

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

Lisa ulfah¹, Septi Machelia C.N², Fransiska dwi hapsari³

email: lisaulfah320@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Stres yang dialami pada masa nifas jika tidak ditangani dengan baik akan berdampak lebih serius mengarah kepada masalah psikologis berat lainnya yang dikenal dengan depresi postpartum. Perasaan ibu dapat menghambat atau akan meningkatkan pengeluaran ASI jika dikaitkan dengan hormon oksitosin yang akan sangat memiliki peran penting dalam proses nifas ibu baik untu proses involusi uterus dan kelancaran ASI (Lenny dkk, 2022). Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan. Dalam hal ini perubahan dan tuntutan yang dialami oleh ibu postpartum adalah kesiapan menjadi orang tua salah satunya adalah merawat dan memberikan nutrisi bayinya dengan baik yaitu dengan menyusui atau pemberian ASI (Novitri, 2021).

Tujuan penelitian: Mengidentifikasi adanya hubungan Tingkat Stres dengan pengeluaran ASI pada Ibu nifas di rumah sakit Suaka Insan Banjarmasin. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode *survey* dengan pendekatan *cross sectional*, di mana data variabel bebas dan terikat dikumpulkan dalam waktu bersamaan (Notoatmodjo, 2018). Pengambilan sample dengan *Non-Probability Sampling*. Sumber data yang digunakan dalam penelitian adalah data primer yang didapatkan dengan cara menggunakan kuesioner. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang bersedia menjadi responden. Pada teknik pengambilan sampel ini cara pengambilan sampel dilakukan teknik *accidental sampling* **Hasil:** hasil nilai signifikansi dari variabel stres dengan kelancaran ASI menggunakan uji statistik *Spearman Rank* yaitu 1,000, dimana nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($1,000 \geq 0,05$) sehingga H_0 Ditolak yang dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan kelancaran ASI.

kesimpulan: Tingkat stres mayoritas pada ibu nifas, masuk dalam kategori sedang sebanyak 86,6%. Kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas mayoritas masuk dalam ketegori tidak lancar sebanyak 73,3%. Hasil hipotesis hubungan antara tingkat stres dengan kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas didapatkan hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rank* didapatkan $1,000 > 0,05$ yang artinya H_0 ditolak atau tidak ada hubungan.

Kata Kunci: Stres masa nifas; Edukasi Ibu *post partum*; Kelancaran ASI;

¹ Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

^{2,3} Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND SMOOTH BREAST MILK PRODUCTION IN POSTPARTUM MOTHERS IN THE CLEMENT ROOM OF SUAKA INSAN HOSPITAL BANJARMASIN IN 2025

Lisa ulfah¹, Septi Machelia C.N², Fransiska dwi hapsari³

email: lisaulfah320@gmail.com

ABSTRACT

Background: Stress experienced during the postpartum period if not handled properly will have a more serious impact leading to other serious psychological problems known as postpartum depression. The mother's feelings can inhibit or increase breast milk production if associated with the hormone oxytocin which will play a very important role in the mother's postpartum process both for the uterine involution process and the smooth flow of breast milk (Lenny et al., 2022). Stress is a disorder of the body and mind caused by changes and demands of life. In this case, the changes and demands experienced by postpartum mothers are readiness to become parents, one of which is caring for and providing good nutrition for their babies, namely by breastfeeding or giving breast milk (Novitri, 2021). **Research objectives:** To identify the relationship between stress levels and breast milk production in postpartum mothers at Suaka Insan Hospital, Banjarmasin. **Method:** This type of research is quantitative research. This study uses a survey method with a cross-sectional approach, where data on independent and dependent variables are collected at the same time (Notoatmodjo, 2018). Sampling with Non-Probability Sampling. The data source used in the study is primary data obtained by using a questionnaire. The sample in this study were postpartum mothers who were willing to be respondents. In this sampling technique, the sampling method used the accidental sampling technique. **Results:** The results of the significance value of the stress variable with the smoothness of breast milk using the Spearman Rank statistical test are 1,000, where the significance value is greater than 0.05 ($1,000 \geq 0.05$) so that H_0 is rejected, which can be concluded that there is no relationship between stress levels and smoothness of breast milk.

Conclusion: The level of stress in the majority of postpartum mothers is in the moderate category of 86.6%. The smoothness of breast milk production in postpartum mothers is mostly in the non-smooth category of 73.3%. The results of the hypothesis of the relationship between stress levels and the smoothness of breast milk production in postpartum mothers obtained statistical test results using Spearman Rank obtained $1,000 > 0.05$, which means that H_0 is rejected or there is no relationship.

Keywords: Postpartum stress;, Postpartum maternal education;, smooth breast milk flow

¹ Student of Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin

^{2,3} Lecture of Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin