

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA IBU MENYUSUI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PANDANARAN KOTA
SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh :

YOLANDA ARIMA LISTYA

NIM 22020119140124

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

2023

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Yolanda Arima Listya

NIM : 22020119140124

Fakultas / Departemen: Kedokteran / Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Gambaran Tingkat Stres pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran Kota Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan / mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Maret 2023

Yang menyatakan



Yolanda Arima Listya

NIM. 22020119140124

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Yolanda Arima Listya
Tempat / Tanggal Lahir : Semarang, 18 Juni 2002
Alamat : Jalan Gergaji Pelem IV No. 2 Semarang
No. Telp : 081229400112
Email : yolaarimalistya1@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran Kota Semarang” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 19% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil – hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, Maret 2023

Yang menyatakan



Yolanda Arima Listya

NIM. 22020119140124

Lembar Persetujuan

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

GAMBARAN TINGKAT STRES PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PANDANARAN KOTA SEMARANG


Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Yolanda Arima Listya

NIM : 22020119140124

Telah disetujui sebagai **laporan penelitian** dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk di *review*

Pembimbing,

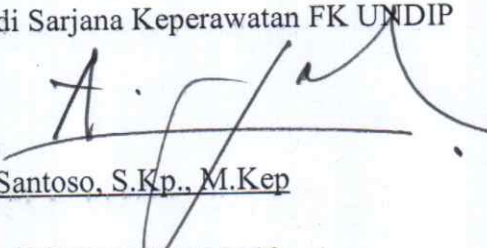


Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197708302001122001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

Lembar Pengesahan

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **skripsi** yang berjudul :
**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS PANDANARAN KOTA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Yolanda Arima Listya

NIM : 22020119140124

Telah diuji pada tanggal 5 April 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk **mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan**

Ketua Penguji,



Sari Sudarmiati, S. Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197906122002122001

Anggota Penguji,



Ns. Dwi Susilawati, S.Kep., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197803112008122001

Pembimbing,



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197708302001122001

Mengetahui,

Plt. Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Gambaran Tingkat Stres pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran Kota Semarang” untuk memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana keperawatan di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat ketidaksempurnaan. Kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan untuk memperbaiki dan menyempurnakan penelitian skripsi yang telah dilaksanakan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan.

Semarang, Maret 2023

Penulis



Yolanda Arima Listya

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan dengan baik dan lancar tanpa bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat, selaku Plt. Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip dan dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis serta memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep, selaku ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang telah memberikan sarana dan prasarana kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik dan lancar.
3. Ibu Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat, selaku dosen penguji I yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Ns. Dwi Susilawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat, dosen penguji II yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip atas ilmu dan pengetahuan yang telah diajarkan dan diberikan.
6. Seluruh staf Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip yang telah memberikan fasilitas dengan baik.

7. Kepala Puskesmas Pandanaran, Ibu Lani Ahli Gizi KIA Puskesmas Pandanaran, dan enumerator yang telah memberikan izin penelitian dan membantu penulis dalam pelaksanaan penelitian ini.
8. Kedua orang tua penulis yang telah memberikan kasih sayang, perhatian, motivasi, dan doa yang selalu mengiringi langkah penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
9. Diri saya sendiri yang telah kooperatif dan semangat dalam melewati proses penyusunan skripsi ini.
10. Teman seperjuangan penulis yaitu Adinda Ayu Permatasari, Clarissa Rofi'a Syahla Putri, dan Mutiara Rahma Shafitri yang selalu membantu penulis, mendukung, dan memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
11. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Semarang, Maret 2023

Penulis



Yolanda Arima Listya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	ii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5

1.3.2	Tujuan Khusus	5
1.4	Manfaat penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....		7
2.1	Stres Ibu Menyusui.....	7
2.1.1	Definisi.....	7
2.1.2	Aspek Stres	7
2.1.3	Tahapan Stres	8
2.1.4	Klasifikasi Stres	10
2.1.5	Faktor yang Mempengaruhi Stres	10
2.1.6	Stres Pada Ibu Menyusui.....	12
2.1.7	Dampak Stres Ibu Menyusui.....	13
2.2	Ibu Menyusui.....	13
2.2.1	Definisi.....	13
2.2.2	Manfaat Ibu Menyusui	14
2.2.3	Faktor Pengaruh Keberhasilan Ibu Menyusui.....	15
2.3	Kerangka Teori.....	20
2.4	Kerangka Konsep	21
BAB III METODE PENELITIAN		22
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	22
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	22

3.2.1	Populasi Penelitian.....	22
3.2.2	Sampel Penelitian.....	22
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	24
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	24
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	26
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	29
3.7	Etika Penelitian.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		32
4.1	Gambaran Umum Penelitian	32
4.2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	32
4.3	Gambaran Tingkat Stres pada Ibu Menyusui	34
BAB V PEMBAHASAN		39
5.1	Karakteristik Responden	39
5.1.1	Usia	39
5.1.2	Pendidikan.....	40
5.1.3	Pekerjaan.....	40
5.1.4	Status Paritas	41
5.1.5	Usia Bayi.....	42
5.2	Tingkat Stres pada Ibu Menyusui.....	43
5.3	Keterbatasan Penelitian	48

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
6.1 Kesimpulan.....	49
6.2 Saran.....	50
Daftar Pustaka.....	52
Lampiran	xviii

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	24
Tabel 3. 2	Skala Kuesioner <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS).....	26
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Menyusui	32
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Kategori Tingkat Stres Ibu Menyusui	34
Tabel 4. 3	Karakteristik Ibu Menyusui Berdasarkan Kategori Tingkat Stres	34
Tabel 4. 4	Distribusi Frekuensi Jawaban Item Stres pada Ibu Menyusui	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Penelitian.....	20
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Izin Penggunaan Kuesioner	xviii
Lampiran 2 Surat Izin Permohonan Studi Pendahuluan	xix
Lampiran 3 Surat Penerimaan Izin Studi Pendahuluan.....	xx
Lampiran 4 <i>Ethical Clearance</i>	xxi
Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Penelitian	xxii
Lampiran 6 Surat Penerimaan Izin Penelitian	xxiii
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i>	xxiv
Lampiran 8 Instrumen Penelitian	xxvi
Lampiran 9 Analisis Data.....	xxx
Lampiran 10 Jadwal Konsultasi	xxxvii
Lampiran 11 Catatan Hasil Konsultasi.....	xxxvii
Lampiran 12 Jadwal Penelitian	xlii

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Maret, 2023

ABSTRAK

Yolanda Arima Listya

Gambaran Tingkat Stres pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran Kota Semarang

xvii + 60 Halaman + 6 Tabel + 2 Gambar + 12 Lampiran

Menyusui merupakan proses pemberian air susu ibu (ASI) yang diberikan oleh ibu kepada bayi atau anak. Stres pada ibu menyusui merupakan kondisi ketika ibu menyusui mengalami adanya stimulus tekanan, ketegangan, dan hal – hal lainnya yang mengganggu serta mempengaruhi diri dalam terjadinya stres sehingga dapat menjadi hambatan saat menyusui anaknya. Kondisi stres pada ibu menyusui sering dikaitkan dengan proses menyusui. Apabila dibiarkan stres pada ibu dapat menyebabkan kendala dalam proses menyusui. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada ibu menyusui. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan deskriptif. Total sampel dari penelitian ini adalah 120 responden yang terdiri dari ibu menyusui 1-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* yang diisi melalui media *gform* dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat stres pada ibu menyusui 1-6 bulan yaitu sebesar 77,5% stres sedang, 11,7 % stres berat, dan 10,8% stres ringan. Diharapkan pada ibu menyusui untuk mempelajari edukasi menghadapi kendala yang dialami saat menyusui sehingga dapat meminimalisir tingkat stres.

Kata Kunci : Menyusui, Stres, Ibu Menyusui

Daftar Pustaka : 60 (2012-2021)

Departement of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
March, 2023

ABSTRACT

Yolanda Arima Listya

Overview of The Stress Level of Breastfeeding Mothers in Pandanaran Public Health Center Working Areas Semarang City

xvii + 60 Pages + 6 Tables + 2 Pictures + 12 Attachments

Breastfeeding is the process of feeding mother's milk water to a baby or child. Stress in breastfeeding mothers is a condition in which breastfeeding mothers experience stress stimuli, tension, and other hal that interfere with and affect themselves in the occurrence of stress and thus may be a hindrance to breastfeeding their children. Stress conditions in breastfeeding mothers are often associated with the breastfeeding process. Being left with stress in the mother can cause problems in the breastfeeding process. The purpose of this study is to identify the level of stress in breastfeeding mothers. This study is a quantitative study with descriptive design. The total sample from this study was 120 respondents consisting of 1-6 month breastfeeding mothers in the Pandanaran Public Health Center Working Area. Data retrieval was performed using the Perceived Stress Scale questionnaire by gform and analyzed using descriptive statistics. The results of this study showed a 1 to 6 month-old breastfeeding rate of 77.5% moderate stress, 11.7% severe stress, and 10.8% mild stress. Recommended for breastfeeding mothers to study the relationship between education and breastfeeding so that they can minimize the level of stress.

Keywords : Breastfeeding, Stress, Breastfeeding Mother

References : 60 (2012-2021)