

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengalaman dan peran menjadi seorang ibu tidak semua dianggap menyenangkan oleh setiap perempuan. Realisasi dari perubahan peran dan tanggung jawab menjadi seorang ibu seringkali dapat menimbulkan konflik bagi diri seorang perempuan serta menjadi faktor yang dapat memicu terjadinya gangguan emosi, tingkah laku dan intelektual pada seorang perempuan. Berbagai bentuk penyesuaian sangat dibutuhkan oleh seorang perempuan dalam menjalani aktifitas serta peran barunya menjadi seorang ibu. Sebagian perempuan dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan tersebut dengan baik, akan tetapi sebagian perempuan lainnya tidak dapat menyesuaikan diri sehingga mengalami gangguan psikologis yang biasa dikenal dengan *postpartum blues* (Rini dan Kumala & Kumala, 2017)

Fenomena *postpartum blues* ini, umumnya berlangsung sementara waktu yaitu 2 hari sampai 2 minggu setelah melahirkan dan puncaknya yaitu pada hari ke-3 hingga ke-5 pasca melahirkan (Hanum et al., 2021)

Masalah psikologis yang sering muncul pada ibu postpartum secara umum ada tiga gangguan psikologis utama pasca persalinan, dari yang ringan sampai berat yaitu *postpartum blues*, atau lebih sering dikenal *baby blues*, *depresi postpartum* dan *postpartum psikosis* (Hutagaol, 2019 dalam Yunitasari dan Suryani, 2022)

Informasi dari (World Health Organization, 2018) mencatat bahwa prevalensi kejadian *postpartum blues* secara universal adalah 3- 8% dimana 50% permasalahan terjadi pada umur produktif yakni 20-50 tahun. WHO menyatakan bahwa kasus *postpartum blues* ini menimpa sekitar 20% perempuan pada suatu waktu kehidupan (Hutagaol, 2019 dalam Yunitasari dan Suryani, 2022)

Angka kejadian kasus *postpartum blues* diberbagai negara cukup beragam, seperti di Jepang sekitar 15-50%, Amerika Serikat sekitar 27%, Nigeria 31,3%, Prancis 31,7% serta Yunani sekitar 44,5% (Faisal-Cury et al., 2008) Sedangkan prevalensi kejadian *postpartum blues* di Asia sangat bervariasi dan cukup tinggi yaitu sekitar 26-85% pada ibu pasca melahirkan (Munawaroh, 2008) Di Indonesia, angka kejadian kasus *postpartum blues* yaitu sekitar 50-70% pada wanita sehabis melahirkan (Hidayat, 2018)

Gejala yang timbul pada ibu yang mengalami *Postpartum blues* seperti mudah sedih, sering menangis, mudah tersinggung, cemas tanpa sebab, labilitas perasaan, sulit tidur, kehilangan nafsu makan, sering menyalahkan diri sendiri serta perasaan terjebak dan marah kepada pasangan serta bayinya (Rini dan Kumala, 2017) Banyak ibu pasca melahirkan merasakan sesuatu yang berbeda terjadi pada dirinya, akan tetapi mereka tidak mengetahui apa yang sedang mereka alami sehingga mereka seakan-akan berjuang sendiri melawan hal tersebut (Rukiyah dan Yulianti, 2017)

Dukungan suami merupakan faktor terbesar dalam memicu kejadian *postpartum blues*. Hal ini dikarenakan dukungan suami merupakan strategi

koping penting pada saat mengalami stress dan berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stress. Mereka yang mendapatkan dukungan suami baik secara emosional, support, penghargaan relatif tidak menunjukkan gejala postpartum blues, sedangkan mereka yang kurang memperoleh dukungan suami relatif mengalami gejala postpartum blues.(Alifia Khana Fitrah, Siska Helina, 2017)

Menurut penelitian (Murbiah, 2016) dukungan keluarga sangat mempengaruhi kesiapan ibu dan semua anggota keluarga dalam menerima kehadiran anggota baru terutama suami yang berperan penting untuk mendukung ibu dalam proses kehamilan sampai dengan kelahiran bayinya. Faktor ekonomi keluarga serta kurang percaya diri membuat perubahan hormonal yang akan dialami ibu setelah melahirkan mengakibatkan kecemasan yang melahirkan persepsi lebih baik bayi dibunuh dari pada bayinya akan hidup menderita karena ekonomi keluarga yang rendah.

Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi *postpartum blues* diantaranya *coping stress*, penyesuaian diri serta dukungan sosial, dan diantara ketiga faktor tersebut penyesuaian diri dianggap mempunyai pengaruh terbesar terhadap *postpartum blues* (Ningrum, 2017)

Ibu yang mengalami *postpartum blues* dapat menyebabkan gangguan dalam beraktivitas, gangguan dalam berhubungan dengan orang lain, bahkan ibu yang mengalami *postpartum blues* akan kehilangan perhatian dalam merawat dirinya serta bayinya. Ibu yang *postpartum blues* memiliki pengaruh yang negatif terhadap bayinya, seperti ibu tidak bisa merawat bayinya secara

optimal dikarenakan perasaan ketidakberdayaan dan ketidakmampuan yang pada akhirnya akan membuat ibu menghindar dari tanggung jawabnya sebagai seorang ibu (Amalia & Samaria, 2021)

Ibu yang mengalami *postpartum blues* cenderung merasa sedih, sehingga hal ini akan membuat ibu kurang peka dalam memberikan suatu afek positif kepada bayinya. Akibatnya, bayi tidak belajar dalam mengembangkan afek positif tersebut dan akhirnya menimbulkan perasaan kurang aman pada proses perkembangannya kelak (Purwati, kustiningsih, n.d.)

Postpartum blues juga bisa menimbulkan permasalahan dalam hubungan ibu dan bayinya, sehingga hal ini akan membuat bayi mengalami gangguan psikopatologis serta keterlambatan perkembangan pada bayi (Purwati, kustiningsih, n.d.)

Dukungan suami diperkirakan menjadi penyebab utama terjadinya depresi postpartum. Hal ini dikarenakan suami merupakan orang terdekat yang bertanggung jawab memfasilitasi timbulnya rasa nyaman, aman, rasa dihormati, rasa berharga, dibutuhkan, kuat, semangat untuk menyelesaikan kehamilan dan persalinan dengan baik dan penuh kebahagiaan. Akibatnya ibu mampu mengadaptasi perubahan emosi dan terhindar dari perasaan depresi (Fairus et al., 2014)

Postpartum blues termasuk kategori gangguan mental ringan yang dapat hilang dengan sendirinya. Karena hal demikian, sering kali *postpartum blues* ini tidak terlalu dipedulikan serta kejadiannyapun tidak terdiagnosis sehingga tidak dilakukan tindak lanjut sebagaimana seharusnya. Jika

postpartum blues ini dianggap ringan dan penderitanya seringkali tidak dipedulikan, maka keadaan ini dapat menjadi gangguan yang serius dan berlanjut menjadi *depresi postpartum* bahkan *psikosis postpartum* (Wahyuni,2018).

Proses transisi perubahan peran menjadi ibu sudah dimulai sejak masa kehamilan dan terus berlanjut hingga tercapainya peran baru menjadi seorang ibu (Uriko, 2019)Perubahan peran dari seorang perempuan menjadi seorang ibu setelah melahirkan merupakan suatu perubahan yang signifikan, sehingga membutuhkan penyesuaian pada fisik, psikologis, biologis, sosial serta budaya (Nakamura et al., 2015) Selama masa nifas, akan terjadi berbagai perubahan yang menuntut ibu untuk dapat menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan tersebut, terutama pada ibu *primipara* yang belum mempunyai pengalaman kehamilan dan melahirkan sebelumnya, sehingga penyesuaian diri pada ibu nifas terhadap peran barunya sebagai ibu merupakan aspek penting dalam adaptasi psikologis masa nifas (Ningrum, 2017)

Selama masa nifas, ibu akan melewati fase *taking in* yang berlangsung pada hari 1-3 pasca melahirkan, fase *taking hold* yang berlangsung pada hari ke 3-10 pasca melahirkan dan fase *letting go* yang berlangsung pada hari ke 10 dan seterusnya (Walyani & Purwoastuti, 2017).

Salah satu faktor penting lainnya yang berpengaruh pada *postpartum blues* ini adalah kecukupan dukungan terutama dari suami dan keluarga (Rini dan kumala & Kumala, 2017)Suami merupakan anggota keluarga yang paling

terdekat dengan ibu, hal tersebut menjadikan (Fitrah & Helina, 2017) segala bentuk tindakan yang dilakukan suami akan berdampak pada kondisi psikologis ibu serta mempengaruhi kelancaran ibu dalam menjalani masa nifasnya. Dukungan suami termasuk salah satu faktor terbesar yang mempengaruhi *postpartum blues*, hal ini dikarenakan dukungan suami merupakan strategi koping yang sangat penting saat ibu mengalami stress serta berfungsi sebagai upaya preventif dalam mengurangi stress (Fitrah & Helina, 2017)

Ibu nifas yang mendapatkan dukungan suami yang adekuat, baik dukungan secara emosional, instrumental, penghargaan dan informatif, relatif tidak mengalami *postpartum blues*, sebaliknya ibu nifas yang kurang mendapatkan dukungan suami cenderung akan mengalami *postpartum blues* (Fitrah & Helina, 2017). Dukungan positif dari suami sangat dibutuhkan ibu saat menjalani masa nifas, apabila suami kurang memberikan dukungan, maka hal ini bisa membuat ibu merasa sedih serta kewalahan dalam mengurus bayi (Sinaga et al., 2023)

Dukungan keluarga dapat berupa kemampuan anggota keluarga dalam memperoleh pendidikan, pengetahuan dan keterampilan. Dukungan emosional yang diberikan keluarga kepada ibu nifas bisa dilakukan dengan cara memberikan motivasi atau dorongan yang berupa perhatian dan kepedulian, sehingga hal ini akan menimbulkan ketenangan jiwa dan memberi rasa nyaman pada ibu (Wicks et al., 2019). Dukungan keluarga mempunyai hubungan yang erat dengan kejadian *postpartum blues* terutama

pada ibu *primipara*. Semakin tinggi tingkat dukungan keluarga, maka semakin rendah kecenderungan ibu mengalami *postpartum blues*, begitupun sebaliknya (Wahyuni, 2018).

Berdasarkan penelitian (Purwati & Noviyana, 2020) Bantuan dari keluarga terdekat selain suami sangat berpengaruh dalam suatu keberhasilan ibu agar *postpartum blues* tidak berkembang menjadi dimana kondisi menjadi lebih berat seperti depresi *postpartum*. Dukungan keluarga terdekat sangat diperlukan untuk mengatasi gejala *postpartum blues*/baby blues pada ibu selain itu keluarga dan orang terdekat dengan ibu *postpartum* juga berperan besar dalam mengatasi dan timbulnya gejala *postpartum blues*/baby blues (Handayani et al., 2021).

Sementara pada saat peneliti melakukan studi pendahuluan ke puskesmas Wapunto pada saat itu peneliti lakukan dengan mewawancarai 10 orang ibu nifas menemukan pasien ibu *postpartum* merasa ketakutan atau mudah panik, merasa sedih, merasa tidak nyaman dengan fisiknya saat ini, terkadang sering menyalahkan diri sendiri dan merasa waktu tidur berkurang. Hasil survey awal tersebut dapat diketahui bahwa ternyata ibu nifas tersebut pada umumnya mengalami gejala *postpartum blues* atau sekitar 30% ibu nifas mengalami *postpartum blues*, jumlah tersebut ada 5 orang diantaranya ibu sering merasa cemas, takut serta khawatir tanpa sebab.

Dari 10 orang ibu nifas tersebut juga didapatkan 6 orang diantaranya kurang mendapatkan dukungan suami, seperti suami jarang memberikan semangat, jarang memberikan informasi tentang perkembangan bayi, tidak

pernah membantu ibu mengerjakan pekerjaan rumah, suami terkadang sering mengkritik ibu saat mengurus bayi, suami terkadang marah-marah ketika bayi menangis, tidak pernah menanyakan apa yang dirasakan ibu serta jarang mendengarkan keluh kesah ibu. ini merupakan gejala postpartum blues ada ibu nifas.

Berdasarkan data diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* di Puskesmas Wapunto.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini bagaimanakah hubungan dukungan suami dengan kejadian postpartum blues di Puskesmas Wapunto.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan kejadian post partum blues di Puskesmas Wapunto Kabupaten muna Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran dukungan suami pada ibu Nifas di Puskesmas Wapunto
- b. Untuk mengetahui gambaran kejadian postpartum blues pada ibu Nifas di Puskesmas Wapunto

- c. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues di Puskesmas Wapunto

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi yang dapat digunakan sebagai masukan pada ilmu khususnya mengenai hubungan dukungan suami dengan kejadian post partum blues.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan peneliti tentang hubungan dukungan suami, dengan kejadian *postpartum blues* dan peneliti juga dapat menerapkan ilmu yang telah dipelajari serta memperdalam ilmu tentang metode penelitian.

b. Bagi Institusi Pendidikan Bidan

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi bacaan dan diharapkan dapat menambah wawasan pembaca khususnya dalam ilmu kebidanan. Serta untuk pertimbangan penelitian lebih lanjut tentang hubungan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues*.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk peneliti selanjutnya sehingga dapat mengembangkan ilmu kebidanan terkait dengan kejadian post partum blues.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya pada ibu pasca melahirkan tentang hubungan dukungan suami, dengan kejadian *postpartum blues* dan untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu.