

Original Article

Analisis Tingkat Kelelahan Postpartum terhadap Motivasi Pemberian ASI

Analysis of Postpartum Fatigue Levels on Breastfeeding Motivation

Elvina Amelia Hapsari^{1*}, Irawati Indrianingrum¹, Noor Azizah¹

¹ Universitas Muhammadiyah Kudus, Jawa Tengah, Indonesia

*Corresponding Email: elvinaameliaa61@gmail.com

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding is an essential intervention to improve infant health, yet its achievement in many regions remains below established targets. Postpartum mothers frequently experience fatigue resulting from physiological and psychological changes, insufficient rest, and the demands of adapting to a new maternal role, which may affect their motivation to breastfeed. The purpose of this study was to analyze the relationship between postpartum fatigue and breastfeeding motivation among postpartum mothers who attended Srikandi Husada Kudus Clinic.

This study employed a cross-sectional design with a quantitative, observational-analytic approach. The sample consisted of postpartum mothers on days 3 to 7 after childbirth, selected purposively based on predetermined inclusion and exclusion criteria. Sample characteristics included age, education level, employment status, type of delivery, parity, and breastfeeding method. The variables analyzed were postpartum fatigue (independent) and breastfeeding motivation (dependent). Data were collected using standardized questionnaires and analyzed using univariate and bivariate methods, including the Spearman Rho test.

The findings showed that most postpartum mothers on days 3 to 7 experienced severe postpartum fatigue with relatively low breastfeeding motivation. The results also indicated a tendency that the higher the fatigue experienced by mothers, the lower their motivation to breastfeed, particularly during the early postpartum phase.

This study indicates that postpartum fatigue in the early puerperium is closely associated with low maternal motivation to breastfeed. Therefore, early identification of fatigue and optimization of breastfeeding support from the beginning of the postpartum period are necessary to improve breastfeeding success.

Keywords: Postpartum Fatigue; Breastfeeding Motivation; Exclusive Breastfeeding; Maternal Fatigue; Puerperium

ABSTRAK

Pemberian ASI eksklusif merupakan intervensi esensial untuk meningkatkan derajat kesehatan bayi, namun pencapaiannya di berbagai wilayah masih belum memenuhi target. Ibu pascapersalinan sering mengalami kelelahan akibat perubahan fisiologis dan psikologis, kurang istirahat, serta tuntutan adaptasi terhadap peran baru sebagai ibu, sehingga berpotensi memengaruhi motivasi menyusui. Studi ini bertujuan menelaah korelasi antara tingkat kelelahan postpartum dan motivasi pemberian ASI pada ibu postpartum di Klinik Srikandi Husada Kudus.

Riset ini menggunakan desain cross-sectional dengan metode kuantitatif analitik observasional. Sampel penelitian melibatkan ibu nifas hari ke-3 hingga ke-7 yang dipilih secara purposif sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Karakteristik sampel meliputi usia, pendidikan, status pekerjaan, jenis persalinan, paritas, serta metode pemberian ASI. Variabel yang dianalisis ialah tingkat kelelahan postpartum sebagai

variabel independen dan motivasi pemberian ASI sebagai variabel dependen. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstandar dan dianalisis secara univariat serta bivariat dengan uji Spearman Rho.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu nifas hari ke-3 hingga ke-7 mengalami kelelahan postpartum tingkat berat dengan motivasi pemberian ASI yang relatif rendah. Hasil studi juga memperlihatkan kecenderungan bahwa semakin meningkat kelelahan yang dirasakan ibu, semakin menurun motivasi mereka dalam memberikan ASI, terutama pada fase awal nifas.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kelelahan postpartum pada periode awal masa nifas berkaitan penting dengan rendahnya motivasi ibu dalam menyusui. Oleh karena itu, identifikasi dini kelelahan dan optimalisasi dukungan menyusui sejak awal postpartum perlu dilakukan untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI.

Kata Kunci: Kelelahan Postpartum; Motivasi Pemberian ASI; Ibu Postpartum; ASI Eksklusif; Masa Nifas

Submit: February 17, 2026 | **Accepted:** June 25, 2026 | **Online:** July 1, 2026

Citation: Hapsari, E. A., Indrianingrum, I., & Azizah, N. (2026). Analisis Tingkat Kelelahan Postpartum terhadap Motivasi Pemberian ASI: Analysis of Postpartum Fatigue Levels on Breastfeeding Motivation. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*, 5(2), 622–640. <https://doi.org/10.55018/jakk.v5i2.191>

Temuan Utama

- ⇒ Mayoritas ibu postpartum pada masa nifas awal mengalami kelelahan yang tinggi disertai motivasi pemberian ASI yang cenderung rendah.
- ⇒ Peningkatan tingkat kelelahan postpartum berkaitan dengan penurunan motivasi ibu dalam memberikan ASI.
- ⇒ Identifikasi dini kelelahan dan penguatan dukungan menyusui pada periode postpartum berperan penting dalam mendukung keberhasilan pemberian ASI.

Pendahuluan

Postpartum merupakan fase kritis yang berlangsung selama enam minggu setelah melahirkan. Selama masa ini, kondisi fisik dan psikologis ibu perlu perhatian khusus karena ibu postpartum memiliki kerentanan tinggi pada beragam gangguan kesehatan, berawal dari infeksi, perdarahan, ketidakseimbangan hormon, hingga gangguan psikologis seperti baby blues dan depresi pascapersalinan (Indrianingrum et al., 2025). Kelelahan sering terjadi pada ibu postpartum minggu pertama karena terkurasnya energi ibu saat persalinan dan rasa nyeri

pada luka jahitan. Pada masa awal postpartum, ibu harus menyesuaikan diri dengan peran barunya dalam merawat bayi, yang sering kali membuat waktu istirahat berkurang karena harus terbangun di malam hari untuk menyusui dan mengganti popok. Kondisi ini dapat menyebabkan kelelahan fisik dan emosional yang berdampak pada menurunnya motivasi ibu dalam memberikan ASI (Watna et al., 2023).

Praktik pemberian ASI eksklusif tetap diprioritaskan sebagai satu kebijakan kunci pemerintah dalam upaya memperkuat dan meningkatkan mutu sumber daya manusia sejak tahap awal kehidupan. World Health Organization dan United Nations Children's Fund telah menentukan target global untuk meningkatkan proporsi bayi dari usia 0 hingga 6 bulan yang menerima ASI eksklusif hingga mencapai 50% untuk tahun 2025. Meski demikian, pada periode tahun 2021 cakupan pemberian ASI eksklusif secara global tercatat sebesar 44%, dan hanya 35 negara yang mampu mencapai target yang telah ditetapkan (Syukur et al., 2022). WHO (2022), melaporkan bahwa

sebanyak 47% kematian anak di bawah usia lima tahun terjadi pada fase neonatal (0–28 hari pertama kehidupan). Masa ini dianggap sebagai masa paling rentan sehingga membutuhkan perawatan yang intensif dan berkualitas. WHO (2023), menyatakan > 820.000 nyawa anak dengan kematian dibawah 5 tahun dapat diselamatkan setiap tahun, jika semua anak mendapatkan ASI secara penuh dalam usia 0–23 bulan. Laporan dari Badan Pusat Statistik (BPS) 2024 menunjukkan cakupan bayi yang menerima ASI eksklusif di Indonesia sebesar 68,5%, namun tetap belum memenuhi sasaran nasional yakni 80% di tahun 2025 (Ananda et al., 2025). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS) 2024, melaporkan presentase pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir hingga usia enam bulan di Jawa Tengah sebesar 80,27%, presentase cakupan tersebut cukup tinggi dan memenuhi target (BPS Indonesia, 2023). Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus tahun 2024, melaporkan bahwa baru 53% bayi yang diberikan ASI eksklusif. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa masih terdapat sejumlah faktor yang turut berperan dan menjadi penyebab dalam optimalisasi praktik pemberian ASI. Temuan studi sebelumnya menunjukkan bahwa hamper seluruh ibu pada masa postpartum menujuakan tingkat kelelahan dalam kategori tinggi serta memiliki tingkat motivasi menyusui yang relatif rendah. Hal ini memperkuat urgensi untuk mengkaji faktor internal ibu, khususnya kelelahan postpartum, sebagai determinan motivasi pemberian ASI.

Postpartum merupakan masa pemulihan tubuh ibu dari perubahan

fisiologis yang dialami selama kehamilan dan persalinan. Fase kritis ini berlangsung selama enam minggu setelah melahirkan. Pada masa ini, kondisi kesehatan fisik dan mental ibu memerlukan perhatian yang komprehensif, karena ibu postpartum memiliki kerentanan tinggi terhadap berbagai komplikasi, mulai dari infeksi dan perdarahan, perubahan hormonal, hingga gangguan psikologis seperti *baby blues* dan depresi pascapersalinan (Indrianingrum et al., 2025). Dalam masa ini ibu mengalami banyak perubahan yang menyebabkan ketidaknyamanan dan membuat ibu seringkali mengeluh kelelahan. (Epi Satria, 2024). Kelelahan sering terjadi pada ibu postpartum minggu pertama karena terkurasnya energi ibu saat persalinan dan rasa nyeri pada luka jahitan. Pada masa ini secara psikologis ibu juga dihadapkan dengan fase *taking in* dan fase *taking hold* dimana ibu berada pada fase ketergantungan dengan orang sekitar dalam merawat bayinya (W. Rahmawati, 2023). Pada awal masa postpartum ibu mengalami penyesuaian peran barunya dalam merawat bayi, yang menyebabkan kurangnya waktu tidur karena harus bangun tengah malam untuk menyusui bayinya dan mengganti popok bayi. Hal ini menyebabkan kelelahan dan berpengaruh pada motivasi pemberian ASI. Kelelahan fisik dan psikis akan membuat kelenjar adrenal yang berfungsi sebagai respon stress melepaskan hormon kortisol (Watna et al., 2023). Jika produksi hormon kortisol tinggi maka pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin akan terhambat. Sehingga efek yang akan ditimbulkan adalah produksi ASI berkurang dan pengeluaran ASI tidak lancar yang akan

mengakibatkan rasa sakit karena penyumbatan sampai dengan mastitis. Hal ini mengakibatkan motivasi menyusui ibu rendah dan pemberian ASI tidak optimal (Rahmaniasari & Zhafirah, 2024).

Penelitian ini menganalisis faktor kelelahan dan dampaknya terhadap motivasi menyusui pada ibu postpartum 7 hari. Dengan memahami faktor kelelahan dan dampaknya terhadap ASI eksklusif diharapkan dapat membantu tenaga kesehatan, bidan, maupun keluarga untuk lebih memperhatikan kebutuhan ibu postpartum dan mencegah terjadinya putus ASI dini.

Metode

Desain, Partisipan, dan Setting

Studi ini mengaplikasikan pendekatan kuantitatif melalui rancangan analitik observasional melalui metode cross-sectional. Subjek penelitian ialah ibu postpartum hari ke-3 sampai ke-7 pasca melahirkan. Populasi penelitian ini diambil rata-rata jumlah persalinan di Klinik Srikandi Husada yang berjumlah 15 setiap bulannya. alhasil terhimpun 30 partisipan Pemilihan sampel mengaplikasikan pendekatan *purposive sampling*, yang lolos kualifikasi inklusi dan eksklusi yang sudah digariskan. Kriteria inklusi dpenelitian ini mencakup ibu pada masa nifas hari ke-3 hingga ke-7 serta menjalani perawatan di Klinik Srikandi Husada Kudus serta menyatakan kesediaannya untuk menjadi responden. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi ibu yang mengalami komplikasi pascapersalinan maupun yang tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Penelitian berada dalam lingkup kesehatan ibu dan anak, khususnya pada

masa nifas dan praktik pemberian ASI. Penelitian ini mengevaluasi keterkaitan antara variabel bebas, yaitu kelelahan postpartum, dengan variabel terikat berupa motivasi dalam pemberian ASI, di mana kedua variabel tersebut diukur secara simultan. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Srikandi Husada Kudus pada periode November hingga Desember 2025.

Instrumen

Pengukuran pada penelitian ini variabel independen dan variabel dependen dilakukan menggunakan dua instrumen yang telah terstandar. Pengukuran variabel independen, yaitu tingkat kelelahan postpartum, dilaksanakan dengan menggunakan instrumen *Postpartum Fatigue Scale* (PFS), sedangkan variabel dependen yaitu motivasi pemberian ASI diukur menggunakan *Breastfeeding Motivation Instrument Measurement Scale* (BMIMS). Kedua instrumen tersebut dipilih karena telah diaplikasikan pada penelitian terdahulu dan terbukti memiliki tingkat validitas serta reliabilitas yang memadai.

Instrumen *Postpartum Fatigue Scale* (PFS) dikembangkan oleh Milligan (1997) dan telah diadaptasi oleh Deviana (2018). Kuesioner tersebut mencakup total 10 item, yang terbagi menjadi 6 pernyataan terkait kelelahan mental dan 4 pernyataan mengenai kelelahan fisik yang dialami ibu selama masa postpartum, khususnya pada rentang hari ketiga hingga ketujuh setelah melahirkan. Setiap item dinilai dengan skala Likert berkisar antara 1 sampai 4, di mana skor 1 menandakan bahwa pernyataan tersebut tidak mencerminkan keadaan yang dirasakan, sedangkan skor 4 menandakan bahwa

pernyataan tersebut sangat sesuai dengan keadaan yang dialami oleh responden. Skor total diperoleh dengan menjumlahkan seluruh item sehingga rentang skor berada pada 10–40. Hasil pengukuran kemudian dikategorikan menjadi kelelahan ringan (10–14), kelelahan sedang (15–20), dan kelelahan berat (21–40). Skala data yang digunakan adalah ordinal. Hasil uji validitas instrumen menunjukkan bahwa koefisien korelasi (r hitung) berkisar antara 0,53–0,79, dengan nilai yang lebih tinggi dibandingkan r tabel (0,44) pada taraf signifikansi 5%. Sejalan dengan hasil tersebut, seluruh butir pernyataan dinyatakan memenuhi kriteria validitas. Selain itu, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,70, yang mengindikasikan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang memadai dan dapat diandalkan (Deviana, 2018).

Sementara itu, motivasi pemberian ASI diukur menggunakan *Breastfeeding Motivation Instrument Measurement Scale* (BMIMS) yang dikembangkan oleh Stockdale (2008) dan telah dimodifikasi serta diuji oleh Suryaningsih (2012). Instrumen penelitian yang digunakan dalam studi ini mencakup 17 item, yang berisikan 15 pernyataan positif serta 2 pernyataan negatif. Penilaian responden dilakukan menggunakan skala Likert empat tingkat yang terdiri atas pilihan sangat setuju, setuju, kurang setuju, dan tidak setuju. Untuk item pernyataan positif, skor berkisar dari 3 pada jawaban sangat setuju hingga 0 pada jawaban tidak setuju. Sebaliknya, pada item yang bersifat negatif, sistem penilaian diterapkan dengan teknik pembalikan skor. Total skor yang diperoleh berada pada rentang 0–51.

Hasil pengukuran kemudian dikategorikan menjadi motivasi rendah (0–17), motivasi sedang (18–34), dan motivasi tinggi (35–51), dengan skala data ordinal. Uji validitas memperlihatkan bahwa mayoritas item memperoleh nilai r hitung yang melebihi r tabel sebesar 0,514. Item yang tidak memenuhi persyaratan validitas sebelumnya telah dilakukan penghapusan atau perbaikan pada penelitian terdahulu. Koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,972 mengindikasikan bahwa instrumen ini memiliki konsistensi internal yang sangat baik (Suryaningsih, 2012).

Pengumpulan dan Analisis Data

Data penelitian dikumpulkan setelah peneliti mendapatkan izin resmi dari pihak institusi terkait dan lokasi penelitian. Langkah awal penelitian dimulai dengan pemilihan responden yang sesuai dengan persyaratan inklusi serta tidak memenuhi kriteria eksklusi, yaitu ibu pada masa nifas hari ketiga hingga ketujuh yang bersedia berpartisipasi serta berada dalam kondisi sadar dan mampu berinteraksi secara efektif. Selanjutnya, peneliti menjelaskan secara rinci mengenai tujuan, manfaat, dan tata cara pelaksanaan penelitian, kemudian menyerahkan formulir persetujuan partisipasi (*informed consent*) kepada peserta untuk ditandatangani sebagai bentuk persetujuan partisipasi mereka mengikuti penelitian. Setelah memperoleh persetujuan dari responden, peneliti menyerahkan kuesioner *Postpartum Fatigue Scale* (PFS) dan *Breastfeeding Motivation Instrument Measurement Scale* (BMIMS) untuk diisi secara mandiri, dengan pendampingan diberikan bila responden

membutuhkan bantuan. Setelah kuesioner dikembalikan oleh responden, seluruh lembar diperiksa untuk memastikan kelengkapan data. Selanjutnya, dilakukan proses pengkodean dan pemberian skor sesuai pedoman masing-masing instrumen, kemudian data dimasukkan ke dalam perangkat lunak statistik untuk dianalisis secara sistematis.

Proses analisis data dilaksanakan secara sistematis melalui dua tahap, yaitu univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden serta mendeskripsikan distribusi frekuensi variabel kelelahan postpartum dan motivasi pemberian ASI. Sementara itu, analisis bivariat digunakan untuk mengevaluasi hubungan antara tingkat kelelahan postpartum dengan motivasi pemberian ASI secara statistik. Mengingat kedua variabel menggunakan skala ordinal dan data tidak terdistribusi secara normal, hubungan antarvariabel dianalisis dengan uji Spearman's Rho, menggunakan nilai signifikansi (α) 5% (0,05). Uji ini dipilih karena sesuai untuk menguji korelasi antara dua variabel ordinal atau data yang tidak berdistribusi normal.

Seluruh tahapan analisis data dilakukan dengan memanfaatkan software SPSS versi 25.0. Hasil pengolahan data ditampilkan dalam bentuk tabel, termasuk tabel distribusi frekuensi serta tabel korelasi yang menampilkan koefisien korelasi (r) beserta nilai signifikansi (p -value). Hubungan antara tingkat kelelahan postpartum dan motivasi pemberian ASI dianggap signifikan apabila nilai p kurang dari 0,05.

Persetujuan Etik

Sebelum pelaksanaan penelitian, seluruh peserta dipaparkan penjelasan mendetail mengenai manfaat, tujuan, dan prosedur dalam penelitian. Keikutsertaan bersifat sukarela, serta partisipan berhak untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa adanya konsekuensi. Identitas serta informasi pribadi peserta dilindungi kerahasiaannya secara ketat dan hanya digunakan semata-mata untuk tujuan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan kaidah etika penelitian, antara lain penghormatan terhadap otonomi individu, prinsip manfaat, keadilan, serta non-maleficence, yaitu menjamin tidak adanya risiko atau bahaya terhadap peserta. Persetujuan etik telah didapatkan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kudus dengan nomor surat keputusan 555/Z-1/KEPK/UMKU/1/2026.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Jumlah	%
1	Usia :		
	<20 tahun	1	3.3
	20-35 tahun	23	76.7
	>35 tahun	6	20.0
Total		30	100.0
2	Pendidikan :		
	SD	2	6.7
	SMP	5	16.7
	SMA	21	70
	Perguruan Tinggi	2	6.7
Total		30	100.0
3	Status pekerjaan :		

No	Karakteristik	Jumlah	%
	Bekerja	18	60
	Tidak Bekerja	12	40
	Total	30	100.0
4	Primipara	3	10
	Multipara	25	83.3
	Grande Multipara	2	6.7
	Total	30	100.0
5	Pemberian ASI :		
	ASI Eksklusif	11	36.7
	Non-ASI Eksklusif	19	63.3
	Total	30	100.0
6	Jenis Persalinan :		
	Pervaginam	23	76.7
	Sectio Caesarea	7	23.3
	Total	30	100.0

Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden, mayoritas ibu berada pada kelompok usia 20–35 tahun sebanyak 23 responden (76,7%), diikuti kelompok usia >35 tahun sebanyak 6 responden (20%), sedangkan kelompok usia <20 tahun hanya 1 responden (3,3%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA sebanyak 21 responden (70%), diikuti SMP sebanyak 5 responden (16,7%), serta SD dan perguruan tinggi masing-masing sebanyak 2 responden (6,7%). Ditinjau dari status pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu bekerja sebanyak 18 responden (60%), sedangkan 12 responden (40%) tidak bekerja. Berdasarkan paritas, sebagian besar responden termasuk multipara sebanyak 25 responden (83,3%), sementara primipara sebanyak 3 responden (10%) dan grande multipara sebanyak 2 responden (6,7%). Pada

karakteristik metode pemberian ASI, mayoritas responden tidak memberikan ASI eksklusif sebanyak 19 responden (63,3%), sedangkan 11 responden (36,7%) memberikan ASI eksklusif. Berdasarkan jenis persalinan, sebagian besar responden menjalani persalinan normal pervaginam sebanyak 23 responden (76,7%), sementara 7 responden (23,3%) menjalani persalinan non-normal (**Tabel 1**).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi berdasarkan Tingkat Kelelahan Postpartum

No	Tingkat Kelelahan	Jumlah	%
1	Kelelahan Ringan	2	6.7
2	Kelelahan Sedang	2	6.7
3	Kelelahan Berat	26	86.7
	Total	30	100

Mengacu pada **Tabel 2** terlihat mayoritas partisipan merasakan kelelahan postpartum pada tingkat berat. Berdasarkan 30 partisipan yang diteliti, total 26 orang (86,7%) berada dalam tingkat kelelahan berat. Sementara itu, hanya sebagian kecil responden yang mengalami kelelahan ringan, yaitu 2 orang (6,7%), dan kelelahan sedang dialami oleh 2 orang (6,7%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Motivasi Pemberian ASI

No	Motivasi Pemberian ASI	Jumlah	%
1	Motivasi Rendah	15	50.0
2	Motivasi Sedang	13	43.3
3	Motivasi Tinggi	2	6.7
	Total	30	100

Merujuk pada **Tabel 3** mampu diamati bahwasanya mayoritas ibu memiliki motivasi pemberian ASI pada tingkat yang rendah. Dari 30 responden, separuhnya yaitu 15 orang (50%)

berada pada kategori motivasi rendah. Selain itu, sebanyak 13 responden (43,3%) memiliki motivasi sedang,

sedangkan motivasi tinggi hanya ditunjukkan oleh 2 partisipan (6,7%).

Tabel 4. Hubungan Tingkat Kelelahan Postpartum dan Motivasi Pemberian ASI Eksklusif di Klinik Srikandi Husada

No	Kelelahan Postpartum	Motivasi Pemberian ASI						Jumlah	%	p-value	Koefisien Korelasi
		Rendah		Sedang		Tinggi					
		n	%	N	%	n	%				
1	Ringan	0	0.00%	1	3.3%	1	3.3%	2	6.7%	0.001	-0.560
2	Sedang	0	0.00%	1	3.3%	1	3.3%	2	6.7%		
3	Berat	15	50.0%	11	36.7%	0	0.00%	26	86.7%		
	Total	15	50.0%	13	43.3%	2	6.7%	30	100		

Berdasarkan **Tabel 4**, distribusi silang antara tingkat kelelahan postpartum dengan motivasi pemberian ASI, diperoleh bahwa dari 30 responden, terdapat 2 responden dengan tingkat kelelahan ringan, dengan distribusi motivasi pemberian ASI masing-masing terdapat 1 orang responden yang memiliki motivasi pemberian ASI sedang (3.3%), dan terdapat 1 orang responden yang berada pada kategori motivasi tinggi (3.3%). Adapun responden dengan tingkat kelelahan sedang berjumlah 2 orang, keduanya terbagi antara motivasi sedang 1 orang (3.3%) dan tinggi 1 orang juga (3.3%). Pada kelompok responden yang mengalami tingkat kelelahan berat, sebanyak 26 orang, sebagian besar menunjukkan motivasi menyusui yang rendah, yaitu 15 orang (50,0%). Selanjutnya, 11 responden (36,7%) tergolong memiliki motivasi sedang, dan tidak terdapat responden dengan kelelahan berat yang menunjukkan motivasi tinggi. Hasil analisis Spearman Rho dalam kerangka penelitian ini menampilkan p-value sebesar 0,001 ($\alpha \leq 0,05$) disertai koefisien korelasi negatif $r = -0,560$, mengindikasikan keterkaitan bermakna antara kelelahan

pascapersalinan dan motivasi pemberian ASI di Klinik Srikandi Husada Kudus. Hubungan ini bersifat negatif dengan kekuatan menengah hingga cukup signifikan, yang menunjukkan bahwa peningkatan intensitas kelelahan pada ibu berasosiasi dengan penurunan motivasi dalam menyusui bayinya.

Pembahasan

Mayoritas ibu responden berada pada rentang usia reproduktif, yaitu 20–35 tahun. Kelompok usia ini termasuk fase di mana kondisi fisik dan psikologis ibu cenderung lebih siap dalam menghadapi kehamilan dan persalinan (Oktafia & Deviana, 2021). Namun demikian, ibu pada rentang usia tersebut tetap berisiko mengalami kelelahan postpartum akibat proses adaptasi terhadap peran baru, kurang istirahat, dan tuntutan merawat bayi (N. Rahmawati et al., 2024). Sebagian besar responden berpendidikan SMA. Pendidikan memengaruhi kemampuan ibu dalam menerima informasi kesehatan, meskipun tidak selalu berbanding lurus dengan motivasi menyusui. Ibu dengan pendidikan menengah hingga tinggi tetap dapat mengalami kelelahan dan rendahnya

praktik ASI eksklusif akibat faktor pekerjaan, persepsi produksi ASI, serta pengaruh promosi susu formula (D. Rahmawati et al., 2025). Sebagian besar responden merupakan ibu bekerja, yang cenderung mengalami kelelahan lebih berat karena menjalani peran ganda (Maimunnah et al., 2025). Selain itu, mayoritas responden adalah multipara, yang berpotensi meningkatkan kelelahan karena harus membagi perhatian antara bayi baru lahir dan anak lainnya. Sebagian besar ibu juga tidak memberikan ASI eksklusif, yang dipengaruhi oleh kelelahan fisik, stres psikologis, pekerjaan, dan kurangnya dukungan (Wahyuni et al., 2023). Dari sisi jenis persalinan, sebagian besar ibu melahirkan secara normal, meskipun baik persalinan normal maupun non-normal sama-sama berpotensi menimbulkan kelelahan dan stres yang dapat menghambat refleks oksitosin (Widyaningsih & Khayati, 2023). Sebagian besar responden mengalami kelelahan postpartum kategori berat yang dipengaruhi oleh multiparitas, kurang istirahat, dan aktivitas harian yang padat. Kondisi ini paling sering terjadi pada awal masa nifas akibat adaptasi fisik dan psikologis serta gangguan pola tidur (Sugion et al., 2020). Motivasi pemberian ASI pada responden cenderung berada pada kategori rendah hingga sedang. Kondisi fisik, psikologis, dukungan keluarga, serta pengetahuan ibu menjadi faktor yang memengaruhi motivasi tersebut (Mustary et al., 2024). Rendahnya motivasi ini sejalan dengan tingginya tingkat kelelahan postpartum yang dialami responden, sehingga menegaskan pentingnya intervensi dukungan sejak awal masa nifas (Simamora et al., 2021).

Penelitian yang dilaksanakan pada periode November hingga Desember berhasil mengumpulkan 30 responden dari Klinik Srikandi Husada. Eksplorasi kuantitatif melalui uji korelasi Spearman Rho menyingkap p-value senilai 0,001, berada di bawah ambang 0,05, menandakan keberadaan keterhubungan bermakna antara intensitas kelelahan pascapersalinan dan dimensi motivasional pemberian ASI di lingkungan Klinik Srikandi Husada. Pada riset ini didapati serta angka koefisien korelasi senilai -0.560 yang bermakna studi ini mempunyai asosiasi yang lumayan erat dengan sifat negatif yakni hubungan keeratan yang bersifat berbanding terbalik, di mana semakin berat tingkat kelelahan ibu, semakin menurun motivasi mereka dalam memberikan ASI eksklusif. Hasil penelitian ini selaras berbarengan hasil Oktafiana *et al.* (2021) yang memperlihatkan eksistensi korelasi signifikan antara kelelahan postpartum serta motivasi pemberian ASI. Kelelahan pascapersalinan diketahui memengaruhi aktivitas ibu sehari-hari, termasuk menurunkan motivasi menyusui, yang pada akhirnya dapat mendorong ibu memilih susu formula dan melakukan penyapihan dini. Temuan ini diperkuat oleh Sugion (2020) yang menyatakan bahwa peningkatan tingkat kelelahan berhubungan dengan penurunan motivasi ibu dalam memberikan ASI eksklusif. Secara fisiologis, kelelahan fisik yang disertai stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol, yang selanjutnya menghambat kerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga mengganggu produksi ASI (Sugion et al., 2020). Akibatnya gangguan pemberian ASI mulai muncul, diantaranya ASI

sedikit, bendungan ASI yang akan mengakibatkan payudara maternal tak sepenuhnya kosong pasca menyusui akibatnya ibu tak merasa relaks lantaran ASI masih terakumulasi di payudara serta ASI pun konsisten diproduksi dan bakal muncul pembengkakan maupun nyeri pada payudara ibu (Azizah et al., 2023).

Mardawiyah (2024) melaporkan bahwa mayoritas ibu pascapersalinan mengalami tingkat kelelahan yang tinggi, yang berpengaruh nyata terhadap motivasi menyusui, khususnya pada 24 jam pertama setelah melahirkan. Ibu dengan kelelahan sedang umumnya menunjukkan motivasi menyusui yang sedang, sedangkan kelelahan berat berkaitan dengan motivasi yang lebih rendah dalam memberikan ASI (Mardawiyah et al., 2024). Kelelahan pascapersalinan dipicu oleh berbagai faktor, antara lain proses persalinan yang menguras energi, keterbatasan waktu istirahat, gangguan tidur, tekanan peran baru, infeksi, serta kondisi fisik seperti anemia. Dampak kelelahan tak sekadar berdimensi biologis, melainkan pula mengintervensi keadaan kejiwaan dan perilaku menyusui, sehingga ibu cenderung merasa kurang nyaman dan beralih pada susu formula. Fenomena ini memiliki implikasi potensial berupa penurunan kuantitas produksi ASI, peningkatan probabilitas penyapihan prematur, serta disrupsi dalam pembentukan keterikatan emosional antara ibu dan bayi. Temuan ini selaras dengan studi Sirait et al. (2023), dengan hasil bahwasanya peningkatan tingkat kelelahan pascapersalinan berasosiasi dengan penurunan motivasi ibu dalam praktik ASI eksklusif, yang secara fisiologis dipengaruhi oleh peningkatan stres serta penurunan sekresi hormon

prolaktin dan oksitosin. Oleh karena itu, dukungan keluarga, edukasi mengenai pengelolaan kelelahan, dan pendampingan tenaga kesehatan berperan penting dalam meningkatkan motivasi menyusui dan keberhasilan ASI eksklusif (Sirait et al., 2023).

Pada penelitian ini ibu postpartum mengalami kelelahan awal yakni pada hari ke 3-7 pascapersalinan hal ini terjadi karena banyak penyesuaian yang harus dialami baik pada ibu yang perdana melangsungkan persalinan maupun yang telah memiliki pengalaman melahirkan. Perubahan terjadi dari segi fisik, psikis, dan tanggung jawab. Perubahan dari segi fisik berhubungan dengan proses penyembuhan pasca persalinan yang seringkali masih terdapat nyeri yang dirasakan ibu sehingga hal tersebut membuat ibu lelah. Kelelahan fisik tersebut berdampak pada psikis ibu yang mana ibu seringkali merasa tidak sanggup merawat bayi dan sulit berkonsentrasi dengan apa yang dilakukan karena perubahan peran menjadi seorang ibu apalagi untuk ibu primipara yang sering merasa bingung akan perawatan yang benar untuk bayinya, sedangkan ibu multipara sulit membagi fisik dan pikiran karena memiliki tanggungjawab merawat anak-anaknya yang lain apalagi jika ibu memiliki peran ganda sebagai pencari nafkah. Perubahan peran berupa kewajiban ibu untuk menjaga bayinya sepanjang malam, menyusui tiap 2 jam sekali, dan mengganti popok ketika malam hari. Kelelahan pada ibu postpartum ditandai dengan gejala kepala terasa pusing atau berat, kaki terasa pegal, rasa mengantuk sepanjang hari dan keinginan untuk berbaring, dan daris segi psikis ibu mengaku sulit

berkonsentrasi dan kurang cekatan dalam berpikir.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kelelahan postpartum pada fase sangat dini (hari ke-3 sampai ke-7) sudah menunjukkan korelasi yang bermakna dengan motivasi menyusui, sementara sebagian penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada periode postpartum minggu kedua atau setelahnya. Artinya, intervensi tidak dapat ditunda hingga ibu memasuki fase adaptasi lanjutan, melainkan perlu dilakukan sejak awal masa nifas. Temuan ini memberikan kontribusi baru dalam praktik kebidanan dan keperawatan maternitas, khususnya dalam menekankan pentingnya skrining kelelahan sedini mungkin untuk mencegah penurunan motivasi menyusui.

Studi ini memiliki sejumlah keterbatasan metodologis. Pertama, penerapan desain penelitian *cross-sectional* membatasi kemampuan untuk menginferensi hubungan kausal secara langsung antarvariabel. Kedua, penggunaan instrumen pengukuran berbasis *self-report* berpotensi memunculkan bias subjektivitas, yang dapat memengaruhi akurasi dan objektivitas data yang dikumpulkan dari responden. Ketiga, karena penelitian ini terbatas pada satu institusi pelayanan kesehatan, perlu kehati-hatian dalam melakukan generalisasi temuan ke populasi yang lebih luas, mengingat keterbatasan representativitas sampel terhadap variasi konteks yang lebih komprehensif. Selain itu, variabel potensial antara lain tingkat dukungan sosial, kondisi psikologis, serta status ekonomi tidak dianalisis secara komprehensif sebagai faktor perancu yang mungkin memoderasi atau

memediasi hubungan antarvariabel utama. Oleh karena itu, disarankan dilaksanakan penelitian lanjutan dengan desain *longitudinal* yang dilengkapi dengan pendekatan analisis multivariat, guna menghasilkan interpretasi yang lebih mendalam dan integratif mengenai determinan kompleks yang memengaruhi motivasi pemberian ASI pada ibu postpartum.

Kesimpulan

Riset ini menarik konklusi yakni ada asosiasi yang bermakna antara kelelahan postpartum dan motivasi pemberian ASI pada ibu nifas di Klinik Srikandi Husada. Korelasi yang teridentifikasi bersifat negatif dengan kekuatan yang tergolong cukup signifikan, menandakan bahwa peningkatan tingkat kelelahan pascapersalinan berasosiasi secara terbalik dengan motivasi ibu dalam melaksanakan pemberian ASI eksklusif. Kelelahan yang sering dialami saat fase awal nifas, khususnya pada hari ketiga hingga ketujuh setelah melahirkan, berkaitan dengan proses pemulihan fisik, kurangnya waktu istirahat, gangguan tidur, serta perubahan psikologis dan tanggung jawab peran sebagai ibu. Kondisi tersebut berdampak pada menurunnya kenyamanan, konsentrasi, dan kesiapan ibu dalam menyusui, sehingga berpotensi mengganggu produksi ASI dan meningkatkan risiko penyapihan dini. Bukti ini memvalidasi yakni kelelahan *postpartum* bertindak sebagai determinan krusial yang memengaruhi motivasi menyusui dan perlu mendapat perhatian melalui dukungan keluarga serta pendampingan tenaga kesehatan guna meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya terhadap seluruh responden, yakni ibu-ibu pada masa postpartum hari ke-3 hingga ke-7, atas kesediaan mereka meluangkan waktu serta berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini. Keterbukaan dan partisipasi aktif responden dalam mengisi instrumen penelitian merupakan faktor krusial yang memungkinkan penelitian ini terlaksana secara optimal.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pihak Klinik Srikandi Husada Kudus selaku lokasi penelitian, yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitas yang memadai selama proses pengumpulan data. Kontribusi tenaga kesehatan dan staf di klinik tersebut sangat mendukung kelancaran seluruh tahapan penelitian.

Peneliti berharap agar temuan dari penelitian ini dapat memberikan pengaruh yang bermakna bagi pengembangan ilmu kebidanan, khususnya dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan bagi ibu pada masa postpartum.

Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan

Kontribusi Penulis

Elvina Amelia Hapsari: Konseptualisasi, Metodologi, Investigasi, Kurasi Data, Analisis Formal, Interpretasi Data, Penulisan – Draf Awal, Penulisan – Tinjauan & Penyuntingan.

Irawati Indrianingrum: Metodologi, Validasi, Supervisi, Penulisan –

Tinjauan & Penyuntingan, Persetujuan Naskah Akhir.

Noor Azizah: Supervisi, Validasi, Konseptualisasi, Penulisan – Tinjauan & Penyuntingan, Persetujuan Naskah Akhir.

Referensi

- Ananda, N., Agustina, & Wardiati. (2025). Determinan pemberian ASI eksklusif pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Montasik Kabupaten Aceh Besar tahun 2025. *Jurnal Sains dan Teknologi*, 4(3), 407–416. <https://doi.org/10.55123/insologi.v4i3.5330>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif menurut provinsi, 2021–2023. <https://www.bps.go.id/id/statistic-table/2/MTM0MCMY/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html>
- Deviana, R. (2018). Hubungan kelelahan postpartum dengan motivasi pemberian ASI di wilayah kerja Puskesmas Sewon II Bantul Yogyakarta [Skripsi]. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Fauziyah, N., Asiyah, N., & Indrianingrum, I. (2025). The effect of bengkung use on abdominal circumference reduction in postpartum women. *Advances in Healthcare Research*, 3(2), 422–437. <https://doi.org/10.60079/ahr.v3i2.575>
- Gozali, W., & Pratiwi, P. I. (2025). Kelelahan pada awal postpartum

- terhadap motivasi ibu nifas dalam pemberian ASI. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(3), 887–894.
<https://doi.org/10.37287/jppp.v7i3.7297>
- Khoirunnisa, F. N., Azizah, N., & Fauziati, N. (2023). Keberhasilan menyusui dan lama perawatan pada persalinan dengan metode enhanced recovery after caesarean section (ERACS). *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 14(1), 315–324.
<https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1699>
- Maimunnah, S., & Alfita, L. (2025). Kelelahan emosional pada wanita bekerja yang memiliki anak usia dini. 8, 7395–7400.
- Mardawiyah, M., Masyita, G., Anam, K., & Meihartati, T. (2024). The relationship of fatigue and husband's support to mother's motivation in breastfeeding the first 24 hours to postpartum mothers. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 10(4), 384–395.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v10i4.14567>
- Mustary, M., Samiun, Z., Aslinda, & Hasnidar. (2024). Motivasi ibu dengan pemberian ASI eksklusif di Desa Mattoangin Kabupaten Maros. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, 6(2), 83–89.
- Oktafia, R., & Deviana, R. (2021). Hubungan kelelahan postpartum dengan motivasi pemberian ASI. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 66–73.
<https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.221>
- Rahmaniasari, W. A., & Zhafirah, H. D. (2024). Hubungan tingkat stres dengan frekuensi kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), 9358–9364.
- Rahmawati, D., Arista, D., Siahaan, G., & Pratiwi, M. (2025). Hubungan antara kelelahan dan kualitas tidur dengan depresi pasca persalinan pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 16(1), 52–59.
- Rahmawati, N., Misrawati, & Arneliwati. (2024). Hubungan karakteristik ibu postpartum terhadap kelelahan. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health*, 3(1), 397–405.
- Rahmawati, W. (2023). The factor of primipara age on the taking in phase process in the puerperium period (Pengaruh usia primipara terhadap proses fase taking in pada masa puerperium). *Media Husada Journal of Midwifery Science*, 1(1), 1–6.
- Simamora, M. K., Sihaloho, E., & Dalimunthe, S. Y. (2021). Hubungan dukungan suami dengan motivasi ibu dalam pemberian ASI eksklusif di Kelurahan Pardamean Kota Pematangsiantar, 7(2), 71–77.
- Sirait, N. A., Agrina, A., & Sari, T. H. (2023). Hubungan dukungan suami dan motivasi ibu dengan pemberian ASI eksklusif di wilayah pesisir Pekanbaru. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 152–163.
<https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.895>
- Stockdale, J. (2008). Assessing the impact of midwives' instruction: The breastfeeding motivational

- instructional measurement scale. *Evidence Based Midwifery*, 6(1), 27–34.
- Suryaningsih, C. (2012). Pengaruh demonstrasi dan pendampingan menyusui terhadap motivasi dan kemampuan ibu dalam pemberian ASI [Tesis, Universitas Indonesia].
- Syukur, N. A., Metasari, A. R., & Aprianty, E. (2022). Hubungan breastfeeding self-efficacy terhadap motivasi dalam pemberian ASI eksklusif pada ibu hamil primigravida. *Nusantara Hasana Journal*, 2(2), 2–7.
- Wahyuni, A., Umar, M. Y., Wardani, P. K., Rohani, S., Elsanti, F., Riani, Y. A., Adila, S., Anggraini, Y., Rustiyana, E., & Mulysha, A. (2023). Penyuluhan pentingnya pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0–6 bulan di Poskesdes Wonodadi Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU)*, 5(1), 17–22.
<https://doi.org/10.30604/abdi.v5i1.1029>
- Watna, I., Ambarika, R., & Peristiowati, Y. (2023). Effect of hypnobreastfeeding on fatigue and motivation to breastfeed in postpartum mothers starting on day 3. *Indonesian Journal of Medicine*, 8(2), 150–156.
<https://doi.org/10.26911/theijmed.2023.8.2.625>
- Widyaningsih, A., & Khayati, Y. N. (2023). The relationship between the type of delivery and the success of breastfeeding. 6, 37–45.

Lampiran

Kuisisioner *Postpartum Fatigue Scale*

Petunjuk pengisian:

1. Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan berupa rasa dan gejala yang banyak dikeluhkan oleh ibu yang baru melahirkan.
2. Mohon ibu membaca setiap pernyataan kemudian lingkarilah nomor yang paling menggambarkan apa yang ibu rasakan **sejak kelahiran bayi ibu.**

Keterangan:

- 1 = Tidak sama sekali
- 2 = Sedikit
- 3 = Sedang
- 4 = Sangat

Tabel 10. Kuisisioner *Postpartum Fatigue Scale*

No	Pertanyaan	Tidak sama sekali (1)	Sedikit (2)	Sedang (3)	Sangat (4)
1	Kepala saya terasa berat				
2	Badan saya terasa lelah				
3	Kaki saya terasa lelah				
4	Pikiran saya terasa kacau/ruwet				
5	Saya mengantuk				
6	Saya ingin berbaring				
7	Sangat sulit untuk berpikir				
8	Saya merasa letih untuk berbicara				
9	Saya tidak dapat berkonsentrasi				
10	Rasanya saya melupakan sesuatu				

Sumber : *Postpartum Fatigue Scale (PFS)* yang telah dimodifikasi dari Milligan (1997)

Kuesioner *Breastfeeding Motivational Instructional Measurement Scale*

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah dengan baik setiap nomor soal pernyataan.
2. Pilih satu jawaban sesuai dengan yang anda rasakan atau alami, dengan memberi tanda (√) pada pilihan yang tersedia.
3. Jawaban anda bersifat rahasia dan tidak akan diketahui oleh siapapun karena nama tidak tercantum.
4. Keterangan pilihan jawaban:
 SS = sangat setuju
 S = setuju
 KS = kurang setuju
 TS = tidak setuju

Kuisisioner *Breastfeeding Motivational Instructional Measurement Scale*

No.	Pernyataan	SS	S	KS	TS
1	Saya merasa kecewa ketika tidak dapat memberikan ASI pada bayi				
2	Memberikan ASI adalah hal yang penting bagi bayi dan saya				
3	Memberikan ASI adalah hal yang menyenangkan bagi saya				
4	ASI adalah hal yang sangat berarti bagi bayi dan saya				
5	Saya merasa bangga ketika saya berhasil memberikan ASI pada bayi				
6	Saya merasa aman dan nyaman ketika bayi saya sudah diberikan ASI				
7	Saya akan memberikan ASI pada anak saya yang kedua dan selanjutnya				
8	Saya akan terus belajar tentang bagaimana pemberian ASI yang baik bagi bayi				
9	Saya akan bertanya pada petugas kesehatan jika saya mengalami kesulitan ketika memberikan ASI				
10	Saya akan mempraktikkan informasi dari petugas kesehatan tentang pemberian ASI				
11	Saya terpaksa memberikan ASI pada bayi, karena alasan ekonomi keluarga				
12	Bayi saya mempunyai hak untuk mendapatkan ASI				
13	Saya merasa tidak percaya diri untuk memberikan ASI				
14	ASI saya keluar hanya sedikit, tetapi saya akan tetap memberikan ASI pada bayi sampai ASI keluar banyak				
15	Pemberian ASI banyak memberikan keuntungan bagi saya				
16	Saya tidak akan memberikan ASI karena saya mempunyai dana untuk membeli susu formula				
17	Saya akan beristirahat yang cukup dan makan makanan yang bergizi sehingga ASI dapat keluar banyak				
		Total :			

Sumber: Modifikasi teori (Stockdale, 2008), "*Breastfeeding Motivational Instructional Measurement Scale*" (BMIMS) oleh (Suryaningsih, 2012), dalam tesis yang berjudul "Pengaruh demonstrasi dan pendampingan menyusui terhadap motivasi dan kemampuan ibu dalam pemberian ASI".

Kisi-Kisi Kuisisioner *Postpartum Fatigue Scale*

No	Indikator	Nomor Butir	Domain Perilaku
1	Kelelahan fisik	1	Sensasi berat pada kepala (kelelahan fisik bagian atas)
2	Kelelahan fisik	2	Kelelahan umum pada tubuh
3	Kelelahan fisik	3	Kelelahan ekstremitas bawah
4	Kelelahan fisik	4	Gangguan kejernihan berpikir
5	Kelelahan fisik	5	Peningkatan kebutuhan tidur
6	Kelelahan mental/kognitif	6	Dorongan untuk istirahat
7	Kelelahan mental/kognitif	7	Penurunan kemampuan kognitif
8	Kelelahan mental/kognitif	8	Kelelahan dalam komunikasi verbal
9	Kelelahan mental/kognitif	9	Gangguan konsentrasi
10	Kelelahan mental/kognitif	10	Gangguan daya ingat

Kisi-Kisi *Breastfeeding Motivational Instructional Measurement Scale*

No	Indikator	Nomor Butir	Domain Perilaku
1	Motivasi intrinsik	1	Makna personal pemberian ASI
2	Motivasi intrinsik	2	Persepsi pentingnya ASI
3	Motivasi intrinsik	3	Respons emosional negatif jika gagal menyusui
4	Motivasi intrinsik	4	Persepsi pentingnya ASI
5	Motivasi intrinsik	5	Respons emosional negatif jika gagal menyusui
6	Motivasi intrinsik	6	Perasaan positif terhadap aktivitas menyusui
7	Motivasi ekstrinsik	7	Rasa aman dan nyaman setelah menyusui
8	Motivasi ekstrinsik	8	Rasa bangga dalam menyusui
9	Motivasi ekstrinsik	9	Rasa bangga dalam menyusui
10	Motivasi ekstrinsik	10	Rasa bangga dalam menyusui
11	Faktor ekonomi	11	Motivasi mencari pengetahuan tentang ASI
12	Motivasi intrinsik	12	Persepsi pentingnya ASI
13	Faktor psikologis	13	Implementasi edukasi kesehatan
14	Motivasi ekstrinsik	14	Komitmen menyusui jangka panjang
15	Manfaat bagi ibu	15	Motivasi karena faktor ekonomi (ekstrinsik)
16	Faktor ekonomi	16	Kesediaan mencari bantuan profesional
17	Motivasi ekstrinsik	17	Komitmen menyusui jangka panjang

Skala Penilaian Kuisisioner *Postpartum Fatigue Scale*

Jawaban	Skor
Sangat	4
Sedang	3
Sedikit	2
Tidak sama sekali	1

Skor Total

Maksimum skor: 40 (10 butir × 4)

Minimum skor: 10 (10 butir × 1)

Kategori Tingkat Kelelahan Postpartum

Skor Total	Kategori Perilaku
21-40	Kelelahan Berat
15-20	Kelelahan Sedang
10-14	Kelelahan Ringan

Skala Penilaian Kuisisioner *Breastfeeding Motivational Instructional Measurement Scale*

Jawaban	Skor
Sangat Sejuju	3
Setuju	2
Kurang Setuju	1
Tidak Setuju	0

Skor Total

- Maksimum skor: 51
- Minimum skor: 0

Kategori Tingkat Kelelahan Postpartum

Kategori Tingkat Kelelahan Postpartum

Skor Total	Kategori Perilaku
35-51	Motivasi Tinggi
18-34	Motivasi Sedang
0-17	Motivasi Rendag