

SKRIPSI
HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KELANCARAN
PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS DI RUANG CLEMENT RUMAH
SAKIT SUKA INSAN BANJARMASIN
TAHUN 2025

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suka Insan



Oleh:
LISA ULFAH
113063C1223008

PROGRAM SARJANA ILMU KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUKA INSAN
BANJARMASIN
2025

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya tulis asli saya dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana) baik di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan (STIKES Suaka Insan) maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian penulis sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing atau tim penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Banjarmasin, 25 Januari 2025

Yang membuat pernyataan



Lisa Ulfah
113063C1223008

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lisa Ulfah
NIM : 113063C1223008
Prodi : Sarjana Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Sebagai Civitas Akademika STIKES Suaka Insan Banjarmasin, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKES Suaka Insan Banjarmasin Karya Ilmiah saya yang berjudul: “Studi Fenomenologi: Hubungan Tingkat Stres Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Nifas di Ruang Clement Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2025”

Dengan adanya Hak Bebas Royalti ini maka, STIKES Suaka Insan Banjarmasin mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan editing, mengalihkan ke format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa *database*, serta melakukan publikasi tugas akhir saya ini dengan pertimbangan tetap mencantumkan nama penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan).

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Di buat di : Banjarmasin

Pada tanggal : 25 Januari 2025

Saya yang menyatakan



Lisa Ulfah
113063C1223008

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KELANCARAN
PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS DI RUANG CLEMENT RUMAH
SAKIT SUAKA INSAN BANJARMASIN
TAHUN 2025**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan oleh tim pembimbing

Skripsi

Banjarmasin, 8 Januari 2025

Pembimbing Skripsi

Pembimbing I

Pembimbing II

Septi Machelia C.N S.Kep., Ners, M.Kep
NIDN 1101098702

Fransiska Dwi Hapsari., S.Kep., Ners, M.K.M
NIDN 1103129002

**Kaprodi Program Sarjana Keperawatan
STIKES Suaka Insan Banjarmasin**



Theresia Jamini, S.Kep., Ners., M.Kep

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KELANCARAN
PENGELUARAN ASI PADA IBU NIFAS DI RUANG CLEMENT RUMAH
SAKIT SUKA INSAN BANJARMASIN
TAHUN 2025**

Diajukan Oleh:

Lisa Ulfah

113063C1223008

Telah Diseminarkan dan Diujikan

Pada tanggal 8 Januari 2024

Penguji I

**Selly Kresna Dewi, S.Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.Kep.Mat.
NIDN 1118049004**

Penguji II

**Maria Frani Ayu Andari Dias.,S.Kep,Ners.,MAN
NIDN 1110109103**

Penguji III

**Dania Relina Sitompul.,S.Kep,Ners.,M.Kep
NIDN 1104088902**

Mengetahui

Ketua STIKES Suaka Insan Banjarmasin



Sr. Imelda Ingir, SPC.,BSN.,MHA.,Ph.D

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim Alhamdulillah dengan penuh rasa syukur, saya persembahkan karya ini sebagai wujud penghargaan atas setiap perjalanan yang saya lalui. Puji syukur dengan Rahmat Allah atas izin -Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini saya persembahkan kepada suami tercinta, yang selalu memberikan dukungan, motivasi selama pendidikan dan dalam penyelesaian skripsi ini, untuk menemukan semangat baru setiap hari.

Kepada anak-anakku tersayang terimakasih telah menjadi alasan terbesar saya untuk terus berjuang, sebagai inspirasi dan kegembiraan saya setiap hari dalam menjalani kehidupan.

Tidak lupa karya ini saya persembahkan kepada orang tua saya yang selalu mendoakan dalam setiap langkah saya, segala pengorbanan dan kasih sayang mereka adalah hal yang tak tergantikan.

Untuk teman-teman saya satu angkatan RPL dan staf ruangan kamar bayi yang selalu memberikan dukungan dan motivasi, kegembiraan selama proses pendidikan saya sampai selesai terimakasih yang sangat banyak.

Ucapan terimakasih yang mendalam kepada para dosen pembimbing, yang dengan sabar membimbing, banyak membantu saya, memberikan arahan hingga skripsi ini selesai. Akhirnya karya ini dipersembahkan untuk Almamater tercinta STIKES SUAKA INSAN tempat saya belajar dan mendapatkan ilmu. Semoga skripsi ini tidak hanya menjadi pencapaian pribadi tetapi juga bermanfaat untuk banyak orang” Aamiin.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa ,semoga Allah melimpahkan keselamatan, rahmat, dan keberkahan-Nya karena dengan anugerahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “ Hubungan Tingkat Stres dengan Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Nifas di Ruang Clement Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2025”.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin. Dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah meluangkan waktu dan memberikan bantuan dan bimbingan bagi penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Sr. Imelda Ingir, SPC.,BSN.,MHA.,Ph.D selaku ketua STIKES Suaka Insan Banjarmasin.
2. Drg. Agus Widjaja, MHA selaku Direktur Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin
3. Sr. Florentina Nura,SPC.,BSN.,MSN selaku Kepala Bidang Keperawatan di Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin.
4. Papeng S.Kep., Ns selaku Kepala Ruangan Kamar bayi Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin
5. Elizabet Oktavia Br Tobing, S.Si.T selaku Kepala Ruangan Kamar Clement Rumah Sakit Suaka Insan Banjarmasin.

6. Maria Silvana Dhawo, S. Kep., Ners., MHPed selaku wakil ketua I STIKES Suaka Insan Banjarmasin.
7. Theresia Jamini, S.Kep, Ners., M.Kep selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Profesi Ners STIKES Suaka Insan Banjarmasin.
8. Warjiman S.Kep., Ners. MSN selaku pembimbing akademik atas bimbingan dan arahnya.
9. Lanawati S.Kep., Ners, M.Kep selaku koordinator riset yang telah berkenan memberikan masukan dan saran untuk perbaikan skripsi saya.
10. Septi Machelia Champaca Nursery, S.Kep., Ners., M.Kep selaku pembimbing I yang telah membimbing serta memberikan dukungan kepada saya dalam proses penyusunan skripsi.
11. Sr. Margareta Martini, SPC., BSN., MSN selaku pembimbing II yang telah membimbing serta memberikan dukungan kepada saya dalam proses penyusunan proposal.
12. Fransiska Dwi Hapsari., S.Kep., Ners, M.K.M. selaku pembimbing II yang telah membimbing serta memberikan dukungan kepada saya dalam proses penyusunan skripsi.
13. Selly Kresna Dewi., S.Kep, Ners., M.Kep., Sp.Kep. Mat selaku penguji 1 atas masukan dan arahnya.
14. Maria Frani Ayu Andari Dias., S.Kep., Ners., MAN selaku penguji II atas masukan dan arahnya.
15. Dania Relina Sitompul, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Penguji III atas masukan dan arahnya.

16. Orang tua, keluarga dan teman-teman saya yang selalu memberikan saya dukungan selama pengerjaan skripsi ini.

17. Kepada seluruh ibu-ibu nifas yang menjadi responden dalam penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna oleh karena itu penulis mengharapkan adanya kritik dan saran demi kesempurnaannya. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat menyumbang sesuatu yang bermanfaat bagi para pembaca, khususnya dosen dan mahasiswa.

Banjarmasin, 8 Januari 2025

Peneliti

Lisa Ulfah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep Stres	9
1. Pengertian stres	9
2. Gejala stres	9
3. Jenis stres	10
a. Stes akut	10
b. Stres Kronis	10
4. Dampak stres.....	11
a. Dampak bagi spiritualitas.....	11
b. Dampak bagi tubuh	11

c. Efek bagi imunitas	11
5. Sumber stres	12
a. Diri sendiri.....	12
b. Keluarga	12
c. Masyarakat dan lingkungan.....	12
6. Tingkat Stres	13
a. Stres ringan.....	13
b. Stres sedang.....	13
c. Stres berat	13
7. Pengukuran Tingkat Stres	14
a. Stres <i>Kessler Pyshological Ditress Scale</i>	14
b. <i>Perceived Stres Scale</i>	14
c. <i>Depression Anxiety Stres Scale</i>	15
B. Masa nifas	16
1. Pengertian Masa Nifas	16
a. Perubahan Psikologis masa nifas	17
b. Perubahan fisiologis pada masa nifas	19
2. Pengertian Air susu Ibu	21
3. Mekanisme Pembentukan Air Susu Ibu	22
a. <i>Laktogenesis I</i>	22
b. <i>Laktogenesis II</i>	22
c. <i>Laktogenesis III</i>	23
C. Faktor – faktor yang mempengaruhi kelancaran ASI	24
a. Usia gestasi	23
b. Usia Ibu	24
c. Nutrisi	24
d. Faktor psikologis	25
e. Perawatan payudara	27
f. Paritas	27
D. Tanda tanda Kelancaran ASI	28
E. Landasan Teori	30
1. Konsep Nifas	30

2. Konsep Stres	30
3. Konsep ASI	34
F. Kerangka Teori	39
G. Skema Penelitian	40
H. Hipotesis Penelitian	40
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A. Jenis Penelitian	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Variabel Penelitian	41
D. Definisi Operasional.....	42
E. Populasi dan Sample	43
1. Populasi	43
2. Sampel	44
3. Teknik sampling	44
F. Instrument Penelitian	44
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	47
1. Uji Validitas	47
2. Uji Reliabilitas.....	47
H. Analisa Data	48
1. Analisa <i>Univariate</i>	48
2. Analisa <i>Bivariate</i>	49
I. Tehnik dan Prosedur Pengumpulan Data	50
1. Tahap Persiapan.....	50
2. Tahap Pengumpulan Data.....	51
3. Tahap Terminasi	51
J. Cara Analisa Data	52
1. <i>Editing</i>	52
2. <i>Coding</i>	52
3. <i>Scoring</i>	53
4. <i>Tabulating</i>	54
5. <i>Data Entry</i>	54
6. <i>Cleaning</i>	54

K. Pertimbangan Etik.....	55
a. <i>Informed Consent</i>	54
b. <i>Anonymity</i>	55
c. <i>Confidentiality</i>	55
d. <i>Veracity</i>	56
e. <i>Justice</i>	56
f. <i>Non-Maleficence</i> (Tidak merugikan)	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	86
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 2.1 Stres menurut beberapa tokoh	9
Tabel 3.1 Definisi Operasional	42
Tabel 3.2 Tabel kisi kisi Kuesioner Stres	46
Tabel 3.3 Tabel kisi - kisi Kuesioner ASI	47
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	63
Tabel 4.4 Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan	65
Tabel 4.5 Tingkat Stres Responden di Bangsal Clement	68
Tabel 4.6 Kelancaran ASI Responden di Bangsal Clement	70
Tabel 4.7 Uji Normalitas menggunakan Shapiro Wilk	81
Tabel 4.8 Hubungan Tingkat Stres dengan Kelancaran ASI.....	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Rumah sakit suaka insan	57
Gambar 4.2 Ruang laktasi ibu nifas	58
Gambar 4.3 Ruang ibu nifas	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Administrasi Perizinan Penelitian	92
Lampiran 2. Proses Pengumpulan Data	96
Lampiran 3. Proses Analisis Data	99
Lampiran 4. Dokumentasi Proses Penelitian	103
Lampiran 5. <i>Timeline</i> Proses Penelitian.....	104
Lampiran 6. Biaya Penelitian.....	105
Lampiran 7. Manuskrip Penelitian.....	106
Lampiran 8. Bukti Konsultasi Skripsi.....	107
Curriculum vitae peneliti	111