



BHAMADA

Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan
<https://ejournal.bhamada.ac.id/index.php/jik>
 email: jitkbhamada@gmail.com



HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN *POST PARTUM BLUES* PADA IBU NIFAS DI DESA DUKUHWARU KABUPATEN TEGAL

Adrestia Rifki Naharani¹, Ike Putri Setyatama², Masturoh³, Siswati⁴

Prodi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhamada Slawi

Email: afzaa.luve@gmail.com¹, ike.putri.nugraha@mail.com², masturoh87@gmail.com³,
jinanalmira@gmail.com⁴

Info Artikel

Sejarah artikel,
 Diterima: Februari 2023
 Disetujui: Maret 2023
 Dipublikasi: April 2023

Kata kunci:

Post partum blues, nifas, dukungan keluarga

ABSTRAK

Adaptasi psikologis pada ibu postpartum dimulai ketika seorang ibu mulai merawat dan mengurus bayinya. Hal ini merupakan peran dan tanggung jawab baru bagi setiap wanita setelah melahirkan. Peran dan tanggung jawab baru ini sering membuat ibu merasa tidak percaya diri dan mengalami stress. Ibu merasa sedih dan putus asa karena belum mampu untuk merawat bayi dengan baik. Kondisi ini membuat ibu menjadi lebih sensitif. Kondisi seperti ini dikenal dengan baby blues atau postpartum blues. Banyak faktor yang dapat menyebabkan postpartum blues, salah satunya yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial bisa berasal dari suami, keluarga dan tetangga/lingkungan. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kejadian post partum blues. Penelitian ini menggunakan metode penelitian survey analitik, dengan pendekatan cross sectional dengan uji statistic Chi-Square dengan responden 20 ibu nifas. Dari hasil penelitian didapatkan dari 20 responden ada 5 orang yang mengalami post partum blues (25 %) dan 15 orang tidak mengalam post partum blues (75%). Hasil analisis menunjukkan hasil yang signifikan dari hubungan kedua variabel tersebut adalah $p = 0,000$, $p = 0,018 < \alpha 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak sehingga ada Hubungan antara dukungan keluarga dengan post partum blues pada ibu nifas di Desa Dukuhwaru Kecamatan Dukuhwaru.

Keywords:

Post partum blues, postpartum, family support

ABSTRACT

Psychological adaptation in postpartum mothers begins when a mother begins to care for and take care of her baby. This is a new role and responsibility for every woman after giving birth. These new roles and responsibilities often make mothers feel insecure and experience stress. Mothers feel sad and hopeless because they have not been able to care for the baby properly. This condition makes the mother more sensitive. This condition is known as baby blues or postpartum blues. Many factors can

Alamat Korespondensi:
Prodi DIII Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhamada Slawi

cause postpartum blues, one of which is social support. Social support can come from husband, family and neighbors/environment. The purpose of this study was to determine the relationship between family support and the incidence of post partum blues. This study used an analytic survey research method, with a cross sectional approach with the Chi-Square statistical test with 20 postpartum mothers as respondents. From the results of the study, it was found that from 20 respondents there were 5 people who experienced post partum blues (25%) and 15 people who did not experience post partum blues (75%). The results of the analysis show that the significant relationship between the two variables is $p = 0.000$, $p = 0.018 < \alpha 0.05$, so H_a is accepted and H_o is rejected so that there is a relationship between family support and post partum blues for postpartum mothers in Dukuhwaru Village, Dukuhwaru District.

PENDAHULUAN

Masa nifas adalah masa setelah melahirkan selama 6 minggu atau 40 hari menurut hitungan awam. Proses ini dimulai setelah selesainya persalinan dan berakhir setelah alat-alat reproduksi kembali seperti keadaan sebelum hamil/tidak hamil sebagai akibat adanya perubahan fisiologi dan psikologi karena proses persalinan (Erniyati, 2019).

Tanggung jawab yang diemban sebagai seorang ibu setelah melahirkan bayi kadang kala menjadi konflik dalam diri seorang wanita yang merupakan faktor pemicu timbulnya gangguan emosi, intelektual dan tingkah laku pada seorang wanita. Sebagian wanita ada yang tidak berhasil menyesuaikan diri dengan perubahan ini sehingga mengalami gangguan psikologis (Dewi and Sunarsih, 2013).

Adaptasi psikologis pada ibu postpartum dimulai ketika seorang ibu mulai merawat dan mengurus bayinya. Hal ini merupakan peran dan tanggung jawab baru bagi setiap wanita setelah melahirkan. Peran dan tanggung jawab baru ini sering membuat ibu merasa tidak percaya diri dan mengalami stress. Ibu merasa sedih dan putus asa karena belum mampu untuk merawat bayi dengan baik. Kondisi ini membuat ibu menjadi lebih sensitif. Kondisi seperti ini dikenal dengan baby blues atau postpartum blues. Penyebab postpartum blues belum diketahui secara pasti. Banyak faktor yang dapat menyebabkan postpartum blues, salah satunya yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial bisa berasal dari suami, keluarga dan tetangga/lingkungan. (Astri, 2020).

Angka kejadian postpartum blues di Indonesia menurut USAID (United Stase Agency for International Development) (2016) terdapat 31 kelahiran per 1000 populasi. Indonesia menduduki peringkat keempat tertinggi di ASEAN setelah Laos yaitu sebanyak 26 kelahiran per 1000 populasi dan Kamboja yaitu sebanyak 25 kelahiran per 1000 populasi. Di Indonesia beberapa penelitian sudah dilakukan tentang postpartum blues, menurut penelitian yang dilakukan oleh Edward (2017) angka kejadian postpartum blues di Indonesia mencapai 23%, sedangkan skrining dengan menggunakan EPDS didapatkan bahwa 14-17% wanita postpartum berisiko mengalami postpartum blues. Tingginya angka kejadian postpartum blues pada ibu pasca melahirkan dapat menimbulkan dampak yang signifikan terhadap keadaan psikologis ibu.

Depresi Postpartum adalah gangguan mood yang dapat mempengaruhi wanita setelah melahirkan. Ibu dengan depresi Postpartum pengalaman perasaan kesedihan ekstrim, kecemasan, dan kelelahan yang mungkin membuat sulit bagi mereka untuk menyelesaikan kegiatan perawatan sehari-hari untuk diri mereka sendiri atau untuk orang lain (National Institute Of Mental Health, 2019). Diperkirakan sekitar 50 – 70 % ibu melahirkan menunjukkan gejala awal kemunculan depresi post partum pada hari ke 4 – 10 hari post partum. Gejala ini dapat hilang secara perlahan karena proses adaptasi, penanganan psikologis, serta dukungan dari keluarga yang tepat. (Risnawati, 2018).

Paritas	Jumlah	Persentase (%)
1	14	70
2	5	25
3	1	5
Total	20	100

Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan dan penerimaan terhadap keluarga yang sakit dan dukungan ini bisa berasal dari anak, suami, istri dan keluarga yang lain (Ayuni, 2020) Dukungan suami memiliki pengaruh yang besar akan terhadap kejadian depresi pada ibu postpartum. Rendahnya dukungan suami menjadi salah satu penyebab terjadinya depresi postpartum. Hal tersebut dikarenakan dukungan suami bisa memberi pengaruh kepada ibu dalam menghadapi hari-harinya. Berfungsi sebagai strategi untuk mengurangi depresi postpartum (Wardanah, 2021).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan rancangan *cross sectional* yaitu suatu rancangan penelitian observasional yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen dengan variabel dependen dimana pengukurannya dilakukan pada satu waktu (serentak). Teknik sampling yang digunakan adalah *total samplin* yaitu pengambilan sampel yang sama dengan jumlah populasi yang ada. Besarnya sampel dalam penelitian ini adalah 20 ibu nifas

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang digunakan adalah data primer ibu nifas di desa Dukuhwaru Kecamatan Dukuhwaru. Penelitian dilakukan pada tanggal 30 Maret – 30 Mei 2022. Berikut hasil dan pembahasannya:

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase (%)
20 -25	8	40
26 -30	6	30
31-35	4	20
36 -40	2	10
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 4.1 sebagian besar responden berusia antara 20 – 25 tahun sebanyak 40 % dan paling sedikit berusia antara 36 – 40 Tahun sebesar 10 %.

Tabel. 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Berdasarkan Tabel 4.2 sebagian besar responden baru memiliki 1 anak (70%) dan paling sedikit memiliki 3 anak (5%).

Tabel 4.3 Karakteristik Responden berdasarkan tinggal dengan suami dan keluarga

Tinggal Serumah	Jumlah	Persen (%)
Suami	9	45
Keluarga	5	25
Suami & Keluarga	6	30
Jumlah	20	100

Berdasarkan Tabel 4.3 sebagian responden tinggal dengan suami tanpa ada keluarga sebanyak 9 orang (45%) dan paling sedikit tinggal dengan keluarga tana suami yaitu sebanyak 5 orang (25%)

Tabel 4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga	Jumlah	Persentase (%)
Ya	12	60
Tidak	8	40
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 4.4 sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga sebanyak 12 orang (60%).

Tabel 4.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Kejadian Post Partum Blues

Dukungan Suami	Jumlah	Persentase (%)
Ya	5	25
Tidak	15	75
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 4.5 sebagian besar responden tidak mengalami post partum blues yaitu sebanyak 15 orang (75%)

Tabel 4.6 Analisis Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian Post Partum Blues

Dukungan Keluarga	Total	P-value
Tidak didukung		

Kejadian Post Partum Blues	dukungan			0,018
	PPB	5	3	
%	2,4	5,6	8,0	
Tidak PPB	1	11	12	
%	3,6	8,4	12,0	

Penelitian yang dilakukan oleh Yuanita (2019) tentang Hubungan Dukungan Suami dengan Post Partum Blues pada Ibu Hamil menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan suami baik dengan tidak terjadi postpartum blues (61.3%) dan sebagian kecil responden memiliki dukungan kurang dengan terjadi postpartum blues (2.7%)

Hasil analisis hubungan kedua variable diatas dengan menggunakan uji statistic Chi Square didapat signifikan dari hubungan kedua variabel tersebut adalah $p = 0,000$, $p = 0,018 < \alpha 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak sehingga ada Hubungan antara dukungan keluarga dengan post partum blues pada ibu nifas di Desa Dukuhwaru Kecamatan Dukuhwaru. Dari hasil penelitian didapatkan dari 20 responden ada 5 orang yang mengalami post partum blues (25 %) dan 15 orang tidak mengalam post partum blues (75%).

Jika dilihat dari hasil pengolahan data tersebut menunjukkan bahwa responden yang megalami post partum blues sebagian besar adalah ibu nifas yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarga saat masa nifas. Karena biasanya ibu yang sudah melahirkan dianggap sudah siap dan mampu untuk berganti peran sebagai seorang ibu. Hal ini dapat disebabkan karena suami responden memiliki pekerjaan yang jauh diluar kota dan juga kurangnya perhatian dari keluarga atau orang tua dan juga mertuanya.

Penyebab dari postpartum blues belum diketahui secara pasti, tapi diduga disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain perubahan biologis, stress dan penyebab sosial atau lingkungan. Perubahan kadar hormon estrogen, progesteron, konrtikotropin dan endorphen serta prolaktin diduga menjadi faktor pendukung terjadinya postpartum blues. Faktor sosial dan lingkungan yang dapat menjadi faktor pendukung terjadinya postpartum blues antara lain tekanan dalam hubungan pernikahan dan hubungan keluarga, riwayat syndrome pramenstruasi, rasa cemas dan takut terhadap persalinan dan penyesuaian yang buruk terhadap peran matenal.

Penelitian yang dilakukan oleh Samria (2021) mengenai hubungan dukungan suami terhadap post partum Blues didapatkan hasil dari 40 responden, sebagian besar responden menderita post partum blues yaitu sebanyak 6 responden (15%) dan 19 responden yang tidak menderita post partum blues (25%), sedangkan dukungan suami sebanyak 11 (27,5%) dan tidak mendukung sebanyak 4 responden (10,0%).

Post Partum Blues atau gangguan mental pasca persalinan sering kali ditangani dan baik. Banyak ibu yang berjuang sendiri dalam beberapa saat setelah melahirkan. Mereka merasakan ada suatu hal yang salah namun merea sendiri tidak benar-benar mengetahui apa yang sedang terjadi. Apabila mea pergi mengunjungi dokter atau sumber-sumber lainya untuk minta pertolongan, seringali hanya mendapatkan saran untuk beristirah atau tidur lebih banyak, tidak gelisah, minum obat atau berhenti mengasihani diri sendiri dan mulai merasa gembira menyambut kedatangan bayi yang mereka cintai.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa $p=0,018$ menunjukan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian post partum blues pada ibu nifas di desa Dukuhwaru.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto S. (2010). *Prosedur Penelitian Sebagai Suatu Pendekatan Praktik*. PT. Rineka Cipta.
- Alifah, Fatimah Nuril. (2016). Hubungan faktor psikososial terhadap kejadian *postpartum blues* di ruang nifas RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo. Surabaya :*Fakultas Kedokteran Universita Airlangga* (Skripsi).
- Aritonang Juneris, Octavia Simanjuntak. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Disertai Kisi-Kisi Soal Ujian Kompetensi*. Sleman: Deepublish.
- Astri Riani, dkk. (2020). Dukungan sosial pada ibu postpartum primipara terhadap kejadian postpartum blues. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7 (1). ISSN 2622-4135
- Ayuni D. (2020). *Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Post Operasi Katarak*. Padang : Pustaka Galeri Mandiri.
- Erniyati S, dkk. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan ibu nifas tentang tanda bahaya nifas di wilayah puskesmas pangkah. *JITK*, 10 (1).

- Irawati D, Yuliani F. (2014). Pengaruh faktor psikososial dan cara persalinan terhadap terjadinya postpartum blues pada ibu nifas di ruang nifas RSUD Bosoeni Mojokerto. *E-Proceeding of Management*. ISSN 2355-9357
- Lala, Nartaria, (2019), *Hubungan Dukungan Suami Dengan Resiko Post Partum Blues Syndrome pada Ibu post Primiparadi Wilayah Kerja Puskesmas Peraawatan LoloMantu*, Jurnal Persepsi Psikologi Vol 2 No 1
- Notoatmodjo. (2012a). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2012b). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rini Susilo, Feti Kumala. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. Yogyakarta: Depublish.
- Samria, Indah H, (2021), *Hubungan Dukungan Suami dengan Kejadian Post Partum Blues di Wilayah Perkotaan*, Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 7 no 1
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Wardanah Hardiyanti, Pipit Feriani. (2021). Hubungan dukungan suami dengan tingkat depresi ibu postpartum di Puskesmas Trauma Center Samarinda. *Borneo Student Research* 2 (2). ISSN 2721