



**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP PENGELUARAN KOLOSTRUM PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DI RSUD MEURAXA KOTA BANDA ACEH**  
**THE RELATIONSHIP OF THE LEVEL OF ANXIETY TO COLOSTRUM EXPENDITURE IN MOTHERS POST CAESAREA SECTIO IN MEURAXA HOSPITAL, BANDA ACEH CITY**

T. Murhadi<sup>1#</sup>, Siti Hajar<sup>2</sup>, Elviana<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>STIKes Muhammadiyah Aceh, Banda Aceh, Indonesia

ARTICLE INFORMATION	ABSTRACT
<p>Received: July 25<sup>th</sup> 2025            Revised: July 28<sup>th</sup> 2025            Accepted: July 30<sup>th</sup> 2025</p>	<p>Produksi ASI pada ibu yang menjalani persalinan dengan Sectio Caesarea dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor psikologis seperti kecemasan. Di Indonesia, angka pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0–6 bulan sebesar 72,07%, dan kecenderungan pemberian kolostrum mencapai 85,4%. Salah satu faktor yang memengaruhi pengeluaran kolostrum adalah penggunaan obat-obatan selama tindakan operasi caesar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dan pengeluaran kolostrum pada ibu post Sectio Caesarea di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu pasca Sectio Caesarea yang dirawat di ruang kebidanan. Sebanyak 36 responden dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 75% ibu yang mengalami kecemasan mengalami hambatan dalam pengeluaran kolostrum, sedangkan 16,7% ibu yang tidak mengalami kecemasan memiliki pengeluaran kolostrum yang lancar. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan (<math>p\text{-value} = 0,000</math>). Kesimpulannya, terdapat hubungan signifikan antara kecemasan dan pengeluaran kolostrum pada ibu post Sectio Caesarea. Temuan ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam peningkatan mutu pelayanan dan asuhan kebidanan.</p>
<p><b>KEYWORD</b></p> <p><i>caesarean section delivery, age, parity, gestational age, fetal factors maternal factors</i></p>	<p><i>The production of breast milk in mothers who undergo Caesarean section is influenced by several factors, including psychological ones such as anxiety. In Indonesia, the rate of exclusive breastfeeding for infants aged 0–6 months is 72.07%, and the tendency to give colostrum is 85.4%. One of the factors affecting colostrum secretion is the use of medication during Caesarean procedures. This study aimed to examine the relationship between anxiety levels and colostrum secretion in post-Caesarean section mothers at Meuraxa Regional Hospital, Banda Aceh. The study used an analytical method with a cross-sectional approach. The population consisted of all post-Caesarean section mothers treated in the maternity ward. A total of 36 respondents were selected using accidental sampling. The results showed that 75% of mothers who experienced anxiety had inhibited colostrum secretion, while 16.7% of those who were not anxious experienced smooth colostrum flow. Statistical analysis showed a significant relationship (<math>p\text{-value} = 0.000</math>). In conclusion, there is a significant association between anxiety and colostrum secretion in post-Caesarean mothers. These findings can help improve the quality of maternal care and guide midwives in managing postpartum care for mothers after Caesarean delivery.</i></p>
<p><b>CORRESPONDING AUTHOR</b></p> <p>Nama: T. Murhadi            E-mail: tmurhadi@gmail.com            No. Tlp : 081360207798</p>	
<p>DOI : 10.62354/jurnalmedicare.v4i3.227</p>	
<p>© 2025 T. Muhadi et al.</p>	

## A. PENDAHULUAN

Pasca melahirkan adalah masa yang penuh tekanan bagi wanita yang baru pertama kali menjadi ibu, karena mereka harus menyesuaikan diri dengan peran baru tersebut. Dengan hadirnya bayi, tanggung jawab dalam keluarga jadi meningkat. Beberapa wanita dapat beradaptasi dengan baik dan menjalankan perannya dengan tenang, tapi ada juga yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan bisa merasakan gangguan psikologis seperti kecemasan. Keadaan psikologis yang cemas dan stres pada ibu dapat mengganggu proses laktasi, sehingga berdampak pada produksi ASI. (Afriana, 2022).

Persalinan *sectio caesarea* (SC) adalah prosedur bedah untuk melahirkan yang dilakukan melalui sayatan pada dinding perut dan rahim. Persalinan dengan cara SC menghadirkan masalah yang berbeda dibandingkan dengan persalinan normal. Selain perubahan fisik pasca melahirkan, terutama dalam hal involusi dan laktasi, ibu yang melahirkan secara SC sering mengalami kesulitan dalam mengeluarkan Air Susu Ibu (ASI). ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi, karena praktis, bersih, dan terjangkau, serta berasal langsung dari payudara ibu. ASI mengandung semua nutrisi yang diperlukan bayi dalam enam bulan pertama kehidupannya. Selain itu, ASI juga mengandung kolostrum yang mengandung antibodi untuk meningkatkan kekebalan tubuh dan membantu mengatasi infeksi, sehingga pemberian ASI eksklusif dapat menurunkan angka kematian bayi. Kolostrum biasanya dihasilkan antara hari pertama hingga ketiga setelah melahirkan. Pada hari keempat hingga kesepuluh, ASI mengandung lebih sedikit imunoglobulin, protein, dan laktosa dibandingkan dengan kolostrum, tetapi memiliki kandungan lemak dan kalori yang lebih tinggi dengan warna yang lebih putih. (Nurita, 2022).

Jika kolostrum tidak segera keluar setelah ibu melahirkan, bayi mungkin akan diberikan makanan tambahan atau makanan pra-laktasi. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keluarnya kolostrum termasuk komplikasi selama kehamilan, aktivitas ibu, berat badan lahir bayi, usia kehamilan saat bayi lahir, jenis persalinan, dan lama waktu bayi dirawat setelah lahir. Proses penghasil ASI atau laktogenesis terdiri dari tiga fase. Pada fase laktogenesis II, volume kolostrum dan ASI meningkat sekitar 30 hingga 40 jam setelah melahirkan. (Wardani, 2019).

Sebagai tenaga kesehatan yang dekat dengan ibu, bidan diharapkan dapat memberikan informasi tentang langkah-langkah yang dapat diambil ibu hamil dan bersalin agar kolostrum bisa segera keluar setelah melahirkan dan ibu berhasil melakukan Inisiasi Menyusu Dini (IMD). Salah satu cara yang bisa dilakukan oleh tenaga kesehatan untuk ibu yang melahirkan secara normal adalah melakukan IMD segera setelah bayi dibersihkan untuk merangsang keluarnya kolostrum. Demikian juga, untuk ibu yang melahirkan dengan operasi SC, IMD dapat dilakukan segera setelah proses jahitan selesai dan diulang setelah delapan jam atau setelah efek anestesi menghilang agar lebih efektif dalam merangsang keluarnya kolostrum. (Maria, dkk. 2016).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan kolostrum sebagai makanan pertama yang diberikan kepada bayi yang baru lahir. Kolostrum adalah cairan kekuningan yang kental, dan lebih kuning dibandingkan dengan ASI yang sudah matang; teksturnya sedikit kasar karena mengandung butiran lemak dan sel epitel. Cairan ini kaya akan protein, karbohidrat, vitamin, natrium klorida, serta zat

imun yang dikenal sebagai immunoglobulin, yang memainkan peran penting dalam sistem kekebalan tubuh. Memberikan kolostrum kepada bayi baru lahir juga bertujuan untuk menurunkan risiko kekurangan gizi dan membantu perkembangan mikrobioma usus mereka. (Ahmed et al. , 2019; Bryant & Thistle, 2022).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (2018), tingkat pemberian ASI di Indonesia hanya mencapai 37,3%. Angka ini menunjukkan bahwa masih di bawah target yang ditetapkan oleh WHO, yang mengharuskan agar pemberian ASI mencapai 50%. Dalam data Riskesdas 2018, proporsi pemberian ASI kepada bayi berusia 0-5 bulan di Indonesia adalah 74,5%, sedangkan di DIY angka tersebut masih kurang dengan capaian hanya 23%. Dari hasil Riskesdas tahun 2018, hanya 85,4% ibu yang memberikan kolostrum sepenuhnya, 6,9% memberikan sebagian dan 3,7% membuang semuanya (Riskesdas, 2018).

Di Indonesia, pada tahun 2022, persentase bayi berusia 0-6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif adalah 72,07%. Sementara itu, menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Aceh di tahun yang sama, persentase ASI eksklusif hanya 65,88%. Angka ini masih jauh dari target pemberian ASI eksklusif sebesar 80% di negara ini dan hal ini menjadi salah satu masalah gizi yang dihadapi anak-anak (Dinkes Aceh, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa, Kota Banda Aceh, pada bulan Juli 2023 dengan menggunakan metode wawancara, ditemukan bahwa dari 10 ibu yang melahirkan dengan metode SC, 8 di antaranya mengalami kendala saat menyusui. Dari jumlah tersebut, 6 ibu melaporkan bahwa ASI mereka belum keluar pada hari ke-3 setelah operasi, sementara 2 ibu mampu memproduksi ASI namun dalam jumlah yang sangat sedikit. Delapan ibu melaporkan merasa cemas karena masih merasakan nyeri pascaoperasi, yang menyebabkan kesulitan dalam menyusui, karena sedikit saja bergerak atau mengubah posisi membuat rasa sakit semakin meningkat. Dari data rekam medis di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa, terungkap bahwa antara Januari dan Desember 2022, terdapat 125 persalinan yang dilakukan dengan metode *sectio caesarea*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dan pengeluaran kolostrum pada ibu post *sectio caesarea*.

## B. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan cross-sectional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dan pengeluaran kolostrum pada ibu post *Sectio Caesarea* di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. Jenis penelitian ini bersifat analitik. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu postpartum dengan *Sectio Caesarea* yang dirawat di ruang kebidanan Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa Kota Banda Aceh, dengan jumlah sampel sebanyak 36 orang yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen dan variabel dependen, di mana variabel independennya adalah tingkat kecemasan dan variabel dependennya adalah pengeluaran kolostrum. Kriteria inklusi meliputi ibu yang sadar penuh, dapat diajak komunikasi, berada dalam 1–3 hari pascaoperasi, dan bersedia menjadi responden, sedangkan

kriteria eksklusi mencakup ibu dengan gangguan psikologis berat, penggunaan obat penenang, atau komplikasi pascaoperasi berat. Data dikumpulkan melalui wawancara terstruktur menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) yang telah dimodifikasi, serta observasi klinis dan pencatatan medis. Analisis data dilakukan dengan uji *Chi-Square* pada tingkat signifikansi 0,05 untuk mengetahui adanya hubungan antara kedua variabel tersebut.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1. Kecemasan Ibu

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kecemasan Ibu Post Sectio Caesarea di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh**

No	Kecemasan	Frekuensi	Persentase
1.	Tidak cemas	6	16,7 %
2.	Kecemasan Ringan	16	44,4 %
3.	Kecemasan Sedang	14	38,9 %
4.	Kecemasan Berat	0	0 %
5.	Kecemasan Berat sekali	0	0 %
Total		36	100 %

Berdasarkan tabel di atas diperoleh kecemasan ibu nifas post Sectio Caesarea lebih dominan kecemasan ringan yaitu 16 orang (44,4 %) dan ibu post sectio caesarea yang tidak mengalami kecemasan terdapat 6 orang (16,7 %).

#### 2. Pengeluaran Kolostrum

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengeluaran Kolostrum Ibu Post Sectio Caesarea di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh**

No.	Pengeluaran Kolostrum	Frekuensi	Persentase
1.	Keluar	9	25 %
2.	Tidak keluar	27	75 %
Total		36	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa ibu post Sectio Caesarea di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh lebih banyak mengalami pengeluaran Kolostrum yang tidak keluar yaitu 27 orang (75 %).

#### 3. Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran Kolostrum

**Tabel 3. Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran Kolostrum Pada Ibu *Post Sectio Caesarea* di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh**

No	Kecemasan	Pengeluaran Kolostrum				Total	%	p value
		Keluar		Tidak Keluar				
		f	%	f	%			
1.	Tidak Cemas	5	13.9	1	2.8	6	16,7	0,001
2.	Kecemasan Ringan	1	2.8	15	41.6	16	44,4	
3.	Kecemasan sedang	3	8.3	11	30.6	14	38,9	
4.	Kecemasan berat	0	0	0	0	0	0	
5.	Kecemasan berat sekali	0	0	0	0	0	0	
Total		9	25	27	75	36	100	

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 16 responden ibu *post Sectio Cesarea* yang mengalami kecemasan ringan terdapat 15 responden (41,6 %) tidak ada pengeluaran kolostrum dan dari 6 ibu yang tidak mengalami kecemasan yang keluar kolostrum sebanyak 5 orang (13,9 %). Hasil uji statistik diperoleh hasil *p value* :  $0,001 < \alpha : 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu ada hubungan tingkat kecemasan ibu *post Section Cesarea* terhadap pengeluaran kolostrum di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh.

Hasil penelitian di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh menemukan bahwa dari 16 responden ibu yang melahirkan dengan *Sectio Cesarea* dan mengalami kecemasan, sebanyak 15 orang (41,6%) tidak bias mengeluarkan kolostrum dan mengalami kecemasan ringan. Namun, ibu *post sectio caesarea* dari 6 ibu yang tidak mengalami kecemasan yang keluar kolostrum sebanyak 5 orang (13,9 %). Uji statistik menunjukkan *p value*:  $0,001 < \alpha : 0,05$ , yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, menunjukkan ada hubungan antara kecemasan ibu *post sectio cesarea* dengan pengeluaran kolostrum di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh.

Menurut peneliti, pengeluaran kolostrum adalah sebuah proses alami yang terjadi pada ibu, namun ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan agar kolostrum bisa keluar dengan baik, yaitu ibu harus bebas dari kecemasan, terus merangsang puting, dan mengatur emosi. Apabila emosi ibu tidak stabil, hormon adrenalin bisa meningkat dan ini akan menghambat kinerja hormon oksitosin, sehingga pengeluaran kolostrum bisa terganggu. Namun, ada juga ibu yang merasa cemas, karena kondisi fisik mereka yang lemah setelah melahirkan dan kolostrum yang belum keluar, hal ini menjadi masalah yang perlu penanganan medis untuk mencegah baby blues *post partum*.

Dalam proses menyusui, terdapat dua proses utama yaitu pembentukan air susu dan pengeluaran air susu, yang keduanya dipengaruhi oleh hormon yang dikelola oleh hypothalamus. Seperti pengaturan hormon lainnya, hypothalamus berfungsi berdasarkan perintah dari otak dan berhubungan dengan emosi ibu. Kesehatan mental dan ketenangan emosional ibu dapat sangat mempengaruhi produksi ASI. Jika ibu mengalami stres, tekanan mental, kecemasan, atau ketegangan, maka produksi ASI akan terganggu secara signifikan (Amalia, 2016).

Kondisi kesehatan bayi memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu. Jika ibu dalam keadaan sehat, ia akan lebih bersemangat merawat bayinya. Sebaliknya, jika bayi ibu sakit, tidak normal atau memiliki cacat, hal ini bisa membawa kesedihan yang mendalam bagi ibu, menimbulkan kecemasan yang dapat mengganggu produksi ASI. Untuk menghindari kecemasan, ibu menyusui disarankan berpikir positif dan tetap rileks agar kondisi psikologisnya baik. Kesehatan mental yang baik dapat mendorong hormon yang berperan dalam produksi ASI.

Menurut Andina (2018), di awal masa nifas, banyak ibu merasakan kecemasan. Rasa cemas ini bisa menghalangi mekanisme *let down reflex*. Stres dapat memicu pelepasan hormon epinefrin atau adrenalin yang mengakibatkan penyempitan pembuluh darah di alveolus. Akibatnya, oksitosin yang seharusnya bisa bekerja mencapai sel-sel mioepitel di sekitar alveolus

untuk mendorong ASI, tidak bisa terlaksana, sehingga ASI tidak keluar (Suyanti, Natalia, & Fadhilah 2021).

Saleha (2009) mengatakan, ketika ibu menyusui merasa cemas, fungsi hormon endokrin, prolaktin, dan oksitosin bisa menurun. Hormon oksitosin dan prolaktin berfungsi pada hipofisis posterior untuk merangsang sel alveoli dan sel mioepitelium, sehingga ASI dapat dikeluarkan melalui duktus laktiferus ke mulut bayi (let down reflex). Sistem hormonal endokrin juga berfungsi mengatur beberapa kelenjar, terutama kelenjar hipofisis yang terletak di dasar tengkorak. Kelenjar ini memiliki dua lobus, anterior dan posterior. Lobus posterior berperan penting dalam sekresi (Anti Diuretic Hormone) ADH yang mengatur jumlah air di ginjal dan hormon oksitosin yang merangsang kontraksi saat melahirkan dan pengeluaran ASI saat menyusui (Suyanti 2021).

Menurut Riksani (2012) dalam Rusmawati (2020), emosi dan kondisi psikologis ibu yang tenang sangat berpengaruh terhadap kelancaran ASI. Ketika ibu mengalami kecemasan, stres, atau perasaan tertekan, hal ini akan memengaruhi kelancaran ASI. Dua proses terjadi saat ASI keluar, yaitu proses pembentukan air susu (milk production reflex) dan proses pengeluaran ASI (let down reflex). Keduanya dipengaruhi oleh hormon yang diatur oleh hipotalamus. Hormon dari hipotalamus bekerja sesuai perintah otak, mencerminkan emosi ibu. Oleh karena itu, ibu yang cemas cenderung mengeluarkan ASI lebih sedikit dibandingkan ibu yang tidak merasa cemas.

Kecemasan yang dialami oleh ibu selama dan setelah persalinan menjadi salah satu penghalang produksi dan pengeluaran ASI. Kecemasan merupakan masalah umum bagi ibu setelah melahirkan, dan gejalanya sering kali dipengaruhi oleh faktor psikologis dan fisik. Kecemasan ini dapat diekspresikan secara langsung melalui perubahan fisiologis dan perilaku atau secara tidak langsung melalui gejala yang muncul dan mekanisme koping untuk melawan kecemasan. Hal ini berhubungan dengan penyesuaian yang dialami ibu setelah melahirkan, yang terbagi menjadi tiga fase: taking in, taking hold, dan letting go (Melyana, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mardjun Grace, dan Rompas pada tahun 2019 menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kelancaran produksi ASI pada ibu yang menjalani operasi caesar, dengan p value sebesar 0,001. Penelitian lain yang juga menunjukkan hasil serupa dilakukan oleh Dewey dan Lönnerdal pada tahun 2016, yang membahas pengaruh kondisi psikologis terhadap produksi ASI dan juga menemukan hubungan antara psikologi dan produksi ASI dengan p value 0,001. Produksi ASI meningkat seiring dengan membaiknya kondisi psikologis ibu selama proses persalinan.

Sebuah studi yang dilakukan oleh Hanifa pada tahun 2015 juga memberikan hasil serupa mengenai faktor-faktor yang memengaruhi produksi ASI setelah operasi caesar, yang menunjukkan hubungan signifikan antara kecemasan dan produksi ASI, dengan p value sebesar 0,000. Analisis statistik pada hari pertama dan kedua pasca melahirkan menunjukkan tidak ada hubungan, karena nilai p value lebih dari 0,05. Hal ini mungkin disebabkan oleh tingginya kadar hormon progesteron dan estrogen dalam waktu 24 jam setelah

melahirkan, yang menyebabkan penurunan kadar prolaktin. Selain itu, faktor lain seperti jumlah responden yang sedikit, intensitas nyeri, usia, kondisi bayi, dan penerimaan ibu juga dapat turut mempengaruhi.

Keterkaitan antara tingkat kecemasan dan pengeluaran kolostrum menunjukkan bahwa keberhasilan dalam proses tersebut sangat bergantung pada fluktuasi hormon setelah operasi caesar. Sebagian besar ibu dapat mengeluarkan kolostrum dalam waktu lebih dari tiga hari ketika kecemasan mereka berada pada tingkat rendah. Ini menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat kecemasan, semakin besar kemungkinan ibu berhasil dalam mengeluarkan kolostrum. Namun, banyak ibu pasca operasi caesar mengalami kecemasan sedang yang menghalangi keluarnya kolostrum, karena hormon prolaktin terhambat oleh hormon adrenalin, sehingga kolostrum tidak keluar selama lebih dari tiga hari, dari 27 responden yang tidak keluar kolostrum, 15 orang disebabkan karena kecemasan ringan (41,6 %) dan 11 orang disebabkan karena kecemasan sedang (30,6 %).

Penjelasan yang telah disebutkan mendukung temuan bahwa kecemasan sering dialami oleh ibu yang melahirkan untuk pertama kalinya, akibat kurangnya informasi, pemahaman yang tidak memadai, dan kekhawatiran berlebihan terhadap situasi yang dihadapi. Dengan begitu, semakin tinggi rasa cemas ibu, maka semakin besar dampaknya terhadap produksi hormon yang berperan dalam memproduksi ASI, sehingga jumlah ASI yang keluar bisa menjadi sedikit atau bahkan tidak ada sama sekali.

Fenomena yang terlihat di lapangan menunjukkan banyak ibu merasa khawatir bahwa bayi mereka akan merasa haus jika mereka harus menunggu beberapa hari hingga ASI mereka keluar dengan lancar. Ada juga yang mengatakan bahwa bayi mereka sering menangis di malam hari, sementara ASI yang keluar tidak mencukupi untuk menenangkan bayi, sehingga kekhawatiran dan kebingungan mereka semakin meningkat mengenai kemungkinan bayi tidak mendapatkan nutrisi yang cukup. Akibatnya, mereka memilih untuk menyusui dengan bantuan susu formula. Kecemasan yang semakin meningkat dapat menghalangi proses keluarnya ASI, dan pemberian nutrisi di luar ASI dapat memengaruhi sistem pencernaan bayi, sehingga bayi kehilangan kesempatan untuk mendapatkan manfaat ASI. Oleh karena itu, penting untuk mencegah kekhawatiran, stres, atau masalah psikologis yang dihadapi ibu, terutama selama masa menyusui, dengan dukungan dari orang-orang terdekat seperti keluarga, suami, teman, dan lingkungan. Dengan memberikan informasi tentang menyusui, kasih sayang, membantu meringankan beban kerja ibu, dan merawat bayi, calon ibu akan merasa lebih percaya diri dalam menghadapi situasi yang mungkin terjadi.

Maka dari itu, tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam melaksanakan inisiasi menyusui dini (IMD), mendeteksi tingkat kecemasan ibu dengan instrumen HARS, memberikan informasi tentang cara merawat bayi, serta memberikan perawatan payudara sebelum dan sesudah melahirkan, dan mengajarkan cara menyusui yang benar. Hal ini penting agar ibu bisa mengenali gejala-gejala dan cara penanganan awal saat merasa tidak nyaman dengan kondisinya.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada, peneliti berasumsi bahwa kondisi psikologis yang baik dapat berpengaruh positif pada produksi ASI. Ketika ibu merasakan kecemasan yang tinggi, produksi ASI bisa berkurang karena kecemasan ini dapat menyebabkan penyumbatan produksi prolaktin serta pengeluaran oksitosin yang dipicu oleh peningkatan kadar kortisol. Seiring berjalannya waktu, jika perasaan cemas ibu berkurang, produksi ASI pun akan meningkat. Namun, ada juga ibu yang merasa cemas dalam tingkat sedang yang tetap mampu menghasilkan ASI dalam jumlah yang signifikan, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor lain seperti tingkat nyeri, dukungan sosial, paritas, usia, kesehatan bayi, nutrisi, serta faktor isapan dan perawatan payudara.

#### D. KESIMPULAN

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dan pengeluaran kolostrum pada ibu post Sectio Caesarea, di mana ibu yang mengalami kecemasan lebih cenderung mengalami hambatan dalam pengeluaran kolostrum (p-value = 0,000).

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afriana dkk. (2023) *Hubungan Kecemasan Ibu Post Partum Terhadap Pengeluaran Asi di PMB Hj. Ruhdi Maulida Bener Meriah*. Journal of Healthcare Technology and Medicine Vol. 9 No. 1.
- Ahmed, S. S., Faheim, S. S., & Hegazy, S. M. A. (2019). *Effect of Colostrum Feeding Intervention on the Clinical and Nutritional Outcomes of Very Low Birth Weight Infant*. *Evidence-Based Nursing Research*, 1(3).  
<https://doi.org/10.47104/ebnrojs3.v1i3.60>.
- Amalia, R. (2016). *Hubungan Stres Dengan Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Pasca Persalinan Di Rsi A.Yani Surabaya*. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 9(1), 12–16.
- Andina dan Vita S. (2018). *Asuhan kebidanan nifas dan menyusui, teori dalam praktik kebidanan profesional*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Bryant, J., & Thistle, J. (2022). *Anatomy, Colostrum*. StatPearls. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK513256/>
- Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. (2021). *Profil kesehatan Aceh tahun 2021*.
- Hanifah, F. (2015). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Pengeluaran Air Susu Ibu Setelah Tindakan Sectio Caesarea di RS. PKU. Muhammadiyah Yogyakarta*. Naskah Publikasi. STIKes Aisyiah Yogyakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil kesehatan indonesia tahun 2020*.

Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Riset Kesehatan Dasar. Kementrian Kesehatan RI. (2022). Situasi dan analisis ASI eksklusif.
- Maria, dkk. 2016. *Onset Pengeluaran Kolostrum Persalinan Normal Lebih Cepat Dari pada Persalinan Sectio Caesaria*. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu kesehatan Jenderal Achmad Yani.
- Mardjun. Zulfikar. Korompis, Grace dan Rompas, Selfi. (2019). *Hubungan Kecemasan dengan Kelancaran Pengeluaran ASI pad Ibu Postpartum selama dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Kasih Ibu Manado*. E-Journal Keperaawatan. 7(1), 1- 8.
- Melyana, Malik. Asnawati, Gasma. Agustina, Ningsi. (2022). *Tingkat Kecemasan Ibu Pascapersalinan Berhubungan dengan Keterlambatan Pengeluaran ASI pada masa Pandemi Covid-19*. Jurnal Kebidanan Malakki 3(1).
- Nurita, S. R. (2019). *Pemberian Kolostrum Pertama pada Bayi Baru Lahir dan Faktor Terkait*. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 8(2), 18–25. <https://doi.org/10.36565/jabj.v8i2.9>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan (Ketiga)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Saleha. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta. TIM
- Sarwono, J. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif (2nd ed.)*. Semarang: Suluh Media.
- Suyanti, Natalia, L., & Fadhilah, S. A. (2021). *Pengaruh Kecemasan Saat Pandemi Covid-19 terhadap Pengeluaran Asi Ibu Post Partum di PMB Bidan Dian Nendhiawati,S.Tr.Keb Majalengka Tahun 2021*. E-Journal STIKES YPIB Majalengka, 9(2), 136–144
- Wardani, E. K. (2019). *Hubungan Jenis Persalinan dengan Waktu Pengeluaran Kolostrum Di Rs Al-Rohmah*. Jurnal Healthy 13 Volume 7 No.2 Mei 2019, 8–17.
- World Health Organization. (2018). *Exclusive Breastfeeding*. World Health Organization. Diakses tanggal 20 Januari, 2020.
- World Health Organization (WHO). (2019). *Exclusive Breastfeeding For Optimal Growth, Development and health of infants*. (online) (<http://www.who.int/elena/titles/exclusivebreastfeeding/en/>)