



**HUBUNGAN TINGKAT STRES IBU MENYUSUI TERHADAP
KEBERHASILAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI DESA
LEYANGAN KABUPATEN SEMARANG**

SKRIPSI

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan

Oleh :

Saskia Inggar Pertiwi

151211011

**KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN TINGKAT STRES IBU MENYUSUI TERHADAP
KEBERHASILAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI DESA LEYANGAN
KABUPATEN SEMARANG

Oleh :

Saskia Inggar Pertiwi

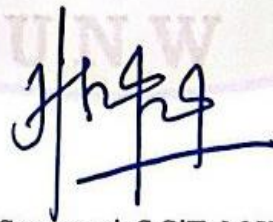
151211011

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 4 Agustus 2025

Pembimbing



Heni Setyowati.,S.SiT.,M.Kes.
NIDN.0617038002

HALAMAN PENGESAHAN
Skripsi Berjudul
HUBUNGAN TINGKAT STRESS IBU MENYUSUI
TERHADAP KEBERHASILAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF
DI DESA LEYANGAN KABUPATEN SEMARANG

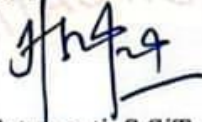
Disusun Oleh:
Saskia Inggar Pertiwi
151211011

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kebidanan
Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 7 Agustus 2025

Tim pengujj : Ketua/Pembimbing



Heni Setyowati, S.SiT., M.Kes.
NIDN.0617038002

Anggota / Penguji 1



Hapsari Windayanti, S.SiT., M.Keb
NIDN 0628018401

Anggota / Penguji 2



Risma Aliviani Putri, S.SiT., MPH
NIDN. 0604068803

Ketua Program Studi



Luvi Dian Affiyani, S.SiT., M. Kes
NIDN. 0627048302



Dekan Fakultas



Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan dibawah ini saya,

Nama : Saskia Inggar Pertiwi

NIM : 151211011

Program Studi : S1 Kebidanan Reguler

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang berjudul “ Hubungan Tingkat Stres Ibu Menyusui Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Leyangan” adalah skripsi asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak membuat karya atau pendapatan orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo

Pembimbing

Heni Setyowati.,S.SiT.,M.Kes.

NIDN.0617038002

Ungaran, 31 Juli 2025

Yang membuat



Saskia Inggar Pertiwi

NIM. 151211011

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Saskia Inggar Pertiwi

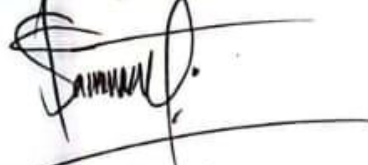
Nim : 151211011

Program Studi : S1 Kebidanan Reguler

Menyatakan memberi wewenang kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“Hubungan Tingkat Stres ibu menyusui Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Leyangan ”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 31 Juli 2025

Yang membuat pernyataan



Saskia Inggar Pertiwi

151211011

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Data Pribadi:

Nama : Saskia Inggar Pertiwi
Tempat, Tanggal Lahir : Tangerang, 18 Oktober 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jalan Sentani, No. 4 RT 2/RW 8, Kelurahan Beji, Kecamatan Ungaran Timur, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia.

Riwayat Pendidikan:

1. MI Islamiyah Repaking : 2009-2010
2. MI Ma'arif Beji : 2011-2016
3. SMPN 2 Ungaran : 2016-2018
4. SMAN 2 Ungaran : 2018-2021
5. Universitas Ngudi Waluyo : 2021-2025

Data Orang Tua:

Nama ayah : Sanwani
Nama ibu : Dwi Hastuti Suseno
Pekerjaan : Wiraswasta
Alamat : Jalan Sentani, No. 4 RT 2/RW 8, Kelurahan Beji, Kecamatan Ungaran Timur, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia.

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Skripsi
Saskia Inggar Pertiwi, Heni Setyowati
151211011

HUBUNGAN TINGKAT STRESS IBU MENYUSUI TERHADAP KEBERHASILAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DI DESA LEYANGAN KABUPATEN SEMARANG

ABSTRAK

Latar belakang : Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama sangat penting untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan, dan perlindungan imunologis bayi. Namun, cakupan ASI eksklusif di Desa Leyangan pada tahun 2024 hanya sebesar 33,3%, jauh di bawah target WHO sebesar 70%. Wawancara awal menunjukkan bahwa baik ibu bekerja maupun ibu rumah tangga mengalami stres dengan pemicu yang berbeda, mulai dari tuntutan pekerjaan, tekanan ekonomi, hingga kekhawatiran terhadap kecukupan ASI. Tingkat stres ibu merupakan salah satu faktor internal yang dapat memengaruhi keberhasilan menyusui, karena stres dapat mengganggu refleksi let-down dan menurunkan produksi ASI. Oleh karena itu, penting untuk meneliti hubungan antara tingkat stres ibu menyusui dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil secara *purposive sampling* dari 40 ibu yang memiliki bayi usia 6–12 bulan di Desa Leyangan, Kabupaten Semarang. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner Perceived Stress Scale (PSS) dan lembar observasi keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Analisis data menggunakan uji *Fisher Exact Test* dengan tingkat signifikansi $p\text{-value} < 0,006$.

Hasil : Mayoritas responden berada pada kategori stres sedang (57,5%), diikuti stres rendah (25%) dan stres tinggi (17,5%), dengan keberhasilan ASI eksklusif 65% dan kegagalan 35%. Uji Fisher Exact Test ($p = 0,006$) menunjukkan hubungan signifikan, di mana stres rendah memiliki keberhasilan tertinggi (100%) dan stres tinggi terendah (14,3%). Tingkat stres dipengaruhi karakteristik responden: usia produktif 20–35 tahun cenderung stres lebih tinggi akibat tuntutan peran ganda, ibu primipara karena kurang pengalaman mengasuh bayi, ibu bekerja karena tekanan pekerjaan dan keterbatasan waktu menyusui, serta ibu tidak bekerja karena kelelahan fisik, tekanan ekonomi, dan kekhawatiran kecukupan ASI.

Simpulan : Berdasarkan penelitian terhadap 40 ibu menyusui di Desa Leyangan, diketahui bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan keberhasilan pemberian ASI eksklusif (uji Fisher, $p = 0,006$). Keberhasilan menyusui tertinggi terdapat pada ibu dengan stres rendah (100%) dan menurun drastis pada stres tinggi (14,3%). Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres, semakin rendah keberhasilan ASI eksklusif yang menandakan pentingnya deteksi dini stres serta dukungan emosional dan lingkungan untuk meningkatkan keberhasilan menyusui.

Kata Kunci : Stres, Ibu Menyusui, ASI Eksklusif, Keberhasilan Menyusui

University Of Ngudi Waluyo
Bachelor Program in Midwifery, Faculty of Health Sciences
Saskia Inggar Pertiwi, Heni Setyowati
151211011

THE RELATIONSHIP BETWEEN MATERNAL STRESS LEVELS AND THE SUCCESS OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING IN LEYANGAN VILLAGE, SEMARANG REGENCY

ABSTRACT

Background: Exclusive breastfeeding for the first six months is very important to support the growth, development, and immunological protection of infants. However, the exclusive breastfeeding coverage in Leyangan Village in 2024 was only 33.3%, which is far below the WHO target of 70%. Preliminary interviews revealed that both working mothers and housewives experience stress triggered by different factors, ranging from work demands and economic pressure to concerns about the adequacy of breast milk. Maternal stress levels are one of the internal factors that can affect breastfeeding success, as stress can disrupt the let-down reflex and reduce milk production. Therefore, it is important to study the relationship between maternal stress levels and the success of exclusive breastfeeding.

Methods: This study is a quantitative research with a cross-sectional approach. The sample was purposively selected from 40 mothers who have infants aged 6–12 months in Leyangan Village, Semarang Regency. Data were collected using the Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire and an observation sheet to assess the success of exclusive breastfeeding. Data analysis was performed using the Fisher Exact Test with a significance level of p -value < 0.006 .

Results: The majority of respondents were in the moderate stress category (57.5%), followed by low stress (25%) and high stress (17.5%), with an exclusive breastfeeding success rate of 65% and failure rate of 35%. The Fisher Exact Test ($p = 0.006$) showed a significant relationship, where low stress had the highest success rate (100%) and high stress the lowest (14.3%). Stress levels were influenced by respondent characteristics: mothers of productive age (20–35 years) tended to experience higher stress due to multiple role demands; primiparous mothers due to lack of experience in caring for infants; working mothers due to work pressure and limited breastfeeding time; and non-working mothers due to physical fatigue, economic pressure, and concerns about breast milk adequacy.

Conclusion: Based on a study of 40 breastfeeding mothers in Leyangan Village, a significant relationship was found between stress levels and the success of exclusive breastfeeding (Fisher's test, $p = 0.006$). The highest breastfeeding success was observed in mothers with low stress (100%), which drastically decreased in those with high stress (14.3%). This study indicates that the higher the stress level, the lower the success of exclusive breastfeeding, highlighting the importance of early stress detection as well as emotional and environmental support to improve breastfeeding success.

Keywords: Stress, Breastfeeding Mothers, Exclusive Breastfeeding, Breastfeeding Success

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Hubungan Tingkat Stress Ibu Menyusui Terhadap Keberhasilan Pemberian Asi Eksklusif Di Desa Leyangan Kabupaten Semarang”**.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara moral maupun spritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

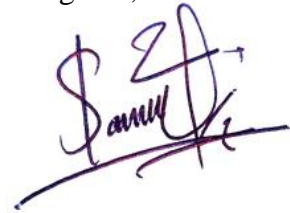
1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Luvi Dian, S.SiT., M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Heni Setyowati, S.Si.T.M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan petunjuk, arahan dan bimbingan dalam proses penyusunan skripsi ini hingga dapat terselesaikan.
5. Seluruh dosen dan staff program studi sarjana kebidanan universitas ngudi waluyo yang telah membantu selama pembelajaran dan penyelesaian Tugas Akhir.
6. Pihak Puskesmas Leyangan yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
7. Orang tua penulis bapak Sanwani dan Ibu Dwi Hastuti Suseno yang penuh kesabaran selalu memberikan dukungan secara moril maupun material serta tidak pernah lelah mengiringi penulis dengan doa selama perkuliahan sampai proses penyusunan skripsi ini selesai.
8. Seluruh teman-teman Program Studi S1 Kebidanan Angkatan 2021 yang selalu memberi semangat selama 8 semester menuntut ilmu di Universitas Ngudi Waluyo.
9. Sahabat-sahabat tercinta yakni Dewi Setiyani, Emi Rafita Sari, Ulfi Amalia, Maria Jessyca, Diah Ayu Maharani dan Shinta Anggraeni yang selalu memberi semangat mendengar keluh kesah peneliti, menciptakan gelak tawa, menemani saya serta memberikan motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat waktu.
10. Ucapan terima kasih secara khusus penulis sampaikan kepada saudara Feri Akbar yang telah hadir sebagai sumber semangat dan kekuatan dalam setiap proses penyusunan karya ini. Terima kasih atas segala waktu, tenaga, dan materi yang telah dicurahkan, serta atas ketulusan dukungan yang diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Kehadiran dan perhatian yang senantiasa diberikan menjadi motivasi berharga yang membuat penulis mampu melalui setiap tahap dengan penuh keyakinan.

11. Penulis juga ingin menyampaikan terima kasih kepada diri sendiri. Terima kasih telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah meskipun sering merasa lelah dan ragu. Terima kasih telah berani melangkah meski jalannya tidak selalu terang. Skripsi ini bukan hanya hasil akademik, tetapi juga simbol dari ketekunan, keberanian, dan pertumbuhan pribadi.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulia sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, karena keterbatasan kemampuan dan waktu yang penulis miliki. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih banyak semua pihak yang telah membantu. Penulis berharap skripsi ini bisa memberikan manfaat bagi pembacanya khususnya dalam bidang kesehatan.

Ungaran, 31 Juli 2025

A handwritten signature in purple ink, appearing to be 'Samudra', with a large, stylized initial 'S' and 'A' above it. The signature is written over a horizontal line.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	1
HALAMAN PERSETUJUAN.....	2
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK.....	7
<i>ABSTRACT</i>	8
KATA PENGANTAR	9
DAFTAR ISI.....	11
DAFTAR GAMBAR.....	13
DAFTAR TABEL.....	14
DAFTAR LAMPIRAN.....	15
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teori	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Teori	73
C. Kerangka Konsep	73
D. Hipotesis Penelitian	74
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi	Error! Bookmark not defined.
D. Sampel	Error! Bookmark not defined.
E. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
F. Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
G. Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
H. Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
I. Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Keterbatasan Penelitian	106
BAB V PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	110
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2. 1 Pembentukan Garis Mamae **Error! Bookmark not defined.**
Gambar 2. 2 tahapan perkembangan kelenjar mammae setelah kelahiran **Error! Bookmark not defined.**
Gambar 2.3 Anatomi Payudara Wanita **Error! Bookmark not defined.**
Gambar 2. 4 Refleks Prolaktin..... **Error! Bookmark not defined.**
Gambar 2. 5 Refleks *Let-down* **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Lama Penyimpanan ASI Berdasarkan Tempat Penyimpanan menurut (IDAI, 2019).....	50
Tabel 2. 2	Kerangka Teori.....	73
Tabel 2. 3	Kerangka Konsep	73
Tabel 3. 1	Definisi Operasional.....	78
Tabel 4. 1	Distribusi karakteristik responden di Desa Leyangan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Jawaban Responden terhadap Skala Perceived Stress (PSS-10) Berdasarkan Tingkat Skor (0–4)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3	Distribusi Kategori Tingkat Stres Ibu di Desa Leyangan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4	Distribusi Tingkat Stres dengan Karakteristik Responden di Desa Leyangan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5	Distribusi Kategori ASI Eksklusif responden di Desa Leyangan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 6	Hubungan Tingkat Stres Ibu Menyusui dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif di Desa Leyangan, Kabupaten Semarang	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 Surat Penelitian dan Mencari Data.... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian dan Mencari Data **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5 Surat Balasan Ethical Clearance **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6 TOEFL..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7 Kuesioner..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8 Surat Plagiarisme Turnitin..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9 Surat Permohonan Menjadi Responden **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10 Tabulasi **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11 Hasil Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 12 Permohonan Izin Penggunaan Kuesioner ASI Eksklusif **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 13 Dokumentasi..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi **Error! Bookmark not defined.**