan merasa dirinya berada dalam situasi yang membuat dirinya khawatir dan cemas serta sering mengalami berkeringat secara

berlebihan padahal temperature tidak terlalu panas atau tidak melakukan aktifitas fisik sebelumnya.

Kecemasan yang sering muncul pada ibu nifas manakala berhadapan dengan situasi yang tidak menyenangkan. Seperti halnya pada masa pandemi covid19 membuat ibu merasa gelisah, khawatir, dan takut yang menyebabkan psikologi ibu terganggu sehingga memberikan efek buruk terhadap kesehatan ibu dan bayi. Pada hal apabila hati ibu nyaman, tenang dan gembira akan memperlancar produksi ASI dan sebaliknya jika ibu tidak tenang, tidak nyaman bahkan cemas menghambat kelancaran pengeluaran ASI.

Kemenkes (2021) menyatakan bahwa situasi di Indonesia pada maret 2021 total kasus yang terkonfirmasi covid19 1.495.002 dan kematian sebanyak 40.364. Dari banyaknya yang terkonfirmasi covid19 hal ini yang menyebabkan ibu nifas mengalami kecemasan berat.

Fadli (2020) mengatakan jika sebagian besar responden sangat mudah terjadi kecemasan dalam mencegah dan mengendalikan wabah covid19. Buana (2020) mengatakan jika sebagian besar responden terjadi cemas, khawatir dan takut dalam menghadapi keadaan pandemi covid19.

Dari data umum diperoleh bahwa ibu nifas yang mengalami kecemasan berat sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga dikarenakan ibu memiliki keterbatasan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar sehingga sangat sulit untuk mengakses informasi tentang pandemi covid19, sedangkan informasi tentang covid19 sangatlah penting untuk pencegahan dan pengendalian covid19.

Susanti (2020) jika ibu rumah tangga cenderung di rumah, interaksi di luar rumah atau sekitarnya sangat sulit dan dia tidak menerima informasi tentang covid19. Jika ibu rumah tangga tidak menerima informasi tentang pandemi COVID-19, ibu akan khawatir. Kecemasan yang dirasakan mungkin sedang atau berat. Siapapun yang tidak mengetahui adanya covid19 akan mudah gelisah, resah atau terlalu peka terhadap dirinya sendiri. Hal inilah yang membuat tingkat kecemasannya parah atau sedang. Hal ini disebabkan kurangnya asosiasi, media, lingkungan publik, dll..

Kecemasan merupakan perasaan takut bahwa sesuatu akan terjadi, dipicu oleh harapan akan bahaya, dan merupakan sinyal yang membantu orang bersiap untuk melawan ancaman. Dampak tuntutan dan persaingan dalam kehidupan dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental. Salah satu pengaruh psikologis adalah kegelisahan atau kecemasan (Sutejo, 2018).

COVID19 merupakan penyakit baru yang berdampak negatif dirasakan di seluruh dunia, dapat menimbulkan kebingungan, kecemasan dan ketakutan di masyarakat. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa pandemi COVID-19 merupakan stressor utama dalam hal ini, kecemasan adalah hal biasa karena khawatir adalah keadaan umum dari ketakutan atau perasaan tidak nyaman (Nevid, 2020)

Kajian Pola menyusui selama pandemi covid-19

Dari fakta yang diperoleh di Praktik Mandiri Bidan Tri Wahyuni Siyantataik, Amd.keb pada tabel 4.5 didapatkan hasil dari 40 responden

sebagian besar mengalami pola menyusui yang kurang baik sebanyak 25 orang (62,5%) Dari hasil kuesioner yang didapatkan dari ibu nifas sebagian besar mengalami pola menyusui yang kurang baik yaitu isapan bayi kurang kuat, tidak adanya rembesan ASI pada payudara ibu dan ketika menyusui kepala bayi tidak diletakkan di siku, telapak tangan tidak memegang bokong bayi dan tangan yang lain tidak memegang puting. Ibu nifas yang pola menyusunya tidak baik sebagian besar berumur dibawah 19 tahun, pada usia tersebut tergolong usia masih mudah sehingga ibu belum memiliki pengalaman yang cukup tentang pola menyusui yang baik dan benar selama pandemi covid19.

Ibu nifas yang menyusui perlu memahami bagaimana cara menyusui dengan benar selama pandemi covid19 sekaligus melindungi bayi dari potensi serangan covid19 salah satunya dengan mencuci tangan menggunakan sabun atau handsanitizer sebelum menyusui dan menggunakan masker. Pola menyusui yang benar yaitu posisi menyusui kepala bayi diletakkan di siku, telapak tangan memegang bokong bayi dan tangan yang lain memegang puting, perut bayi menempel pada perut ibu, mulut bayi menutupi seluruh areola, bayi mnetek selama 5-15 meni,dan diberikan ASI eksklusif. Kondisi pandemi membuat ibu merasa cemas jika menyusui beresiko menularkan virus kepada bayinya.

WHO (*World Health Organization*) merekomendasikan ibu nifas menyusui karna manfaat menyusui melebihi potensi resiko penularan covid19 (WHO, 2020). Akibat pandemi covid akses pada layanan seperti konseling menyusui menjadi terganggu.

Dari data umum diperoleh bahwa ibu nifas yang pola menyusunya tidak baik sebagian besar berumur dibawah 19 tahun, pada usia tersebut tergolong usia masih mudah sehingga ibu belum memiliki pengalaman yang cukup tentang pola menyusui yang baik dan benar selama pandemi covid19. Salah satu cara yang dapat dilakukan sebelum menyusui yaitu harus tetap mematuhi protokol kesehatan yaitu mencuci tangan atau menggunakan handsanitizer sebelum menyusui bayinya.

Manuaba (2017) jika usia muda beresiko tinggi terjadi kecemasan dikarenakan mentalnya belum matang dan kurang pengalaman. Sehingga ibu nifas menyusui sebagian besar tergolong masih sangat muda sehingga mengalami cemas, khawatir dan takut di masa pandemi covid19 maka dari itu akan berdampak pada kelancaran produksi ASI.

Kegagalan dalam menyusui dipengaruhi oleh faktor-faktor menyusui bayi disebabkan tidak keluarnya ASI, psikologi, fisik, sosial budaya, dukungan suami dan dukungan petugas kesehatan (Haryono dan Setianingsih, 2014).

Pandemi COVID-19 di Indonesia diharapkan tidak membuat ibu takut atau berhenti menyusui. Berbagai upaya dilakukan pemerintah untuk menekan penyebaran virus tersebut. Salah satu upaya pencegahan penularan COVID-19 dengan memberi himbauan masyarakat untuk menjaga jarak fisik minimal satu meter dengan orang lain (Kusumaningrum, 2021).

Kajian Produksi ASI selama pandemi covid19

Berdasarkan hasil penelitian Praktik Mandiri Bidan Tri Wahyuni Siyantataik, Amd.keb pada tabel 4.6 didapatkan hasil dari 40 responden sebagian besar mengalami produksi ASI kurang sebanyak 25 orang (62,5%) Berdasarkan hasil kuesioner yang dilakukan pada ibu nifas sebagian besar yang mengalami ASI tidak lancar yaitu dikarenakan bayi malas menetek sehingga bayi menghisap tidak kuat yang akan mengakibatkan asi tidak lancar dan pada pakaian dalam ibu tidak terdapat rembesan ASI yang menandakan produksi ASI lancar atau tidak lancar.

Produksi ASI dikatakan terjadi bahkan ketika menetes, dan akan memancar kuat saat bayi disusui. Untuk menentukan jumlah ASI yang dihasilkan, digunakan beberapa kriteria untuk menentukan kelancaran ASI, yaitu: ASI dikeluarkan pada hari pertama setelah lahir atau disebut kolostrum, bayi terus menerus menghisap dan menelan payudara, ASI ibu yang merembes melalui puting, dan Tampak tegang sebelum menyusui setelah menyusui dengan lembut.

Salah satu faktor yang mengakibatkan ASI tidak lancar karena ibu mengalami kecemasan. Dari hasil kuesioner yang dilakukan pada ibu nifas sebagian besar yang mengalami kecemasan berat 20 ibu nifas (50%) yaitu ibu yang sering mengalami bibir kering dan merasa dirinya berada dalam situasi yang membuat dirinya khawatir dan cemas serta sering mengalami berkeringat secara berlebihan padahal temperature tidak terlalu panas atau tidak melakukan aktifitas sebelumnya.

Kecemasan sangat mempengaruhi produksi ASI. Pada hal jika ibu merasa tenang, damai dan tidak cemas produksi ASI akan lancar.

Menurut Risani (2012), keadaan mental ibu yang tenang sangat mempengaruhi kelancaran menyusui. Jika seorang ibu mengalami kecemasan, stres, pikiran depresi daripada ketenangan, kesedihan dan ketegangan, maka akan mempengaruhi kelancaran menyusui, dalam hal ini ibu yang gelisah akan menghasilkan ASI yang lebih sedikit daripada ibu yang tidak gelisah. Ibu menyusui perlu mempersiapkan diri untuk menyusui, namun sebagian besar ibu mengalami kecemasan yang mempengaruhi produksi ASI. Ibu menyusui sebaiknya berpikir positif dan rileks agar tidak merasa cemas dan kondisi mental ibu baik.

Berdasarkan data umum diketahui bahwa ibu nifas dengan produksi ASI yang bervariasi umumnya mengenyam pendidikan dasar. Karena tingkat pendidikan yang sangat rendah, ibu tidak mendapatkan informasi tentang menyusui dan COVID-19, sehingga rentan terhadap kecemasan, kecemasan dan ketakutan yang mempengaruhi produksi ASI.

Menurut Notoatmojo (2015), semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah menerima hal-hal baru dan mudah beradaptasi. Semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah baginya untuk menerima informasi dan akhirnya semakin banyak pengetahuan yang dimilikinya. Rendahnya tingkat pengetahuan responden tentang menyusui dan covid19 menunjukkan kurangnya pengetahuan di antara 4.444 responden.

Saat payudara telah memproduksi ASInya, terdapat pula proses pengeluaran ASI yaitu terdapat hormon yang bekerja sama untuk pengeluaran air susu. Isapan bayi merangsang saraf puting. Kelenjar hipofisis merespon otak untuk melepaskan hormon prolaktin dan hormone oksitosin. Hormon prolaktin akan merangsang payudara untuk menghasilkan lebih banyak susu. Sedangkan hormon oksitosin merangsang kontraksi otot-otot yang sangat kecil mengelilingi duktus dalam payudara sehingga mengeluarkan air susu (Astutik, 2014)

Di Indonesia diketahui terjadi wabah baru yaitu virus corona yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan hingga gejala berat. Gejala berat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, bahkan kematian. Pasien COVID-19 di Indonesia sabgat meningkat, jumlah pasien terinfeksi sebanyak 4.839 orang dengan jumlah kasus baru sebanyak 282 orang, sembuh sebanyak 426 orang dan angka kematian 459 orang (Kemenkes RI, 2020). Sehingga pandemi COVID-19 ini membuat ibu post nifas takut dan cemas untuk memeriksa dirinya, takut akan kerumunan dan mengurung diri dirumah. Hal ini mengakibatkan ibu nifas cemas dan berdampak pada kelancaran pengeluaran ASI. Pada hal jika hati ibu nyaman, tenang, tentram dan gembira akan memperlancar produksi ASI dan sebaliknya jika ibu tidak tenang, tidak nyaman bahkan cemas menghambat kelancarn pengeluaran ASI (Rusmawati, 2020)

Kesimpulan

1. Sebagian besar ibu nifas yang menyusui mengalami kecemasan

- berat selama pandemi covid19 di Praktik Mandiri Bidan Hj.Tri Wahyuni Siyantati A.md. keb
2. Sebagian besar ibu nifas yang menyusui mengalami pola menyusui yang kurang baik selama pandemi covid19 di Praktik Mandiri Bidan Hj.Tri Wahyuni Siyantati A.md. keb
 3. Sebagian besar ibu nifas yang menyusui mengalami produksi ASI yang tidak lancar selama pandemi covid 19 di Praktik Mandiri Bidan Hj.Tri Wahyuni Siyantati A.md. keb
- Referensi**
- Anggraini, Yetti, S.ST., SKM. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Asih Yusari, SST.,M.Kes, Hj Risneni.,S.SiT.,M.Kes. 2016. *asuhan kebidanan nifas dan menyusui*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Doremalen, Van N, Bushmaker T, Morris DH, Holbrook MG, Gamble A, Williamson BN, et al. 2020. *Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1*. The New England Journal of Medicine. Massachusetts Medical Society. Doi:10.1056/nejmc2004973. PMID 32182409
- Irianto, K. 2014. *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung: Alfabeta
- Kristiyanasari, W. 2011. *ASI, Menyusui dan Sadari*. Yogyakarta: Mutia Medika
- Letko, M, Marzi A, Munster V. 2020. *Functional assesment pf cell entry and receptor usage for SARS-CoV-2 and other lineage B betacoronaviruses*. Nature Microbioogy: 1-8. Doi:10.1038/s41564-020-0688-y
- Maritalia Dewi. 2014. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Marliandiana Yefi, S.S.T., Puspita Nyna Ningrum, S.S.T. 2015. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Salemba Medika.
- Marmi. 2010. *Asuhan Kebidanan pada ibu nifas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Safrizal ZA, Msi, Danang Insita Putra, Phd, Safriza Sofyan SE, AK, M.Com, Dr. Bimo MPH. 2020. *Pedoman Umum Menghadapi Pandemi COVID-19*. Tim Kerja Kementerian Dalam Negri. Jakarta
- Walyani ES dan Purwoastuti E. 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press. Nursalam, 2014, *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan*

*Praktis, Salemba Medika,
jakarta*

