

Perbandingan Tingkat Kecemasan Ibu Menyusui Bekerja dan Tidak Bekerja

Comparison Levels of Anxiety Breastfeeding Mother Which Occupation and Inoccupation

Warih Andan Puspitosari¹, Andhika Bintang Prasetya²

¹Bagian Ilmu Kedokteran Kejiwaan, Fakultas Kedokteran Universitas

Muhammadiyah Yogyakarta, ²Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Abstract

Anxiety is dependence, uncomfoting feel, appear apprehensive, because something sense of unhappy feeling, but the most source cannot know and the cause is from inside. The women who has breastfeeding is more easy to feel anxiety, this problem cause by hormonal and environment factor. The aim of this research is to be able compare of anxiety levels from breastfeeding mother which occupation and breastfeeding mother which inoccupation.

The research was accomplished in Posyandu on Dukuh Sidorejo, Ngestiharjo from February until May 2008 with use cross sectional method. The total sample in this research is 68 respondents with age between 17-40 years old. The data analysis using t-test paired sample.

The results of this research showed that breastfeeding mother which occupation, mean value of anxiety level is 17,09, even though breastfeeding mother which inoccupation, mean value of anxiety level is 15,76, so the difference is 1,324.

The value result acquire t count is 1,619 and $\alpha = 0,05$ with probability 0,115. Because the probability $0,115 > 0,05$ therefore H_0 accepted so can be made the conclusion that the compare of anxiety level from breastfeeding mother which occupation and breastfeeding mother which inoccupation is relative same.

Key words : anxiety, breastfeeding mother. inoccupation, occupation

Abstrak

Kecemasan adalah ketergantungan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul, karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan, tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam. Wanita yang sedang menyusui lebih rentan dengan gejala kecemasan, hal itu karena didominasi oleh faktor lingkungan dan hormonal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan tingkat kecemasan pada ibu yang menyusui dengan membandingkan ibu yang menyusui dengan bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja.

Penelitian dilakukan di Posyandu yang berada di Dukuh Sidorejo, Ngestiharjo selama bulan Februari sampai bulan Mei 2008 dengan menggunakan metode cross sectional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 68 responden dengan rentang usia 17- 40 tahun. Analisis data menggunakan uji t-test paired sample.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu menyusui yang bekerja memiliki rata-rata nilai tingkat kecemasan 17,09, sedangkan yang tidak bekerja memiliki nilai tingkat kecemasan 15,76, jadi perbedaan meannya 1,324.

Didapatkan hasil nilai t hitung adalah 1,619 dan $\alpha = 0,05$ dengan probabilitas 0,115. Karena probabilitas $0,115 > 0,05$, maka H_0 diterima sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa perbandingan tingkat kecemasan pada ibu menyusui yang bekerja maupun yang tidak bekerja adalah relatif sama.

Kata kunci: bekerja, ibu menyusui, kecemasan, tidak bekerja

Pendahuluan

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik dan sempurna untuk bayi, mengandung nilai gizi yang sangat dibutuhkan oleh bayi dalam masa pertumbuhan dan perkembangannya.¹ Kecemasan adalah ketergantungan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan, tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam.²

Data yang diperoleh dari Sistem Surveilans Gizi Nasional Tahun 2002, ternyata hanya 27-40% bayi berusia kurang dari dua bulan yang mendapatkan ASI eksklusif dan hanya 1% yang mendapatkan ASI eksklusif sampai dengan usia enam bulan.³

Wanita yang sedang menyusui rentan dengan gejala kecemasan, hal itu karena didominasi oleh faktor lingkungan dan hormonal. Faktor lingkungan mungkin terjadi apabila terdapat masalah dalam perkawinan, kehamilan yang tidak diinginkan, dan riwayat kecemasan pada diri sendiri atau anggota keluarganya.⁴ Lebih lanjut memperlihatkan bahwa wanita dengan status sosioekonomi lebih rendah, lebih rentan mengalami cemas.⁵ Terkait dengan sosioekonomi, maka dapat terjadi pula kecemasan karena meningkatnya beban dari anak dan berkurangnya kepuasan hidup.⁶

Perubahan hormon pada wanita, dapat mengakibatkan terjadinya peningkatan kecemasan, karena estrogen dapat memodulasi fungsi serotonergik.⁷ *Corticotrophin-releasing hormone*, yang menurun dapat meningkatkan kecemasan.⁸

Kecepatan perubahan hormon tampaknya juga berpengaruh terhadap peningkatan kecemasan.^{9,10}

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan tingkat kecemasan pada ibu yang menyusui dengan membandingkan ibu yang menyusui dengan bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja.

Bahan dan Cara

Jenis penelitian ini adalah penelitian *Cross Sectional* yang merupakan salah satu bentuk studi observasional (non-eksperimental).

Penelitian dilaksanakan antara bulan Februari sampai dengan bulan Mei 2007 dan dilaksanakan di 2 tempat, yaitu Posyandu Pedukuhan Sidorejo dan Posyandu Bina Sidorejo Warga. Subyek yang diteliti adalah ibu menyusui yang bekerja dan tidak bekerja, berusia sekitar 17-40 tahun dan dapat membaca serta menulis.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan. Sedangkan variabel terikat adalah ibu menyusui yang bekerja dan tidak bekerja.

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden. Peneliti menggunakan metode kuisisioner langsung kepada responden untuk mengumpulkan data, dengan instrumen T-MAS (T-Manifest Anxiety Scale).

Dari hasil yang diperoleh, data akan dianalisa menggunakan *t-test paired simple* untuk mengetahui apakah ada perbedaan tingkat kecemasan pada ibu menyusui yang bekerja dan yang tidak bekerja.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelompok Ibu Menyusui yang Bekerja dan Ibu Menyusui yang Tidak Bekerja Berdasarkan Usia di Perdukuhan Sidorejo, Ngestiharjo.

No	Umur	Ibu Menyusui yang Bekerja		Ibu Menyusui yang Tidak Bekerja	
		F	%	F	%
1	<20 tahun	0	0%	5	14,7%
2	21-30 tahun	24	70,6%	27	79,4%
3	31-40 tahun	10	29,4%	2	5,9%
	Jumlah	34	100%	34	100%

Karakteristik responden seperti terlihat pada Tabel 1 di atas, kelompok ibu menyusui yang bekerja, responden yang terbanyak adalah responden yang berusia antara 21-30 tahun sebanyak 24 orang (70,6%). Pada kelompok ibu menyusui yang tidak bekerja, responden yang terbanyak juga responden yang berusia 21-30 tahun sebanyak 27 orang (79,4%). Responden pada ibu menyusui yang bekerja dan ibu

menyusui yang tidak bekerja, didapatkan sebagian besar mengalami tingkat kecemasan yang ringan. Tidak ada satupun kelompok responden dengan tingkat kecemasan yang berat.

Tingkat kecemasan responden ibu menyusui yang bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja dapat didiskripsikan data seperti terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pada Ibu Menyusui yang Bekerja dan Ibu Menyusui yang Tidak Bekerja Berdasarkan T-MAS di Perdukuhan Sidorejo

No	Tingkat kecemasan	Ibu Menyusui yang Bekerja		Ibu Menyusui yang Tidak Bekerja	
		F	%	F	%
1	Ringan	27	79,4%	28	82,4%
2	Sedang	7	20,6%	6	17,6%
3	Berat	0	0%	0	0%
	Jumlah	34	100%	34	100%

Berdasarkan table 2 di atas menunjukkan responden pada ibu menyusui yang bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja, didapatkan sebagian besar mengalami tingkat kecemasan yang ringan. Tidak ada satupun kelompok responden dengan tingkat kecemasan yang berat.

Analisa data menunjukkan kelompok ibu menyusui yang bekerja memiliki rata-rata skor kecemasan 17,09 sedangkan rata-rata ibu menyusui yang tidak bekerja memiliki skor kecemasan

15,76. Hal ini menunjukkan tingkat kecemasan ibu menyusui yang bekerja lebih tinggi daripada ibu menyusui yang tidak bekerja, dengan perbedaan mean 1,324.

Untuk melihat perbedaan tingkat kecemasan pada kelompok ibu menyusui yang bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja, digunakan uji *t-test paired sample*. Dalam penelitian ini didapatkan hasil nilai t hitung adalah 1,619 dan $\alpha = 0,05$ dengan probabilitas 0,115. Karena skor probabilitas

$0,115 > 0,05$, maka H_0 diterima atau dengan kata lain tidak ada perbedaan yang bermakna secara statistik antara kecemasan pada ibu menyusui yang bekerja maupun yang tidak bekerja.

Diskusi

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan ibu menyusui yang bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja. Berdasarkan penelitian Kathleen Kendall & Tacket pada tahun 2007, peningkatan terjadinya kecemasan pada ibu menyusui dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu gangguan tidur, nyeri post partum, trauma psikologi masa lalu atau saat ini, dan yang terakhir yaitu stressor.¹¹

Pada penelitian ini hasilnya tidak sesuai dengan hipotesis, dimana menurut hipotesis menyatakan bahwa ibu menyusui yang bekerja memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan ibu menyusui yang tidak bekerja. Sedangkan, penelitian ini didapatkan hasil nilai t hitung adalah 1,619 dan $\alpha = 0,05$ dengan probabilitas 0,115. Karena skor probabilitas $0,115 > 0,05$, maka H_0 diterima atau dengan kata lain tidak ada perbedaan yang bermakna secara statistik antara kecemasan pada ibu menyusui yang bekerja maupun yang tidak bekerja. Tidak sesuai antara hipotesis dan fakta dalam penelitian yang telah dilakukan, dapat dikarenakan oleh beberapa faktor.

Beberapa faktor yang dapat terjadi pada responden, berdasarkan uraian diatas, yaitu antara lain mekanisme pertahanan diri yang dimiliki oleh tiap individu, memungkinkan responden yang mengisi kuisioner tidak menjawab berdasarkan apa yang sesungguhnya terjadi di dalam kehidupannya.¹² Hal itu dikarenakan juga, oleh karena bekerja bukanlah suatu faktor yang dapat menyebabkan peningkatan kecemasan pada ibu menyusui (Kathleen Kendall & Tacket, 2007)¹¹, serta kultur agama Islam

yang tidak mewajibkan seorang ibu untuk bekerja, sehingga dalam bekerja tidak dibebani oleh kewajiban untuk menghidupi keluarga, seperti yang tersirat dalam Q.S. Al-Ahzab:33.¹³ Tercukupinya kepuasan batin dari seorang ibu juga akan mengurangi tingkat kecemasan.¹⁴

Dari berbagai faktor diatas yang bisa terjadi dalam penelitian ini, menjadikan hasil akhirnya, tidak terdapat pengaruh kecemasan dari suatu pekerjaan terhadap masa menyusui. Sehingga, tidak ada perbedaan yang signifikan antara ibu menyusui yang bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja.

Kesimpulan

Tidak ada perbedaan yang signifikan tingkat kecemasan antara ibu menyusui yang bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja antara ibu menyusui yang bekerja dan ibu menyusui yang tidak bekerja.

Daftar Pustaka

1. Jamaruddin. (2007). *Makanan Terbaik Bagi Kesehatan Bayi*. Diakses 16 April 2007, dari [Http:// www.waspada.co.id/serba_serbi/kesehatan/artikel.php?article_id=8579](http://www.waspada.co.id/serba_serbi/kesehatan/artikel.php?article_id=8579)
2. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (1993). *Pedoman Penggolongan dan Diagnosa Gangguan Jiwa di Indonesia* III. Jakarta: Dirjen Pelayanan Medik Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
3. Anonim. (2002). *Pemberian ASI Eksklusif atau ASI Saja: Satu-Satunya Sumber Cairan yang Dibutuhkan Bayi Usia Dini*. Diakses 23 April 2007, dari [Http://www.lingagesproject.org](http://www.lingagesproject.org)
4. Seguin, L., Potvin, L., Dennis, M., Loiselle, J. (1995). *Chronic Stressors, Social Support and Depression during Pregnancy*. *Jurnal Obstet Gynecol* 85:583.

5. Bergant, A.M., Heim, K., Ulmer, H., Illmensee, K. (1999). *Early Post-natal Depressive Mood: Association with Obstetric and Psychosocial factors*. Journal Psychosom Res 46: 391.
 6. Bryan, T.L., Georgiopoulos, A.M., Harms, R.W., Huxsahl, J.E., Larson, D.R., Yawm, B.P. (1999). *Incidence of Postpartum Depression in Olmsted Country, Minnesota: A Population Based, Retrospective Study*. Journal Reprod Med 44:352.
 7. Joffe, H., & Cohen, L.S. (1998). *Estrogen, Serotonin and Mood Disturbance: Where is Therapeutic Bridge?*. Journal Biol Psychiatry 44:798.
 8. Schmeelk, K.H., Granger, D.A., Susman, E.J. and Chorousos, G.P. (1999). *Maternal depression and Risk for Postpartum Complication: Role of Prenatal Corticotropin-Releasing Hormone and Interleukin-1 Receptor Antagonist*. Journal Behav Med 145:2083.
 9. Ahokas, A., Kaukoranta, J., Aito, M. (1999). *Effect of Oestradiol on Postpartum Depression*. Journal Psychopharmacology 146: 108.
 10. Harris, B., Lovett, L., Newcombe, R.G., Read, G.F., Walker, R., Fahmy, D. (1994). *Maternity Blues and Major Endocrine Changes: Cardiff Puerperal Mood and Hormone Study II*. BMJ 308:949.
 11. Kendall, Kathleen., Tackett. (2007). *A New Paradigm for Depression in New Mother: The Central Role of Inflammation and How Breastfeeding and Anti-Inflammatory Treatments Protect Maternal Mental Health*. International Breastfeeding Journal 2:6.
 12. Mu'tadin, Z.. (2002). *Mengenal Mekanisme Pertahanan Diri*. Diakses 8 Juli 2008, dari [Http://www.e-psikologi.com/remaja/050702.htm](http://www.e-psikologi.com/remaja/050702.htm)
 13. Departemen Agama Republik Indonesia. (2003). *Al-Quran dan Terjemahannya*. Bandung: C.V. Diponegoro.
 14. Cameroon, AD. (2004). *CrashCourse Psychiatry*. London: Mosby.
-