

**HUBUNGAN *POSTPARTUM BLUES* DENGAN KECUKUPAN ASI PADA
IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANGBINANGUN
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI



DIYAH RAHAYU
NIM. 15.02.01.1946

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2018

**HUBUNGAN *POSTPARTUM BLUES* DENGAN KECUKUPAN ASI PADA
IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANGBINANGUN
KABUPATEN LAMONGAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1-Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

**DIYAH RAHAYU
NIM. 15.02.01.1946**

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
FALKUTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN
2018**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : DIYAH RAHAYU
NIM : 15.02.01.1946
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 02 DESEMBER 1996
INSTITUSI : PRODI SI KEPERAWATAN FAKULTAS
ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul: “Hubungan *Postpartum Blues* Dengan Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan” adalah bukan Karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 21 April 2019

Yang menyatakan



DIYAH RAHAYU
NIM. 15.02.01.1946

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : DIYAH RAHAYU

NIM : 15.02.01.1946

Judul : HUBUNGAN *POSTPARTUM BLUES* DENGAN KECUKUPAN
ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN


Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
tanggal: 14 Mei 2019

Oleh :

Mengetahui:

Pembimbing I

Pembimbing II



Diah Eko Martini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19800307 200809 044

Heni Ekawati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19850724 200809 041

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh : DIYAH RAHAYU
NIM : 15.02.01.1946
Judul : HUBUNGAN *POSTPARTUM BLUES* DENGAN KECUKUPAN ASI PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANGBINANGUN KABUPATEN LAMONGAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi
Di Progam Studi S1-Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal: 14 Mei 2019

PANITIA PENGUJI

Tanda tangan

Ketua	: Moh. Saifudin, S.Kep, Ns., S.Psi., M.Kes 
Anggota	: 1. Diah Eko Martini, S.Kep., Ns., M.Kep 
	2. Heni Ekawati, S.Kep, Ns., M.Kep 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan



Arifal Aris, S.Kep., Ns., M. Kes.
NIK. 197980821 200601 015

CURICULUM VITAE

Nama : DIYAH RAHAYU

Tempat, Tgl. Lahir : Lamongan, 02 Desember 1996

AlamatRumah : Dusun Moro 02/01 Desa Moro Calan kecamatan Glagah
Kabupaten Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

RiwayatPendidikan :

1. TK Aisyiyah Bustanul Athfal 45 Moro Calan (Lulus Tahun 2003)
2. Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Moro calan (Lulus Tahun 2009)
3. SMP Negeri 4 Lamongan (Lulus Tahun 2012)
4. SMK Kesehatan Insan Bhakti Husada Lamongan (Lulus Tahun 2015)
5. Progam Studi S1 Keperawatan Universitas
Muhammadiyah Lamongan (Lulus Tahun 2019)

MOTTO

"sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu lah hendaknya kamu berharap"

(QS. Al-Isyiroh: 6-8)

..... ∞

"Semua orang sama, diberikan kekurangan dan kelebihan oleh-Nya. Maka ketika orang lain mampu melakukan sesuatu yang hebat kenapa kita tidak mampu melakukannya. Tetaplah berjuang dan berdo'a kesuksesan yang sejati akan kita dapatkan"

(dya)

..... ∞

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin atas ridho Allah SWT saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Semua yang ku raih akan ku persembahkan untuk kedua orang tuaku tercinta, atas usaha serta jerih payah dan do'anya yang tiada henti-hentinya diberikan kepadaku sehingga dapat mencapai cita-cita yang saya harapkan. Untuk kakak-kakakku tersayang atas arahan dan motivasinya yang selalu diberikan padaku. Dan untuk teman-teman pemberi support yang tidak bisa kusebutkan satu persatu.



Sukron kasiron ^_^

ABSTRAK

Rahayu, Diah. 2019. **Hubungan *Postpartum Blues* Dengan Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan.** Skripsi Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing 1) Diah Eko Martini, S.Kep, Ns., M.Kep. Pembimbing 2) Ihda Mauliyah, S.ST., M.Kes.

Pada awal masa nifas terjadi perubahan fisiologis dan psikologis pada ibu, perubahan itu membuat ibu nifas beresiko mengalami *postpartum blues* yang akan berpengaruh pada kecukupan ASI sehingga bayi tidak mendapatkan gizi yang cukup. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan *Postpartum Blues* dengan kecukupan ASI pada ibu nifas di wilayah kerja puskesmas Karangbinangun. Desain penelitian menggunakan *Analytic Correlation* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi adalah ibu nifas pada Februari sampai Maret 2019 dengan teknik sampling *Consecutive Sampling* didapatkan sampel sebesar 38 responden. Alat pengumpulan data dengan EPDS dan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan uji statistik *Spearman Rank.*, dengan tingkat kemaknaan $\alpha \leq 0,005$.

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari sebagian (68,4%) ibu nifas tidak mengalami *Postpartum Blues* dan lebih dari sebagian (60,5%) ibu nifas mengalami ASI yang cukup. Hasil uji statistik didapatkan $p = 0,002 < 0,05$ maka H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan adanya hubungan *Postpartum Blues* Dengan Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan.

Upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah ketidakcukupan ASI antara lain memenuhi kebutuhan nutrisi, meningkatkan frekuensi menyusui, dan hindari gangguan psikologis ibu.

Kata Kunci: *postpartum blues*, kecukupan ASI

ABSTRACT

Rahayu, Diah. 2019. **The Relationship Between Postpartum Blues And Breast Milk Adequacy In Postpartum Mothers In Karangbinangun Health Center, Lamongan Regency.** Thesis Muhammadiyah University Lamongan. Advisor 1) Diah Eko Martini, S.Kep, Ns., M.Kep. Advisor 2) Ihda Mauliyah, S.ST., M.Kes.

At the beginning of the puerperium there are physiological and psychological changes in mothers. These change makes the postpartum mothers are at risk of experiencing postpartum blues which will affect breast milk adequacy so that the baby does not get enough nutrition. The purpose of this study was to analyze the relationship between Postpartum Blues and breast milk adequacy in postpartum mothers in Karangbinangun health center. The design of this study was analytic-cross sectional. The population was postpartum mothers from February to March 2019 with the consecutive sampling technique obtained by a sample of 38 respondents. EPDS and observation sheets were used to collect the data, which were then analyzed by Spearman Rank statistical test, with the level of significance $\alpha \leq 0.005$.

The results showed that more than half (68.4%) of postpartum mothers did not experience Postpartum Blues and more than half (60.5%) of postpartum mothers had adequate breast milk. The results of statistical tests obtained $p = 0.002 < 0.05$, then H_0 was rejected. This shows that there was the relationship between Postpartum Blues and breast milk adequacy in Postpartum Mothers in the Work Area of Karangbinangun Health Center, Lamongan Regency.

Efforts that can be made to overcome the problem of breast milk inadequate include meeting nutritional needs, increasing the frequency of breastfeeding and avoiding psychological disorders of the mother.

Keywords: Postpartum blues, Breast milk adequacy

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Postpartum Blues* Dengan Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini disusun penulis sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana. Dalam penyusunan, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Drs. Budi Utomo, Amd. Kep. M.Kes, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. dr. Hilda selaku Kepala UPT Puskesmas Karangbinangun yang telah memberikan ijin untuk penelitian.
3. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku Dekan Falkutas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku kaprodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
5. Diah Eko Martini, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
6. Ihda Mauliyah, S.ST., M.Kes, selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan morils elama penyusunan skripsi ini.

7. Kedua orangtua dan semua keluarga yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, do'a, semangat serta bimbingannya untuk keberhasilan penulis.
8. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materil demi terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT member balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 21 April 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
CURRICULUM VITAE	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR SIMBOL	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	
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.....	5
1.4.1 Bagi akademis	5
1.4.2 Praktisi	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Nifas	7
2.1.1 Pengertian.....	7
2.1.2 Tahapan Masa Nifas	7
2.1.3 Perubahan Fisiologis Pada Masa Nifas	8
2.1.4 Perubahan Psikologis Pada Masa Nifas.....	12
2.1.5 Gangguan Psikologis Masa Nifas	12
2.2 Konsep Kecukupan ASI	13
2.2.1 Pengertian	13
2.2.2 Proses Terbentuknya ASI.....	14
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kecukupan ASI.....	15
2.2.4 Tanda Cukup ASI	17
2.3 Konsep <i>Postpartum Blues</i>	18
2.3.1 pengertian	18
2.3.2 Waktu Dan Durasi <i>Postpartum Blues</i>	19
2.3.3 Gejala <i>Postpartum Blues</i>	19

2.3.4 Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya <i>Postpartum Blues</i> ...	20
2.3.5 Dampak <i>Postpartum Blues</i>	20
2.3.6 penanganan <i>Postpartum Blues</i>	22
2.3.7 Skrining <i>Postpartum Blues</i>	22
2.4 Kerangka Konsep	23
2.5 Hipotesis Penelitian	25

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	26
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	26
3.3 Kerangka Kerja	27
3.4 Identifikasi Variabel	28
3.5 Definisi Operasional	28
3.6 Populasi, Sampel, dan Sampling	30
3.6.1 Populasi Penelitian	30
3.6.2 Sampel Penelitian	30
3.6.3 Sampling Penelitian	31
3.7 Pengumpulan, Pengelolaan dan Analisis Data	31
3.7.1 Pengumpulan Data	31
3.7.2 Instrumen Penelitian	32
3.7.3 Pengolahan Data	32
3.7.4 Analisa Data	34
3.8 Etika Penelitian	34
3.8.1 <i>Informend Consent</i>	35
3.8.2 <i>Anonimity</i>	35
3.8.3 <i>Confidentiality</i>	35

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	37
4.1.1 Data Umum	37
4.1.2 Data khusus	40
4.2 Pembahasan	42
4.2.1 <i>Postpartum Blues</i> Pada Ibu Nifas.....	42
4.2.2 Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas.....	44
4.2.3 Hubungan <i>Postpartum Blues</i> Dengan Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas	45

BAB 5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan	48
5.2 Saran	48

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi operasional Hubungan <i>Postpartum Blues</i> Dengan Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan.....	29
Tabel 4.1 Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	38
Tabel 4.2 Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Pendidikan Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	39
Tabel 4.3 Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Pekerjaan Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	39
Tabel 4.4 Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Paritas ibu Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	40
Tabel 4.5 Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Kejadian <i>Postpartum Blues</i> Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	40
Tabel 4.6 Distribusi Ibu Nifas Berdasarkan Kecukupan ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	41
Tabel 4.7 Hubungan <i>Postpartum Blues</i> Dengan Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan <i>Postpartum Blues</i> Dengan Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang binangun Kabupaten Lamongan.....	24
Gambar 3.1 Kerang kakerja penelitian Hubungan <i>Postpartum Blues</i> Dengan Kecukupan Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangbinangun Kabupaten Lamongan.....	27

LAMPIRAN – LAMPIRAN

Lampiran 1 : Jadwal Penyusunan Skripsi

Lampiran 2 : Surat permohonan Survey Awal dari Universitas Muhammadiyah
Lamongan

Lampiran 3 : Surat Balasan ijin Survey Awal dari Puskesmas Karangbinangun

Lampiran 4 : Surat Permohonan Penelitian Dari Universitas Muhammadiyah
Lamongan

Lampiran 5 : Surat Rekomendasi Penelitian dari KESBANGPOL

Lampiran 6 : Surat Ijin Penelitian Dari Dinas Kesehatan Lamongan

Lampiran 7 : Surat Ijin penelitian Dari Pukesmas Karangbinangun

Lampiran 8 : Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 9: Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 10: Lembar Kuesioner Penelitian

Lampiran 11: Petunjuk Penilaian Kuesioner EPDS

Lampiran 12: Lembar Observasi Penelitian

Lampiran 13: Tabulasi Data

Lampiran 14: Hasil SPSS

Lampiran 15: Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 1

Lampiran 16: Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 2

DAFTAR SINGKATAN

AA	: <i>Arachidonic Acid</i>
ACTH	: <i>Adrenokortikotropik Hormon</i>
ASI	: Air Susu Ibu
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Factor</i>
DHA	: <i>Decosahexanoic Acid</i>
dr	: Dokter
Drs	: Doktorandes
EPDS	: <i>Edinburgh Postpartum Depression Scale</i>
H1	: Terdapat hubungan yang signifikan
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
SDKI	: Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Keatas
SPSS	: <i>Statistical Product And Service Solution</i>
S. Kep	: Sarjana Keperwatan
S.ST	: Sarjana Sains Terapan
Ns	: Ners
M.Kep	: Magister Keperawatan
M.Kes	: Magister Kesehatan
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
NIK	: Nomor Induk Kerja
NO	: Nomor

DAFTAR SIMBOL

-	: Sampai
%	: Persen
=	: Sama dengan
\leq	: Kurang dari sama dengan
\geq	: Lebih dari Sama Dengan
<	: kurang dari
>	: lebih dari
P	: Proporsi
$\sum x$: Jumlah responden sesuai kategori
N	: banyaknya responden
n	: jumlah pasangan <i>spearman rank</i>
d^2	: selisih setiap pasangan <i>rank</i>
r_s	: nilai korelasi <i>spearman rank</i>