

Article

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KEJADIAN POST PARTUM BLUES

¹Isnawati Adeningsih Ishak, ²Rani Safitri, ³Linda Kartikasari

¹²³Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, ITSK RS dr. Soepraoen Malang

SUBMISSION TRACK

Received: July 17, 2024
Final Revision: August 17, 2024
Available Online: September 05, 2024

KEYWORDS

Cadre performance, service satisfaction, posyandu

CORRESPONDENCE

Phone: 081334602226
E-mail: rani@itsk-soepraoen.ac.id

ABSTRACT

Having a baby is a moment that is always anticipated and expected by every married couple. But sometimes this moment of happiness actually turns into a stressful condition for the mother, known as postpartum blues or baby blues syndrome. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between family support and the incidence of postpartum blues at the Dr. Josef Tuda Tombatu Clinic. This study is a type of analytic survey with a cross sectional design. The sampling technique used in this study was total sampling with a total of 13 postpartum mothers. Data analysis used is the Spearman rank statistical test with a significance level of 5% (0.05). The results showed that 77% of postpartum mothers experienced postpartum blues, and 38% of them experienced mild postpartum blues. Of the 13 postpartum mothers, almost half, namely 46%, received less family support. The results of data analysis with the Spearman rank test showed p value = 0.000 which means that there is a relationship between family support and postpartum blues in Klinik dr. Josef Tuda Tomblatu. Correlation coefficient shows -0.875 which means that the relationship between family support and the incidence of postpartum blues is very strong. Translated with DeepL.com (free version) Therefore, there is a need for very good family support for postpartum mothers, because good support from the family will provide its own emotional strength for postpartum mothers.

I. INTRODUCTION

Memiliki seorang bayi merupakan momen yang selalu dinanti dan diharapkan oleh setiap pasangan yang sudah menikah. Moment ini merupakan momen yang membahagiakan untuk sebagian besar ibu. Namun adakalanya

momen kebahagiaan ini justru berubah menjadi kondisi stress tersendiri bagi ibu yang dikenal dengan postpartum blues atau baby blues syndrome. Postpartum blues atau baby blues syndrome merupakan sebuah perubahan emosi dan suasana hati ibu yang terjadi setelah

proses kelahiran bayi yang dapat menjadikan ibu merasa mudah terharu, cemas hingga mudah sekali tersinggung. Postpartum blues ini biasanya terjadi sekitar 80% pada ibu postpartum.

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia saat ini menunjukkan angka yang masih kurang tinggi. Menurut Prasetyawati terdapat 20 ribu ibu yang meninggal disebabkan karena komplikasi pada saat kehamilan dan persalinan. Postpartum Blues merupakan salah satu komplikasi pasca persalinan yang sering sekali terjadi (Qiftiyah, 2018). Kejadian postpartum blues di ASIA menunjukkan angka yang kurang tinggi yaitu berkisar di angka 26- 85%. Di Indonesia kejadian postpartum blues menunjukkan angka yang bervariasi di setiap daerah yang berkisar antara 50-70% dari seluruh ibu yang melahirkan. Kejadian postpartum blues ini juga banyak terjadi di negara lain seperti di Jepang, angka kejadian postpartum blues mencapai 15-50%, Yunani mencapai 44,5 % dan Prancis mencapai 31,7%. (Ariesca et al., 2019). Apabila kejadian postpartum blues ini tidak ditangani dengan benar maka akan berlanjut menjadi depresi postpartum. Kondisi depresi postpartum yang berlanjut sangat membahayakan baik bagi keselamatan ibu maupun dan anaknya. Seperti halnya kejadian pada "FM" yang membunuh bayinya usia 3 bulan di Cibeunying Kaler, Bandung, Jawa Barat pada tanggal 01 September 2019 yang disebabkan karena ibu mengalami Depresi postpartum (compas.com).

Postpartum blues ini juga terjadi di Desa Tuda Tombatu, hal ini terlihat dari studi pedahuluan yang dilaksanakan pada bulan Mei 2024 yang dilakukan dengan wawancara kepada 3 ibu nifas dengan hasil bahwa ke-3nya mengalami postpartum blues pada nifas saat ini. Faktorfaktor yang dapat menyebabkan kejadian postpartum blues antara lain : perubahan hormonal selama masa nifas, pengetahuan ibu, status kehamilan dan

persalinan ibu, pengalaman dalam proses kehamilan dan persalinan, dukungan suami dan keluarga, usia ibu, pekerjaan, serta ketidakmampuan ibu dalam beradaptasi. Ibu postpartum blues yang tidak berhasil menyesuaikan diri dengan peran barunya akan mengalami gangguan emosional seperti depresi pascapersalinan (DPP).

Oleh karena itu penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kejadian post partum blues di Klinik dr. Josef Tuda Tombatu.

II. METHODS

Penelitian ini merupakan survey analitik dengan desain penelitiannya adalah cross sectional. Variabel penelitian ini adalah dukungan keluarga dan Kejadian Postpartum blues. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas sebelumnya dengan nilai uji validitas 0,747 - 0,946, dan nilai reabilitasnya yaitu nilai crobach's Alpha 0,961. Adapun sampel penelitian adalah ibu post partum pada bulan Maret-Mei 2024 di Klinik dr. Josef Tuda Tombatu sebanyak 13 ibu dengan teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Analisa data yang digunakan adalah uji statistik spheran rank dengan tingkat kemaknaan 5% (0,05) dengan bantuan software SPSS.

III. RESULT

1. Dukungan Keluarga terhadap Ibu Post Partum.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Ibu Post Partum nisi quis eleifend

No.	Dukungan Keluarga	Jumlah	%
1.	Sangat Kurang	0	0
2.	Kurang	6	46
3.	Baik	5	38
4.	Sangat Baik	2	16
	Total	13	100

Sumber data 2024

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa dari 13 ibu postpartum pada bulan Maret-Mei 2024 di Klinik dr. Josef Tuda Tombatu, hampir setengahnya mendapat kurang dukungan keluarga yaitu 6 ibu postpartum (46%)

2. Kejadian Post Partum Blues

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Post Partum Blues.

No.	Kejadian Postpartum Blues	Jumlah	%
1.	Tidak mengalami	3	23
2.	Ringan	5	38
3.	Sedang	4	31
4.	Berat	1	8
	Total	13	100

Sumber data 2024

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 13 ibu postpartum pada bulan Maret-Mei 2024 di Klinik dr. Josef Tuda Tombatu, hampir setengahnya mengalami postpartum blues ringan yaitu 5 ibu postpartum (38%).

3. Tabulasi Silang antara Dukungan Keluarga dengan kejadian Post Partum Blues.

Tabel 3. Tabulasi Silang antara Dukungan Keluarga dengan kejadian Post Partum Blues.

No.	Dukungan keluarga	Kejadian postpartum blues					Total
		Tidak mengalami	Ringan	Sedang	Berat		
1.	Sangat kurang	0	0	0	0	0	
2.	Kurang	0	1	4	1	6	
3.	Baik	1	4	0	0	5	
4.	Sangat baik	2	0	0	0	2	
	Total	3	5	4	1	13	

Sumber data 2024

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari 6 ibu postpartum yang mendapatkan dukungan keluarga yang kurang sebagian besar yaitu 68% mengalami postpartum blues sedang. Dan dari 5 ibu postpartum yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik, sebagian besar yaitu 80% mengalami postpartum ringan. Sedangkan yang dari 2 ibu yang mendapatkan dukungan keluarga yang sangat baik seluruhnya tidak mengalami postpartum blues.

Setelah data penelitian ini dilakukan analisis menggunakan uji korelasi spearman rank menghasilkan nilai p value= 0,000 yang bermakna bahwa ada hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kejaidan Postpartum blues di Maret-Mei 2024 di Klinik dr. Josef Tuda Tombatu.

IV. DISCUSSION

1. Dukungan Keluarga terhadap Ibu Post Partum

Data hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir separuh dari ibu postpartum mendapatkan kurang dukungan keluarga yaitu 46%, dukungan baik sebanyak 38% dan dukungan sangat baik sebanyak 16%. Tidak ditemukan ibu postpartum yang tidak mendapatkan dukungan keluarga selama menjalani masa nifas. Hal ini dapat membuktikan bahwa masyarakat di desa Marengan Laok memiliki budaya yang baik dalam hal dukungan keluarga bagi ibu postpartum.

Masa nifas (postpartum) merupakan masa pemulihan dimana terjadi proses pengembalian alat-alat reproduksi ibu ke kondisi awal sebelum ibu mengalami proses kehamilan. Banyak sekali kebutuhan yang dibutuhkan ibu selama masa nifas untuk mempercepat proses penyembuhan seperti kebutuhna nutrisi, kebutuhan istirahat, perawatan pasca persalinan, dll. (Podungge, 2020). Selain itu pada masa nifas, ibu juga harus dapat mengurus bayi yang baru saya dilahirkan. Oleh karena itu dibutuhkan adanya dukungan keluarga dalam membantu ibu untuk memenuhi kebutuhannya selama masa nifas.

Dukungan keluarga merupakan sebuah sikap serta tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya yang dapat ditunjukkan dalam dukungan

informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Dengan kata lain dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan (Riani, 2017). Dukungan keluarga dapat berupa dukungan sosial keluarga internal seperti dukungan dari seorang suami, dukungan dari saudara kandung, kakak ipar, orang tua, mertua, kakek maupun Nenek (Susanti & Sulistiyanti, 2017). Bentuk dukungan keluarga ini dapat membuat seseorang merasa nyamanm dicintai dan diperdulikan oleh keluarga yang dapat berdampak seseorang dapat menghadapi masalah dengan baik. (Fairus & Widiyanti, 2014)

2. Kejadian Post Partum Blues

Data hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir separuh ibu postpartum mengalami postpartum blues ringan yaitu 38%, 31 % mengalami postpartum blues sedang, 8% mengalami postpartum blues berat serta 23% tidak mengalami postpartum blues selama masa nifas.

Postpartum blues yang juga dikenal dengan baby blues merupakan kondisi dimana terjadi perubahan mood pada ibu postpartum yang terjadi setiap waktu setelah ibu melahirkan bayinya. Biasanya postpartum blues ini muncul pada hari ke-3 atau hari ke-4

setelah ibu melahirkan dan memuncak diantara hari ke-5 s/d hari ke-14 pada masa nifas. Perasaan yang muncul pada ibu yang mengalami postpartum blues seperti mudah sedih, menangis, adanya perasaan kesepian atau ditolak, gelisah, bingung, letih bahkan sangat letih serta adanya gangguan tidur. Oleh karena itu gejala yang muncul pada ibu postpartum yang mengalami postpartum blues dapat berupa mudah menangis, mudah marah, murung, merasa sedih, cemas, nafsu makan menurun dan sulit tidur. (Vida Wira Utami, 2016). Ada banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya postpartum blues, seperti : faktor hormonal, pengalaman dalam masa kehamilan dan proses persalinan, ketidaknyamanan fisik karena trauma pasca persalinan seperti after pain, nyeri luka perinium, ketidakmampuan beradaptasi, latar belakang psikologi ibu, kelelahan, stress yang dialami ibu, kondisi bayi yang baru saja dilahirkannya serta status paritas (Khoerunisa, 2018).

Jika kita melihat dari data karakteristik responden, seluruh ibu postpartum yang mengalami postpartum blues ringan, status paritasnya adalah multipara yaitu anak ke-2 dan ke-3. Berbeda dengan ibu postpartum yang mengalami postpartum berat dan sedang yang memiliki status primipara. Status paritas multipara berhubungan dengan pengalaman ibu dalam beradaptasi atas perubahan selama masa nifas serta pengalaman dalam merawat bayi pada masa nifas sebelumnya

sehingga memberikan kesiapan tersendiri kepada ibu post partum dalam menjalani masa nifasnya saat ini. Berbeda dengan ibu postpartum yang status paritasnya adalah primipara yang belum memiliki pengalaman terhadap perubahan masa nifas serta perawatan bayi sehingga ibu belum memiliki persiapan yang baik karena ini merupakan pengalaman pertamanya.

Kondisi postpartum blues masih dianggap kondisi normal pada masa postpartum karena dikaitkan dengan adaptasi psikologis ibu postpartum. Namun jika dalam prosesnya adanya factor predisposisi dan tidak ditangani secara tepat maka kondisi postpartum blues ini akan menjadi depresi postpartum.

3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan kejadian Post Partum Blues

Data penelitian menunjukkan bahwa dari 6 ibu postpartum yang kurang mendapatkan dukungan keluarga sebagian besar yaitu 68% mengalami postpartum blues sedang. Dan dari 5 ibu postpartum yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik, sebagian besar yaitu 80% mengalami postpartum ringan. Sedangkan yang dari 2 ibu yang mendapatkan dukungan keluarga yang sangat baik seluruhnya tidak mengalami postpartum blues. Hasil analisis data menggunakan uji korelasi spearman rank menunjukkan p value= 0,000

dengan nilai Correlation coefficient menunjukkan angka -0,875.

Masa nifas merupakan masa pemulihan alat-alat reproduksi kembali pada kondisi pra-hamil. Dimana banyak perubahan yang terjadi pada ibu selama masa nifas dan salah satunya perubahan psikologi. Ada beberapa fase adaptasi psikologi masa nifas yaitu fase taking in, taking hold dan Letting go. Fase taking in merupakan fase ketergantungan. Pada fase ini ibu fokus pada diri sendiri yang terjadi di hari pertama pasca persalinan. Fase Taking Hold adalah fase dimana ibu mulai cemas akan rasa tanggung jawab dalam merawat bayi. Pada fase ini ibu memerlukan dukungan dalam merawat diri dan bayinya. Fase Letting go yaitu fase dimana ibu sudah bisa menerima tanggung jawabnya akan peran barunya. Setiap fase memiliki waktu adaptasi yang berbeda-beda tergantung faktor pendukung keberhasilan adaptasi yang dialami oleh setiap ibu postpartum. Ada beberapa gangguan psikologis yang bisa terjadi pada ibu postpartum, salah satunya postpartum blues.

Postpartum blues atau baby blues merupakan kondisi terjadinya perubahan emosional yang terjadi pada ibu postpartum (Gutira & Nuryanti, 2010). Banyak faktor yang dapat menyebabkan ibu mengalami Postpartum blues, salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan social disini memiliki arti kenyamanan, informasi serta bantuan yang diterima seseorang melalui kontak formal dengan individu atau kelompok (Khoerunisa,

2018). Seseorang yang memperoleh dukungan sosial, secara emosional akan merasa lebih lega karena merasa diperhatikan serta mendapatkan saran dengan kesan yang menyenangkan pada diri. Dukungan social yang terpenting disini adalah dukungan keluarga.

Menurut Taylor dukungan social secara efektif akan menurunkan keadaan yang dapat membahayakan secara psikologis pada saat penuh ketegangan. Oleh karena itu dukungan keluarga yang baik dapat mengurangi terjadinya postpartum blues.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruhnya yaitu 100% ibu postpartum yang mendapatkan dukungan sangat baik dari keluarga tidak mengalami postpartum blues. Hal ini terjadi karena ibu postpartum mendapatkan dukungan penuh dari keluarga baik secara informan, penilaian, instrumental dan dukungan emosional. Sedangkan yang mendapatkan dukungan keluarga baik, sebagian besar yaitu 80% mengalami postpartum blues ringan. Hal ini disebabkan karena ada beberapa bagian dukungan yang tidak didapatkan oleh ibu selama masa nifas yang dijalannya yaitu seperti dukungan informan tentang informasi terkait perubahan selama masa postpartum. Berbeda dengan ibu postpartum yang kurang mendapatkan dukungan keluarga, sebagian besar yaitu 68% ibu postpartum mengalami postpartum blues sedang. Hal ini disebabkan karena ibu postpartum tidak sepenuhnya mendapatkan

dukungan keluarga selama menjalani masa nifas seperti halnya kurangnya keluarga dalam membantu ibu dalam perawatan masa nifas dan bayi, kurangnya waktu keluarga dalam menemani dan membantu ibu selama masa nifas, kurangnya informasi terkait perawatan selama masa nifas.

Dari hasil analisis data penelitian dengan uji spearman rank, diperoleh p value= 0,000 yang bermakna bahwa ada hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kejadian Postpartum blues di Desa Marengan Laok Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. Correlation coefficient menunjukkan angka -0,875 yang artinya bahwa Korelasi antara dukungan keluarga dengan kejadian postpartum blues adalah sangat kuat. Angka Correlation coefficient nilai negative yang menunjukkan bahwa jenis hubungannya adalah

berlawanan dengan artian semakin baik dukungan keluarga akan semakin rendah kejadian postpartum blues pada ibu postpartum.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Tia Gutira (2010) yang menunjukkan hasil bahwa sebagian besar ibu yang mengalami baby blues syndrome adalah ibu postpartum yang memiliki dukungan keluarga yang rendah. Ibu kurang mendapatkan dukungan dari suami dan keluarga dimana ibu harus mengerjakan seluruh pekerjaan rumah, merawat bayinya sendiri selama masa nifas. Oleh sebab itu, dibutuhkan adanya dukungan keluarga yang sangat baik untuk ibu postpartum, karena dukungan yang baik dari keluarga akan memberikan kekuatan emosi tersendiri bagi ibu postpartum.

V. CONCLUSION

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat antara dukungan keluarga dengan kejadian postpartum blues dengan nilai Correlation coefficient yang negatif yang menunjukkan bahwa semakin baik dukungan keluarga akan semakin rendah kejadian postpartum blues pada ibu postpartum. Oleh karena itu dengan dukungan keluarga yang sangat baik dapat mencegah terjadinya postpartum blues pada ibu postpartum.

REFERENCES

- Ariesca, R., Helina, S., & Vitriani, O. (2019). FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN POSTPARTUM BLUES DI KLINIK PRATAMA WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAYUNG SEKAKI KOTA PEKANBARU. JURNAL PROTEKSI KESEHATAN. <https://doi.org/10.36929/jpk.v7i1.125>
- Fairus, M., & Widiyanti, S. (2014). Hubungan dukungan suami dengan kejadian depresi postpartum pada ibu nifas. Jurnal Kesehatan.
- Gutira, T., & Nuryanti, L. (2010). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEJADIAN BABY BLUES SYNDROME PADA IBU POST SECTIO CAESARIA. INDIGENOUS Jurnal Ilmiah Psikologi, 12, 194. <https://doi.org/https://doi.org/10.23917/indigenous.v0i0.4760>
- Khoerunisa, S. (2018). GAMBARAN KEJADIAN GEJALA BABY BLUES PADA IBU POSTPARTUM BERDASARKAN KARAKTERISTIK DI RUMAH SAKIT DR. SLAMET GARUT TAHUN 2018.
- Podungge, Y. (2020). ASUHAN KEBIDANAN KOMPREHENSIF. Jambura Health and Sport Journal. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v2i2.7102>
- Qiftiyah, M. (2018). Gambaran FaktorFaktor (Dukungan Keluarga, Pengetahuan, Status Kehamilan Dan Jenis Persalinan) Yang Melatarbelakangi Kejadian Post Partum Blues Pada Ibu Nifas Hari Ke-7 (Di Polindes Doa Ibu Gesikharjo dan Polindes Teratai Kradenan Palang). JURNAL KEBIDANAN. <https://doi.org/10.30736/midpro.v10i2.75>
- Riani, E. N. (2017). Dukungan suami dan keluarga terhadap angka kejadian baby blues di Puskesmas II Kembaran Banyumas. Medsains.
- Susanti, L. W., & Sulistiyanti, A. (2017). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Baby Blues Syndrom Pada Ibu Nifas. Infokes.
- Vida Wira Utami, M. I. D. (2016). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Post Partum Blues Pada Ibu Nifas Di BPS Amrina, Amd.Keb Kelurahan Ganjar Asri Kecamatan Metro Barat Kota Metro Baru tahun 2016. Jurnal Kebidanan.