

Analisis Resiko Postpartum Blues pada Ibu Nifas di RSUD Jati Padang Jakarta Selatan

Yenny Aulya^{1*}, Atika Amalia², Siti Syamsiah³

^{1,2,3}Prodi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta

Jl. Sawo Manila, Pejaten, Pasar Minggu, 12520, DKI Jakarta, Indonesia

*Email Korespondensi: yenny.aulya@civitas.unas.ac.id

Submitted : 26/10/2023

Accepted: 04/09/2024

Published: 28/09/2024

Abstract

According to the World Health Organization, WHO (2018), the general prevalence of postpartum blues in the world population is 3-8%, with 50% of cases occurring in the productive age group, namely 20-50 years. WHO also states that postpartum blues affects approximately 20% of women and 12% of men at some time in life. Quantitative research using observational-analytic methods based on numbers in measuring variables and drawing conclusions from the facts studied. The research design was measured using cross-sectional by using purposive sampling technique for sampling and obtained 59 respondents in this study. The research instruments were the EPDS (Edinburg Postnatal Depression Scale) questionnaire and questionnaire. Based on the results of non-parametric statistical analysis using the Chi Square test P-value 0.000 <0.05, which means there is a relationship between age, parity, pregnancy status, employment, husband's support and family support on the incidence of postpartum blues in postpartum women at Jati Padang Hospital in 2023. There is a relationship between age, parity, occupation, husband's support, and family support on the incidence of postpartum blues in postpartum women. It is hoped that postpartum mothers, families, and health workers can collaborate in paying attention to the psychological condition of the mother after giving birth

Keywords: *age, family support, husband's support, occupation, postpartum blues, parity, pregnancy status*

Abstrak

Menurut World Health Organization WHO (2018) mencatat prevalensi postpartum blues secara umum pada populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. WHO juga menyatakan bahwa gangguan postpartum blues mempengaruhi sekitar 20% wanita dan 12% laki-laki pada suatu waktu dalam hidup. Penelitian kuantitatif dengan metode observasional-analitik yang berlandaskan pada bentuk angka dalam pengukuran variabel dan menarik kesimpulan dari fakta yang diteliti. Desain penelitian diukur memakai *cross-sectional* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* untuk pengambilan sampel dan didapat 59 responden. Uji Statistik *Chi-square*. Instrumen penelitian yaitu kuesioner EPDS (*Edinburg Postnatal Depression Scale*) dan kuesioner. Terdapat hubungan signifikan antara variabel; usia *p-value* 0,000, paritas *p-value* 0,000, status kehamilan *p-value* 0,033, beban pekerjaan *p-value* 0,017, dukungan suami *p-value* 0,017, dan dukungan keluarga *p-value* 0,000 terhadap kejadian postpartum blues pada ibu nifas di RSUD Jati Padang tahun 2023. Terdapat hubungan antara usia, paritas, beban kerja, dukungan suami, dan dukungan keluarga terhadap kejadian postpartum blues pada ibu nifas. Diharapkan kepada ibu nifas, keluarga dan nakes dapat berkolaborasi dalam memperhatikan kondisi psikologis ibu setelah melahirkan.

Kata kunci: *beban kerja, dukungan suami, dukungan keluarga, postpartum blues, paritas, status kehamilan, usia*

PENDAHULUAN

Kesadaran masalah gangguan mental pada ibu adalah tanggung jawab bersama dari pelbagai pihak, namun faktanya banyak dari stakeholder tidak menyadari kondisi yang sangat sering terjadi dewasa ini. Salah satu gangguan mental yang kerap dialami oleh ibu adalah gangguan mental pada masa nifas yaitu postpartum blues atau disebut juga dengan maternal blues dan baby blues. Masalah gangguan postpartum blues bermula dari tidak tuntasnya keluhan-keluhan ibu pada saat kehamilan. Ibu hamil cenderung mengalami peningkatan kecemasan yang dapat mengakibatkan terjadinya gangguan psikologis dan psikosomatik. Selain itu, bermacam kondisi lain seperti minimnya dukungan keluarga, masalah ekonomi, latar belakang pendidikan dan keluhan-keluhan lain selama kehamilan menjadi faktor-faktor penyumbang terjadinya postpartum blues pada masa nifas (Sebastian, 2016)

Menurut World Health Organization WHO (2018) mencatat prevalensi postpartum blues secara umum pada populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. WHO juga menyatakan bahwa gangguan postpartum blues mempengaruhi sekitar 20% wanita dan 12% laki-laki pada suatu waktu dalam hidup.

Di Indonesia, keseluruhan angka kejadian baby blues atau postpartum blues belum diketahui secara pasti. Dari pelbagai penelitian terkait postpartum blues di beberapa kota yang pernah dilakukan di Indonesia diantaranya: Aceh, Bali, Yogyakarta, dan Surabaya pada tahun 2001-2013 ternyata angka kejadian mencolok tinggi yakni sebesar 11%-30% dibandingkan dengan kejadian di negara lain yang ada di Asia. Namun, jika dipadankan dengan negara-negara lain yang ada di Eropa dan Amerika, angka ini tergolong rendah. Salah satu

yang menentukan terjadinya postpartum blues di Indonesia yaitu adat dan karakteristik masyarakat Indonesia yang lebih tabah dan mampu menerima berbagai peristiwa yang dialami baik menyenangkan atau menyedihkan. Pada tahun 2020, kejadian postpartum blues meningkat sekitar 70-80% pada ibu nifas dan sekitar 10-13% diantaranya berlanjut pada fase postpartum depression (Deniati et al., 2022).

Gangguan mental usai melahirkan dapat menyerang siapapun tanpa melihat usia, beban kerja, tingkat sosial ekonomi, dan strata pendidikan. Semua ibu yang baru melahirkan bisa terserang gangguan mental, ada yang berlangsung dalam waktu yang pendek, bahkan ada yang hingga bertahun-tahun lamanya (Deniati et al., 2022)

Postpartum blues dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya postpartum blues yaitu usia ibu, paritas, dukungan dari suami, pendidikan, ekonomi dan pekerjaan. Faktor -faktor yang mempengaruhi postpartum blues biasanya dipengaruhi oleh beberapa sebab sehingga tanda dan gejala postpartum blues merupakan mekanisme multifaktorial (Irawati & Yuliani, 2014). Di samping itu, penelitian yang dilakukan oleh (Febriyanti, 2021) menunjukkan adanya faktor pendidikan, usia, paritas, dukungan suami, dukungan keluarga dan beban kerja terhadap kejadian postpartum blues.

Rumah Sakit Jati Padang Jakarta Selatan adalah salah satu rumah sakit yang mengalami peningkatan angka kelahiran setiap tahunnya. Bulan Januari hingga Desember 2022 terdapat sekitar 510 kelahiran. Didapatkan data sekitar 88 (17,2%) orang ibu nifas mengalami postpartum blues, 20 (3,9%) ibu nifas mengalami depresi sedang dan 9 (1,76%) ibu nifas mengalami depresi berat. Dari studi pendahuluan yang sudah dilakukan melalui wawancara di RSUD Jati Padang

Jakarta Selatan kepada 10 ibu nifas hari ke 3-10 dari 79 ibu nifas, sekitar 8 (10 %) ibu nifas diantaranya menyatakan mengalami cemas dan takut karena tidak mengerti cara mengurus bayi, 1 orang (1,2 %) ibu nifas diantaranya menurut wawancara yang dilakukan pada nakes menyatakan bahwa ibu pernah menyayat tangan dengan pisau saat hamil dan banyak berteriak-teriak paska melahirkan.

Berdasarkan fenomena pada latar belakang diatas, penulis terdorong untuk melaksanakan penelitian yakni menilik faktor-faktor resiko postpartum blues pada ibu nifas di RSUD Jati Padang, Jakarta Selatan.

METODE PENELITIAN

Metode observasional-analitik. Desain penelitian memakai cross-sectional. Populasi dalam penelitian yaitu ibu nifas hari ke 3-10 yang melahirkan di RSUD Jati Padang, Jakarta Selatan. Jumlah sampel sebanyak 59 responden. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Instrumen penelitian yaitu EPDS (*Edinburg Postnatal Depression Scale*) dan kuesioner. Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Chi-Square* dengan menggunakan perangkat lunak pengolah statistik program SPSS.

HASIL

Tabel 1. Hasil Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
Resiko	34	57,6
Tidak Beresiko	25	42,4
Paritas		
Primipara	34	57,6
Multipara	25	42,4
Status Kehamilan		
Direncanakan	10	16,9
Tidak	49	83,1
Direncanakan		
Beban Kerja		
Ada	47	79,7
Tidak Ada	12	20,3
Dukungan Suami		
Ada		
Tidak Ada	18	30,5
Dukungan Keluarga		
Ada	41	69,5
Tidak Ada	17	28,8
	42	71,2

Dari total 59 individu yang diteliti yang memiliki usia beresiko yaitu 34 (57,6%) ibu nifas, 34 individu (57,6%) merupakan primipara, 49 individu (83,1%) mengalami kehamilan yang tidak direncanakan, 47 individu (79,7%) memiliki beban kerja, 41 individu (69,5%) tidak mendapatkan dukungan dari suami dan 42 individu (71,2%) tidak merasakan adanya dukungan dari keluarga.

Tabel 2. Hubungan Antara Usia dengan Postpartum Blues

Usia	Postpartum Blues				Total		p-value	OR (95%CI)
	Ya		Tidak					
	f	%	f	%	f	%		
Resiko	33	97,1	1	2,9	34	100	0,000	30,464 (3,589-258,5
Tidak Resiko	13	52	12	48	25	100		
Total	46	78	13	22	59	100		

Dari total 34 responden yang termasuk dalam kategori usia yang berisiko, sebanyak 97,1% mengalami Postpartum Blues, sedangkan hanya 2,9% yang tidak mengalami kondisi ini. Nilai *p-value* yang diberikan adalah 0,000.

Tabel 3. Hubungan Antara Paritas dengan Postpartum Blues

Paritas	Postpartum Blues				Total		p-value	OR
	Ya		Tidak					
	f	%	f	%	f	%	0,000	12,571
Primipara	32	94,1	2	5,9	34	100	0,000	12,571 (CI 2,457- 64,310)
Multipara	14	56	11	44	25	100		
Total	46	78	13	22	59	100		

Dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang memiliki paritas berisiko mengalami postpartum blues, sedangkan 13 orang atau 22,0% dengan paritas tidak berisiko mengalaminya. Nilai p-value yang tercantum adalah 0,002.

Tabel 4. Hubungan Antara Status Kehamilan dengan Postpartum Blues

Status Kehamilan	Postpartum Blues				Total		p-value
	Ya		Tidak				
	F	%	F	%	f	%	
Direncanakan	5	50	5	50	10	100	0,033
Tidak direncanakan	41	83,7	8	16,3	49	100	
Total	46	78	13	22	59	100	

Dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang memiliki status kehamilan berisiko mengalami postpartum blues.

Tabel 5. Hubungan Antara Beban Kerja dengan Postpartum Blues

Beban Kerja	Postpartum Blues				Total		p-value	OR
	Ya		Tidak		f	%		
	f	%	f	%				
Tidak ada beban	40	50	7	50	47	100	0,017	5,714 (CI 1,427-22,88)
Ada beban kerja	6	83,7	6	16,3	12	100		
Total	46	78	13	22	59	100		

Tabel 6. Hubungan Antara Dukungan Suami dengan Postpartum Blues

Dukungan Suami	Postpartum Blues				Total		p-value
	Ya		Tidak		f	%	
	F	%	f	%			
Ada dukungan	6	33,3	12	66,7	18	100	0,017
Tidak ada	40	97,6	1	2,4	41	100	
Total	46	78	13	22	59	100	

Dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang mendapatkan dukungan suami mengalami postpartum blues, sedangkan 13 orang atau 22,0% yang tidak mendapatkan dukungan suami mengalaminya. Nilai p-value yang tercantum adalah 0,000.

Tabel 7. Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Postpartum Blues

Dukungan keluarga	Postpartum Blues				Total		p-value	OR
	Ya		Tidak					
	f	%	f	%	f	%		
Ada dukungan	4	23,5	13	76,5	17	100	0,000	0,235
Tidak ada	42	100	0	0	42	100		(CI
Total	46	78	13	22	59	100		0,100-0,554)

Dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang mendapatkan dukungan keluarga mengalami postpartum blues, sedangkan 13 orang atau 22,0% yang tidak mendapatkan dukungan keluarga mengalaminya.

PEMBAHASAN

Hubungan Antara Usia dengan Postpartum Blues

Hasil penelitian dari uji hipotesis chi-square diperoleh *p-value* sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$), maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang mana diartikan terdapat hubungan antara usia ibu nifas dengan kejadian postpartum blues di RSUD Jati Padang Tahun 2023. Nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 30,464 artinya responden dengan usia beresiko memiliki peluang sebesar 30 kali mengalami postpartum blues disbanding yang tidak memiliki usia beresiko.

Usia ideal perempuan untuk menikah dan melahirkan adalah pada rentang usia 20-35 tahun dengan jarak kelahiran dua sampai lima tahun karena dalam periode kehidupan ini, risiko wanita menghadapi komplikasi medis ketika hamil dan melahirkan tergolong yang paling rendah. sedangkan pada usia <20 tahun dan >35 tahun merupakan usia yang berisiko tinggi terhadap kehamilan dan persalinan (BKKBN, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purwati & Noviyana, 2020) menunjukkan pada usia 22-40 tahun mengalami tanda gejala postpartum blues. Metode penelitian ini menggunakan kualitatif melalui pendekatan fenomenologi dengan pengambilan populasi dengan cara *purposive sampling* terhadap 6 responden utama dan 6 responden

pendukung. (Kumalasari & Hendawati, 2019)

Penelitian yang dilakukan oleh Mashitoh et al (2019) juga menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara usia ibu dengan kejadian postpartum blues di Desa Mijen Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Tahun 2018 dengan *p value* =0,021. (Masithoh et al., 2019)

Menurut asumsi penulis, usia memiliki peranan penting, seorang yang matang secara usia lebih mampu menerima berbagai kondisi serta memiliki pola pikir yang baik terhadap suatu kejadian. Ibu yang memiliki usia lebih mudah masih belum memiliki banyak pengalaman berbeda dengan ibu yang sudah memiliki usia diatasnya. Secara pengalaman ibu usia lebih mudah juga memiliki pengalaman yang lebih sedikit sehingga rentan terhadap postpartum blues.

Hubungan Antara Paritas dengan Postpartum Blues

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara paritas (jumlah kali melahirkan) dengan kejadian postpartum blues setelah melahirkan. Dalam kategori primipara (ibu yang melahirkan anak pertama kali), dari total 34 responden, sebanyak 94,1% mengalami postpartum blues, sedangkan hanya 5,9% yang tidak mengalaminya dengan nilai sebesar 0,002 ($p\text{-value} < 0,05$) dan nilai *Odd Ratio* (OR) sebesar

12,57 artinya ibu dengan primipara memiliki peluang terkena postpartum blues sebesar 12 kali.

Gangguan postpartum berkaitan dengan status paritas adalah riwayat obstetri pasien yang meliputi riwayat hamil sampai bersalin serta apakah ada komplikasi dari kehamilan dan persalinan sebelumnya dan terjadi lebih banyak pada wanita primipara. Wanita primipara lebih umum menderita postpartum blues karena setelah melahirkan wanita primipara berada dalam proses adaptasi, kalau dulu hanya memikirkan diri sendiri begitu bayi lahir jika ibu tidak paham perannya ia akan menjadi bingung sementara bayinya harus tetap dirawat (Fitriyani, 2015).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari *et al* (2020) menunjukkan bahwa 22 orang paritas primipara terdapat 8 orang postpartum blues berat 11 orang postpartum blues ringan dan 3 orang postpartum blues normal Hasil penelitian ini antara paritas dan postpartum blues dapat diketahui dari 22 orang paritas primipara terdapat 8 orang postpartum blues berat hal ini karna pada ibu paritas primipara merasa cemas dan merasa pengalamn baru dalam merawat bayidan mendapat peran baru yang rumit.

Sejalan dengan penelitian Yulistianingsih (2012) sebagian besar paritas ibu postpartum adalah primipara yatu 24 (52,2%), sebagian besar Ibu postpartum tidak mengalami postpartum blues yaitu sebanyak 24 (52,2%). Hasil uji analisis didapatkan nilai *p-value* sebesar 0.032 ($p > \alpha$) > 0,05 yang berarti terdapat hubungan antara paritas ibu dengan kejadian postpartum blues(Yulistianingsih, D., & Susanti, 2021)

Hubungan Antara Status Kehamilan dengan Postpartum Blues

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status kehamilan (apakah kehamilan

direncanakan atau tidak direncanakan) dengan kejadian postpartum blues setelah melahirkan. Dalam kategori kehamilan yang tidak direncanakan, dari total 10 responden, sebanyak 50,0% mengalami postpartum blues, sedangkan 50,0% tidak mengalaminya. Di sisi lain, dalam kategori kehamilan yang direncanakan, dari total 49 responden, 83,7% mengalami postpartum blues, dan 16,3% tidak mengalami kondisi tersebut. Secara keseluruhan, dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang memiliki status kehamilan berisiko mengalami postpartum blues, sedangkan 13 orang atau 22,0% dengan status kehamilan tidak berisiko mengalaminya. Nilai *p-value* yang tercantum adalah 0,033 dengan nilai *Odd Ratio* (OR) 0,195 (CI 0,046-0,834)

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jayanti *et al* (2022) yang mana hasil penelitian yang telah dilakukan dari 20 responden, diperoleh informasi bahwa kelompok ibu postpartum dengan status kehamilan direncanakan yang mengalami postpartum blues sebanyak 6 orang (30%) yang tidak mengalami postpartum blues sebanyak 2 orang (10%), sedangkan ibu postpartum dengan status kehamilan tidak direncanakan yang mengalami postpartum blues sebanyak 2 orang (10%), yang tidak mengalami postpartum blues sebanyak 10 orang (50%).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Rosmanidar & Manurung (2023) terhadap 35 responden, didapatkan hasil adanya pengaruh status kehamilan ibu terhadap postpartum blues dengan nilai *p* yaitu 0,008<0,05.

Seorang ibu yang kehamilannya sangat diharapkan maka seorang ibu akan semakin siap untuk persalinan dan siap menjadi ibu. Persiapan untuk persalinan dan menjadi ibu akan sangat menentukan apakah seseorang mengalami postpartum blues atau tidak. Adanya persiapan yang baik membuat ibu postpartum akan

mampu menghadapi masa pasca persalinannya dengan baik (Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., Jensen, M. D., & Perry, 2014)

Hubungan Antara Beban Kerja dengan Postpartum Blues

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan kejadian postpartum blues setelah melahirkan. Dalam kategori pekerjaan tanpa beban kerja, dari total 12 responden, sebanyak 50,0% mengalami postpartum blues, sedangkan 50,0% tidak mengalaminya. Di sisi lain, dalam kategori pekerjaan tanpa dengan kerja, dari total 47 responden, 85,1% mengalami postpartum blues, dan 14,9% tidak mengalami kondisi tersebut. Secara keseluruhan, dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang memiliki pekerjaan dengan beban kerja mengalami postpartum blues, sedangkan 13 orang atau 22,0% dengan pekerjaan tanpa beban kerja mengalaminya. Nilai *p-value* yang tercantum adalah 0,017.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Kumalasari & Hendawati, 2019) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelelahan fisik (*p-value* =0,029; OR=3,341) dengan kejadian postpartum blues. Kelelahan fisik dapat memicu terjadinya postpartum blues. Adanya penambahan peran dan tanggung jawab baru ibu dalam perawatan bayi, proses persalinan lama yang tidak pernah dialami sebelumnya, kurang istirahat dan tidur dapat menyebabkan kelelahan fisik pada ibu. Kelelahan fisik juga disebabkan karena aktivitas mengasuh, menyusui, memandikan, mengganti popok, dan menimang bayi sepanjang hari bahkan tak jarang di malam hari, sehingga menguras tenaga dan menimbulkan kelelahan pada ibu, apalagi jika tidak ada bantuan dari suami atau anggota keluarga

yang lain (Kumalasari & Hendawati, 2019).

Beratnya pekerjaan ibu selama kehamilan dapat menimbulkan terjadinya postpartum blues karena ibu tidak dapat beristirahat dan hal tersebut dapat mempengaruhi kehamilan dan janin yang sedang dikandung. Persoalan penting di rumah dalam masukan nutrisi, beban kerja wanita hamil, dan perencanaan kehamilan. Banyak keadaan ibu dengan beban kerja berat sampai kehamilam cukup bulan, kelebihan beban kerja, khususnya lebih dari 5 jam dari standar per hari, merupakan faktor risiko yang tidak langsung terjadi perdarahan antepartum (Kurniasari & Astuti, 2015)

Ibu yang hanya bekerja di rumah mengurus anak-anak mereka dapat mengalami keadaan krisis situasi dan mencapai gangguan perasaan/blues karena rasa lelah dan letih yang mereka rasakan. Pada ibu rumah tangga yang mengurus semua urusan rumah tangga sendiri, kemungkinan mempunyai tekanan terhadap tanggung jawabnya baik sebagai istri atau sebagai seorang ibu (Fratidina Y. et al., 2022)

Menurut pendapat penulis, beban pekerjaan yang di bebaskan ke ibu sangatlah berpengaruh terhadap resiko ibu terkena baby blues karena mengurus bayi saja sudah membuat kelelahan fisik, begadang hamper setiap malam di tambah lagi dengan beban internal rumah tangga seperti memasak, mengurus pakaian dll. Maka ibu yang memiliki beban kerja di rumah cenderung sangat beresiko terkena postpartum blues dibanding ibu yang dibantu oleh pembantu rumah tangga atau asisten.

Hubungan Antara Dukungan Suami dengan Postpartum Blues

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues setelah melahirkan. Dalam kategori ibu yang mendapatkan

dukungan dari suami, dari total 18 responden, sebanyak 33,3% mengalami postpartum blues, sedangkan 66,7% tidak mengalaminya. Di sisi lain, dalam kategori ibu yang tidak mendapatkan dukungan suami, dari total 41 responden, 97,6% mengalami postpartum blues, dan hanya 2,4% tidak mengalaminya. Secara keseluruhan, dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang mendapatkan dukungan suami mengalami postpartum blues, sedangkan 13 orang atau 22,0% yang tidak mendapatkan dukungan suami mengalaminya. Nilai *p-value* yang tercantum adalah 0,000.

Hal ini sejalan dengan penelitian Jayanti *et al* (2022) yang mana hasil penelitian yang telah dilakukan dari 20 responden, diperoleh informasi bahwa kelompok ibu postpartum dengan dukungan suami atau keluarga tinggi yang mengalami postpartum blues sebanyak 1 orang (5%) yang tidak mengalami postpartum blues sebanyak 7 orang (35%), sedangkan ibu postpartum dengan dukungan suami atau keluarga rendah yang mengalami postpartum blues sebanyak 7 orang (35%) yang tidak mengalami postpartum blues sebanyak 5 orang (25%). Hasil uji chi-square diperoleh nilai *p value*=0,04 artinya $p < 0,05$ maka H_a diterima dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami atau keluarga terhadap kejadian postpartum blues.

Hal serupa dengan hasil penelitian Rahayu *et al* (2023) yang mana terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues dengan nilai *p value* 0,000 yang uji pada 32 responden.

Dukungan suami merupakan faktor terbesar untuk memicu terjadinya postpartum blues karena dukungan suami merupakan strategi koping pada saat mengalami stress dan berfungsi sebagai strategi preventif dalam mengurangi stress. Dukungan keluarga adalah

bantuan berupa perhatian, emosi, informasi, nasihat, materi maupun penilaian yang diberikan oleh sekelompok anggota keluarga terhadap anggota keluarga yang lain dengan tujuan meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis oleh pihak penerima dukungan sehingga penerima dukungan akan semakin produktif dan dapat mengaktualisasikan potensi diri sepenuhnya (Fitrah, 2017).

Menurut pendapat peneliti, dukungan suami sangat besar pengaruhnya terhadap kondisi ibu sehingga dukungan yang kurang akan mempengaruhi psikologi ibu. Oleh karena itu, peran suami sangat dibutuhkan semasa paska bersalin hingga membesarkan anak nantinya.

Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Postpartum Blues

Dukungan keluarga yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dukungan moral, dan dukungan fisik dari mertua, saudara, dan orang tua ibu yang tinggal atau dekat dengan ibu nifas yang dapat langsung membantu ibu. Jumlah ibu nifas yang tinggal bersama keluarga dalam penelitian dari 59 responden yang menjadi subjek penelitian, 46 orang atau 78,0% yang mendapatkan dukungan keluarga tidak mengalami postpartum blues, sedangkan 13 orang atau 22,0% yang tidak mendapatkan dukungan keluarga mengalaminya. Nilai *p-value* yang tercantum adalah 0,000

Ketika mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan maka dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh ibu hamil agar dapat menenangkan dan menenangkannya. Dengan segala permasalahan dan kecemasan serta ketakutan yang dialami oleh ibu post partum. Ada beberapa bentuk dukungan, yaitu dukungan emosional, dukungan harga diri, dukungan perangkat, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial. Dukungan dapat

diperoleh dari keluarga yang terdiri dari orang tua, ataupun keluarga dekat lainnya (Taylor dalam Mahmudah 2016).

Hal ini sejalan dengan penelitian Salat et al., 2021. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 77% ibu postpartum mengalami postpartum blues, dan 38% diantaranya mengalami postpartum blues ringan. Dari 13 Ibu postpartum hampir separuhnya yaitu 46% mendapatkan dukungan keluarga yang kurang. Hasil analisis data dengan uji spearman rank menunjukkan $P\text{ value}=0,000$ 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 berarti bahwa hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian postpartum blues adalah sangat kuat. 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.

Dari penelitian yang dilakukan oleh (Siallagan et al., 2022) dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 46 responden. Tidak ada dukungan keluarga pada ibu postpartum sebanyak 26 orang

(56,5%) dan Ibu postpartum yang mengalami baby blues kategori berat sebanyak 21 orang 45,7%. Didapatkan dengan menggunakan uji chi square dengan nilai $p = 0,001$ dimana $p < 0,05$ yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan kejadian baby blues pada ibu postpartum di Desa Pulau Terap Kabupaten Kampar Provinsi Riau Tahun 2022, maka H_0 diterima. Oleh karena itu dengan dukungan keluarga yang sangat baik dapat mencegah terjadinya kejadian baby blues pada ibu postpartum.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan usia ibu nifas, paritas, beban kerja, dukungan suami dengan kejadian postpartum blues di RSUD Jati Padang Jakarta Selatan

SARAN

Diharapkan ibu nifas mengetahui informasi lebih banyak mengenai postpartum blues sehingga ibu dapat mencegah atau mengatasi terjadinya postpartum blues baik untuk diri sendiri maupun sekitar. Ibu nifas dapat mengobservasi mengenai tanda-tanda postpartum blues sehingga bisa ditangani segera.

DAFTAR PUSTAKA

- Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., Jensen, M. D., & Perry, S. E. (2014). *Buku ajar keperawatan maternitas*. EGC.
- Deniati, E. N., Annisaa, & Agnesfadia, S. (2022). The Effect of Sports on the Phenomenon of Baby Blues Syndrome (Postpartum Blues) in Postpartum Mothers. *Proceedings of the 5th International Conference on Sport Science and Health (ICSSH 2021)*, 45(Icssh 2021), 66–74.
<https://doi.org/10.2991/ahsr.k.2202>
- 03.010
- Febriyanti, N. M. A. (2021). The Relationship of Mother Characteristics and Husband Support With The Risk of Postpartum Blues In Postpartum Mothers. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(2), 75.
<https://doi.org/10.20961/placentum.v9i2.53657>
- Fratidina Y., Wahidin Mk, Dra Jomima Batlajery Mk, Imas Yoyoh Mk, Rizka Ayu Setyani Mk, & Arantika Meidya Pratiwi M. (2022).

- Editorial Team Jurnal JKFT. *Jurnal JKFT*, 7(1).
- Kumalasari, I., & Hendawati, H. (2019). Faktor Risiko Kejadian Postpartum Blues Di Kota Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(2), 91–95. <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i2.408>
- Kurniasari, D., & Astuti, Y. A. (2015). Hubungan Antara Karakteristik Ibu, Kondisi Bayi dan Dukungan Sosial Suami dengan Postpartum Blues Pada Ibu dengan Persalinan SC di Rumah Sakit Umum Ahmad Yani Metro tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 9(3), 115–125.
- Masithoh, A. R., Asiyah, N., & Naimah, Y. (2019). Hubungan usia dan pendidikan ibu dengan kejadian post partum blues di Desa Mijen Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus. *Proceeding of The Urecol*, 454–463.
- Purwati, P., & Noviyana, A. (2020). Metode studi pijat oksitosin. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(2), 1–4.
- Rosmanidar, & Manurung, B. (2023). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Postpartum Blues di Puskesmas Simpang Jaya Kabupaten Nagan Raya Tahun 2022. *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 1(1), 116–125.
- Sebastian, L. (2016). *Overcoming postpartum depression and anxiety*.
- Siallagan, A., Saragih, H., Rante, E., & Desri, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian Baby Blues pada Ibu Postpartum di Desa Pulau Terap Tahun 2022. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 7(4), 336. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v7i4.11746>
- Sri Yunita Suraida Salat, Arisda Candra Satriaawati, & Dian Permatasari. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Post Partum Blues. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 7(2), 116–123. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v7i2.860>
- Yulistianingsih, D., & Susanti, D. (2021). Hubungan paritas ibu dengan kejadian postpartum blues. *Urnal Kesehatan Smodra Ilmu (JKSI)*, 12(1), 26–34., 12(1), 26–34. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Yulistianingsih%2C+D.%2C+%26+Susanti%2C+D.+%282021%29.+Hubungan+Paritas+Ibu+dengan