

Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian *Baby Blues*

Nunung Kurniawati^{1*}, Darwis², Wa Mina La Isa³

^{1*}STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

²STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

³STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

*e-mail: penulis-korespondensi@nunungkurniawati0211@gmail.com / 085337493147

(Received: 06.08.2021; Reviewed: 28.11.2021 ; Accepted: 31.12.2021)

Abstract

Postpartum blues is a psychological phenomenon experienced by women, feeling separated from their families and babies or feeling unable to face new roles and the presence of new members. The purpose of this study was to determine the effect of husband's support on the incidence of baby blues. This study uses a System Literature Review design. Articles collected through the Pubmed and Google Scholar database using keywords (husband support, postpartum blues). The criteria for articles used are those published in 2017-2021. The results showed that the husband's support had an effect on the incidence of postpartum blues. The higher the husband's support, the postpartum mother did not experience the postpartum blues and the less the husband's support, the more mothers experienced the postpartum blues. The conclusion based on the results of the study is that husband's support is significant for the incidence of postpartum blues.

Keywords: *Husband's Support; Postpartum Blues*

Abstrak

*Postpartum blues merupakan fenomena psikologis yang dialami wanita, merasa terpisah dari keluarga dan bayinya atau rasa tidak mampu untuk menghadapi peran baru serta kehadiran anggota baru. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dukungan suami terhadap kejadian *baby blues*. Penelitian ini menggunakan desain *System Literatur Review*. Artikel yang dikumpulkan melalui data base Pubmed dan Google Scholar dengan menggunakan kata kunci (Dukungan suami, *postpartum blues*). Kriteria artikel yang di gunakan adalah yang di publikasikan pada tahun 2017-2021. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami berpengaruh terhadap kejadian *postpartum blues* semakin tinggi dukungan suami maka ibu postpartum tidak mengalami *postpartum blues* dan semakin berkurang dukungan suami maka semakin banyak ibu mengalami *postpartum blues*. Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian yaitu dukungan suami signifikan terhadap kejadian *postpartum blues*.*

Kata Kunci: *Dukungan Suami; Postpartum Blues*

Pendahuluan

Berdasarkan data WHO tahun 2016 di seluruh dunia, jumlah ibu bersalin semakin meningkat dari tahun ketahun menjadi 90,88%, terdapat 289.000 perempuan meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Kematian ibu adalah kematian seorang wanita terjadi saat hamil, bersalin, atau 40 hari setelah persalinan dengan penyebab yang berhubungan langsung atau tidak langsung terhadap persalinan. (Pattola, 2018) Angka kematian ibu (AKI) menjadi salah satu indikator penting dari derajat kesehatan masyarakat. AKI menggambarkan jumlah wanita yang meninggal dari suatu penyebab kematian terkait dengan gangguan kehamilan atau penanganannya (tidak termasuk kecelakaan atau kasus insidental) selama kehamilan, melahirkan dan dalam masa nifas (42 hari setelah melahirkan) tanpa memperhitungkan lama kehamilan per 100.000 kelahiran hidup (Rinylda A. Gafur, M.Tahir Abdullah, 2018).

Dari hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, AKI (yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas) sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini masih cukup tinggi jika dibandingkan dengan Negara-negara tetangga dikawasan ASEAN. Pada tahun 2007, ketika AKI di Indonesia mencapai 228 per 100.000 kelahiran hidup, AKI di Singapura hanya 6 per 100.000 kelahiran hidup, Brunai Darusalam 33 per 100.000 kelahiran hidup, Filipina 112 per 100.000 kelahiran hidup, serta Malaysia dan Vietnam sama – sama mencapai 160 per 100.000 kelahiran hidup (Community *et al.*, 2021).

Baby blues adalah gangguan psikologis yang bersifat sementara yang dialami oleh kebanyakan ibu yang baru melahirkan. Baby blues dapat terjadi pada ibu postpartum dari etnik dan ras manapun Postpartum blues menunjukkan gejala-gejala depresi mudah menangis, perasaan-perasaan kehilangan dan dipenuhi tanggung jawab kelelahan perubahan suasana hati yang tidak stabil, dan lemahnya konsentrasi. Pada masa postpartum ini terjadi pula perubahan-perubahan psikologis, sebagai akibat perubahan fisik yang terjadi yang terjadi dan hal ini normal terjadi (Tulak & Idris, 2019).

Menurut data WHO (2018) mencatat prevalensi postpartum blues secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. WHO juga menyatakan bahwa gangguan postpartum blues ini mengenai sekitar 20% wanita dan 12% laki-laki pada suatu kehidupan. Sementara prevalensi postpartum di Negara-negara Asia cukup tinggi dan bervariasi antar 26-85% dari wanita pasca persalinan (Yunitasari, 2020).

Angka kejadian postpartum blues di Indonesia menurut USAID (United State Agency for Internatinal Developmen) (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 (Yunitasari, 2020).

Data di provinsi Sulawesi selatan pada tahun 2015 sebanyak 614 orang dengan riwayat persalinan spontan yaitu bersalin normal sebanyak 530 orang, bersalin dengan tindakan (vacuum, forcep, induksi) sebanyak 44 orang bersalin secara SC (section caesaer) sebanyak 40 orang. meskipun persalinan sangat tinggi namun tidak menutup kemungkinan dari wanita pasca mengalami postpartum blues. Pada tahun 2013 pada bulan Januari-Mei terdapat kasus nifas dengan postpartum blues (Sul-Sel, 2020).

Banyak faktor yang menjadi penyebab terjadinya postpartum blues salah satunya yaitu dukungan suami. Dukungan suami mempunyai hubungan yang bermakna dengan kejadian postpartum blues, disebabkan karena ibu merasa nyaman karena dukungan yang diberikan saat persalinan, sampai dengan masa nifas. Resiko yang disebabkan rasa percaya diri tumbuh dengan adanya dukungan dari orang sekitar terutama dukungan suami sehingga ibu bisa menjalani masa puererium dengan normal. Jikatidak ada dukungan dari suami, ibu biasanya merasa sedih dan kewalahan dalam mengasuh bayinya di hari-hari setelah melahirkan (Susanti & Sulistiyanti, 2017).

Dukungan keluarga merupakan bantuan sokongan yang diterima salah satu anggota keluarga dari anggota keluarga lainnya dalam rangka menjalankan fungsi-fungsi yang terdapat di dalam sebuah keluarga, dalam hal ini adalah dukungan yang diberikan suami/keluarga dalam pengambilan keputusan untuk menggunakan pelayanan kesehatan. Kehadiran suami tanpa tekanan dari luar, pada proses persalinan akan sangat penting dalam membantu istri terutama jika suami tahu banyak tentang proses persalinan. Para suami sering mengeluhkan betapa tertekannya mereka karena sama sekali tidak tahu apa yang harus dikerjakan untuk menolong istrinya (Malka, 2019).

Metode

Desain, Waktu, Populasi dan Sampel Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Systematic literature review (SLR) juga disebut Tinjauan pustaka sistematis dengan jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*Library research*). Proses pengumpulan referensi dan jurnal-jurnal penelitian ini menggunakan data sekunder diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya. Sumber data sekunder yang dimaksud berupa artikel atau jurnal. Data base yang digunakan yaitu menggunakan *Google Scholar*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Sintesis Grid Hasil Penelitian

Studi/Author	Tempat penelitian	Populasi	Tujuan penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian
Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Baby Blues	Semarang	Ibu postpartum	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pangaruh dukungan suami terhadap kejadian postpartum blues	Metode penelitian menggunakan Literatur Review desain.	Hasil penelitian berdasarkan literature review bahwa seluruh jurnal memberitahuakan bahwa terdapat impak dukungan suami terhadap peristiwa postpartum blues. Ibu yg menerima kurang berdasarkan suami cenderung lebih resiko mengalami postpartum blues.
Analisi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Baby Blues Syndrome pada Ibu Nifas	Boyolali	Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas 2 sampai 3 minggu postpartum di RSIA Umi Barokah sebanyak 280 ibu nifas	Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan kesiapan kehamilan dengan baby blues syndrome, menganalisis hubungan dukungan suami dengan <i>baby blues syndrome</i> dan menganalisis jenis persalinan dengan <i>baby blues syndrome</i>	Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik korelasional	Dari output didapat jumlah responden yg kurang menerima dukungan suami sebesar 45 orang (100%) & semuanya mengalami baby blues syndrome. Responden yg menerima dukungan berdasarkan suami sebesar 27 orang, yg mengalami baby blues syndrome sebesar 21 orang (77,8%) & nir mengalami baby blues sebesar 6 orang (22,2%). Dapat pada simpulkan bahwa mak yg mengalami baby blues syndrome merupakan bunda yg nir menerima dukungan suami.
Faktor Resiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues	Yogyakarta	Populasi dalam penelitian ini adalah ibu postpartum di puskesmas Wilayah Kota Yogyakarta besar sampel 80 responden	Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor resiko kejadian <i>postpartum blues</i>	Metode penelitian ini non eksperimen menggunakan rancangan studi cross section dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif	Hasil penelitian ini menerangkan bahwa sebagian akbar 88% responden berdasarkan usia 20 tahun mengalami postpartum blues. Hasil penelitian menerangkan masih ada impak yg signifikan antara

					faktor risiko usia mak terhadap insiden baby blues, usia mak kurang berdasarkan 20 tahun.
Hubungan antara Dukungan Suami Parista dan Keikutsertaan Kp-Ibu dengan Kejadian <i>Baby Blues</i> Pada Ibu Pasca Melahirkan di Wilayah Kerja Puskesmas Pajang Kota Surakarta	Surakarta	Populasi dalam penelitian yaitu 63 ibu pasca melahirkan di bulan mei-juni dengan jumlah sampel 60 orang	Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara dukungan suami, parista, dan keikutsertaan KP-ibu dengan kejadian <i>baby blues</i> pada ibu pasca melahirkan di wilayah kerja puskesmas pajang kota Surakarta tahun 2017	Metode penelitian ini adalah kuantitatif observasional dengan desain survey analitik dengan pendekatan potong lintang (cross sectional)	Hasil penelitian menunjukkan dukungan suami rendah dari suami pasca melahirkan berjumlah 29 orang (43,8%) sedangkan yang mendapatkan dukungan tinggi 1 orang (51,7%). Dukungan suami menjadi empat aspek meliputi aspek emosional, penghargaan, instrumental dan informasi.
Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian <i>Postpartum Blues</i> di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017	Pekanbaru	Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum multipara yang berada dalam klinik pertama Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru dengan jumlah sampel 45 orang.	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui angka kejadian <i>postpartum blues</i>	Metode penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain cross sectional.	Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa proporsi ibu postpartum yang mengalami <i>postpartum blues</i> adalah sebanyak 12 orang (26,7%) dibandingkan dengan ibu postpartum yang tidak mengalami <i>postpartum blues</i> adalah sebanyak orang (73,3%)
Faktor yang Berpengaruh Terhadap Kejadian <i>Postpartum Blues</i>	Bojonegoro	30 Ibu nifas	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kejadian <i>baby blues</i>	Metode penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross section	Hasil penelitian di dapat bahwa sebagian <i>postpartum blues</i> sebagian besar terjadi pada rentang usia 20-35 tahun dan kurang mendapatkan dukungan dari suami yaitu sebanyak 9 responden
Gambaran Kejadian <i>Postpartum Blues</i> pada Ibu Postpartum di	Yogyakarta	30 responden dengan teknik pengambilang sampel <i>quota sampling</i>	Tujuan penelitian ini adalah untuk gambaran kejadian	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif	Hasil di dapatkan bahwa sebagian responden berusia 20-35 tahun sebanyak 22 responden (73,3%)

Kpu Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2017			<i>postpartum blues</i> pada ibu <i>postpartum</i>		sedangkan yang mengalami <i>postpartum blues</i> sebanyak 19 responden dengan kurang mendapatkan dukungan dari suami.
Gambaran Gejala <i>Baby Blues</i> pada Ibu Postpartum Berdasarkan Karakteristik di Rumah Sakit Dr. Slamet Garut Tahun 2018	Garut	Populasi pada ibu melahirkan di Rumah Sakit Dr. Slamet Garut yaitu 68 orang. Pengambilan sampel purposive sampling, jumlah sampel sebanyak 41 orang	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran gejala pada ibu postpartum	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif	Didapatkan hasil bahwa kejadian gejala baby blues pada ibu postpartum di Rumah Sakit D. Slamet Garut lebih dari setengah tidak mengalami gejala baby blues sebanyak 28 orang (68,3%) dan kurang dari setengah mengalami gejala baby blues sebanyak 13 orang (31,7%).
Hubungan Dukungan Suami dalam Perawatan Masa Nifas dengan Kejadian <i>Baby blues</i>	Kabupaten Pati	Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang melahirkan pada bulan februari 2017 di Wilayah Kerja Puskesmas Gabus sejumlah sekitar 35 orang.	Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian <i>baby blues</i>	Jenis penelitian menggunakan analisis kuantitatif dengan metode <i>survey</i> yang pendekatan menggunakan <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami <i>baby blues</i> yaitu sebanyak 18 orang (56,25%) dan hanya 14 orang (43,75%) yang tidak mengalami <i>baby blues</i> sebanyak 17 orang (51,1%) sedangkan kategori mendukung sebanyak 15 orang (44,9%).
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Psikologis Ibu <i>Postpartum Blues</i>	Malang	Populasi penelitian ini adalah ibu pasca melahirkan/bersalin di RSIA X dan RSIA Y Malang serta RSIA Z di Bitar	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi psikologis ibu <i>postpartum</i>	Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif	Hasil penelitian dari ketiga variabel independen yang memberikan prediksi pengaruh pada <i>postpartum blues</i> adalah variabel penyesuaian diri (56,3%), kemudian coping stress (46,1%) dan dukungan suami (30,2%).

Postpartum blues merupakan salah satu bentuk gangguan perasaan akibat penyesuaian terhadap kelahiran bayi, yang muncul pada hari pertama sampai ke empat belas setelah proses persalinan, dengan gejala yang memuncak pada hari ke lima. Postpartum blues menunjukkan gejala-gejala depresi mudah menangis, perasaan-perasaan kehilangan dan dipenuhi tanggung jawab kelelahan perubahan suasana hati yang tidak stabil, dan lemahnya konsentrasi. Pada masa postpartum ini terjadi pula perubahan-perubahan psikologis, sebagai akibat perubahan fisik yang terjadi yang terjadi dan hal ini normal terjadi. Apabila ibu memahamkan menyesuaikan diri dengan dengan beberapa perubahan fisik dan psikologis, maka ibu tidak mengalami ketakutan, kekhawatiran atau kecemasan. Sebaliknya ketika ibu baru ini terlalu takut, khawatir, dan cemas dengan

perubahan terjadi dalam dirinya maka ibu akan mengalami gangguan-gangguan psikologis. (Ningrum & Malang, 2017)

1. Pada artikel pertama banyak faktor yang membahas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi terhadap kejadian postpartum blues pada ibu nifas. Seperti penelitian dilakukan oleh (Dinarum & Rosyidah, 2020) di Semarang, bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya postpartum blues ada 3 yaitu usia ibu, parista serta dukungan suami. Postpartum tidak di tangani dengan baik kemudian akan berlanjut menjadi depresi postpartum. Depresi postpartum adalah perasaan sedih berkurangnya kebebasan ibu, penurunan estetika, perubahan tubuh, berkurangnya interaksi sosial dan kemandirian yang terjadi setelah melahirkan. Untuk itu di masa nifas ibu harus diberikan dukungan agar tidak depresi menjalani awal masa nifasnya. Sebuah penelitian yang dilakukan di kabupaten Karanganyar menyatakan bahwa dukungan suami dapat mempengaruhi terjadinya postpartum.
2. Artikel kedua dalam penelitian dilakukan oleh (Susanti & Sulistiyanti, 2017) selama bulan Maret - Juni didapatkan ibu nifas sebanyak 72 orang. Dari jumlah tersebut ditemukan 66 ibu nifas (91,7%) yang mengalami baby blues syndrome dan 6 ibu nifas (8,3%) tidak mengalami baby blues syndrome sehingga di dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami kejadian baby blues syndrome. Dari responden yang mendapat dukungan suami sebanyak 27 (37,5%) orang dari total 72 (43,1%) responden. Sisanya sebanyak 45 orang (62,2%) orang tidak mendapat dukungan suami sehingga di simpulkan bahwa sebagian besar responden tidak mendapatkan dukungan dari suami.
3. Artikel ketiga pada penelitian ini dilakukan oleh (Fatmawati, 2017) ditemukan sebanyak 37 orang (46%) responden yang mengalami postpartum blues dan 43 orang (54%) responden yang tidak mengalami postpartum blues. Hasil analisis variabel dukungan suami mempunyai peluang 2,44 kali untuk mengalami postpartum blues dibandingkan dengan ibu postpartum dengan dukngan suami yang tinggi.
4. Artikel keempat dilakukan oleh (Nurangraini, 2017) didapatkan bahwa ibu mendapat dukungan dari suami sebagian besar mengalami baby blues 26 responden (89,7%), sedangkan responden yang mendapatkan dukungan tinggi dari suami cenderung tidak mengalami baby blues berjumlah 23 orang (74,2%). Berdasarkan hasil di atas disimpulkan bahwa semakin optimal dukungan suami terhadap ibu pasca melahirkan maka cenderung tidak mengalami baby blues.
5. Artikel kelima berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Alifia Khana Fitrah, 2017) pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas payung sakaki kota pekanbaru tahun 2017 didapatkan hasil bahwa ibu postpartum yang memiliki dukungan suami kurang adalah sebanyak 19 orang (42,2%) dan yang mendapatkan dukungan suami baik adalah sebanyak 26 orang (57,8%). Hasil tersebut disimpulkan bahwa rata-rata ibu postpartum kurang mendapatkan dukungan suami dan signifikan adanya dukungan suami dengan kejadian postpartum blues. Ibu postpartum sangat membutuhkan dukungan dan perhatian suami untuk membantu ibu dalam mendapatkan kepercayaan dan harga diri sebagai seorang istri.
6. Artikel keenam penelitian dilakukan oleh (Saraswati, 2018) berdasarkan hasil didapat dijelaskan bahwa sebagian besar responden mengalami postpartum blues sebanyak 21 orang (70%).
7. Artikel ketujuh dari hasil penelitian dilakukan oleh (Hasbullah et al., 2017) dapatkan sebanyak (60%) adalah responden yang menyatakan dukungan suami sedang dengan jumlah responden 15 orang. Dari 25 responden yang diobservasi untuk variabel kejadian postpartum blues menunjukkan bahwa 11 responden sebanyak (44%) dikategorikan menunjukkan terjadi gejala postpartum blues. Sedangkan untuk dukungan suami yang kurang sebanyak (12%). Dan dukungan suami sedang da nada gejala sebanyak (32%).
8. Artikel kedelapan berdasarkan hasil penelitian (Mulyati et al., 2018) di dapat bahwa kejadian baby gejala baby blues pada ibu postpartum di rumah sakit Dr. Slamet Garut lebih dari stengahnya tidak mengalami gejala baby blues sebanyak 13 orang (31,7%). Umur <20 tahun lebih dari stengahnya mengalami gejala baby blues sebanyak 7 orang (53,8%), umur 20-35 tahun sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 23 orang (82,1%) dan umur >35 tahun tidak mengalami gejala baby blues sebanyak 4 orang (14,3%). Dari jenis persalinan dengan gejala baby blues di dapat bahwa jenis persalinan normal sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 23 orang (82,1%), jenis persalinan tindakan lebih dari stengahnya mengalami baby blues gejala baby blues sebanyak 9 orang (69,2%).
9. Artikel kesembilan hasil penelitian (Kasanah, 2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami baby blues sebanyak 18 orang (56,25%) dan hanya 14 orang (43,75%) yang tidak mengalami baby blues. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menganggap tidak adanya dukungan suami yaitu sebanyak 15 orang (46,9%) menyatakan suami tidak mengingatkan dan menyediakan ibu untuk mengkonsumsi makanan yang bergizi, sedangkan 17 responden (53, 2%) menyatakan suami tidak menanyakan keadaan ibu dan bayi. Bagi ibu postpartum, apalagi pada ibu yang baru pertama kali melahirkan akansangat membutuhkan dukungan orang-orang terdekatnya karena ia belum sepenuhnya berada di kondisi stabil, baik fisik maupun psikologis.
10. Artikel kesepuluh penelitian dilakukan oleh (Ningrum & Malang, 2017) berdasarkan hasil dapat diketahui 33 responden. 18 responden yang tidak mengalami postpartum blues dengan presentase 54,5% dan 15 responden mengalami postpartum blues dengan presentase 45,5%. Hasil penelitian ini menyatakan salah

satu faktor yang menyebabkan postpartum blues adalah kehamilan yang tidak diinginkan. Suami yang memegang peranan penting dalam terjadinya postpartum blues dan diharapkan ada pada saat istri sangat membutuhkan.

Berdasarkan penelitian kejadian postpartum blues bisa memunculkan gejala seperti merasa cemas, menangis tanpa ada alasan yang jelas, merasa sulit untuk istirahat dan tidur. Ibu postpartum dikatakan mengalami postpartum blues ketika perubahan mood yang terjadi setiap waktu setelah ibu postpartum melahirkan. Hasil menunjukkan bahwa faktor yang berpengaruh signifikan pada kejadian postpartum blues salah satunya yaitu dukungan suami. Dimana dukungan suami dapat berpengaruh pada istri dalam menjalani hari-harinya setelah melahirkan. Rata-rata ibu postpartum yang kurang mendapatkan dukungan dari suami mengalami postpartum blues.

Pembahasan

Artikel pertama Banyak penelitian yang membahas tentang faktor yang berpengaruh terhadap kejadian postpartum blues pada ibu nifas. Seperti sebuah penelitian yang dilakukan di Yogyakarta, bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya postpartum yaitu dukungan suami. Selain itu, postpartum blues juga dapat dipengaruhi oleh faktor psikologi yang terjadi pada ibu pasca melahirkan, yaitu penyesuaian diri, coping stress, dan dukungan suami. Dalam hal ini, dukungan suami merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap terjadinya postpartum blues. Ibu postpartum banyak mengalami perubahan baik fisik maupun psikis. Ibu diharuskan mampu beradaptasi dengan keadaan dan peran barunya. Oleh sebab itu ibu postpartum sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan terdekat terutama suami. Dukungan suami dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu sehingga ibu mampu mereduksi gejala-gejala yang mengarah pada postpartum blues. Dukungan yang dimaksud berupa perhatian, komunikasi dan dukungan emosional. Tanpa adanya dukungan, ibu akan merasa terisolasi dan kesepian yang pada akhirnya akan memperparah kondisi psikologi ibu (Dinarum & Rosyidah, 2020).

Artikel kedua bahwa dari 72 responden, sebanyak 27 responden mendapat dukungan suami. Jumlah responden yang mendapat dukungan suami dan mengalami baby blues syndrome sebanyak 21 orang (77,8%) dan responden yang mendapat dukungan suami tapi tidak mengalami baby blues syndrome sebanyak 6 orang (22,2%). Responden yang tidak mendapat dukungan suami sebanyak 45. Berdasarkan perhitungan SPSS didapatkan nilai signifikan dukungan suami sebesar 0,001 dengan nilai P-value 0,005 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian baby blues syndrome. Berdasarkan hasil menunjukkan bahwa nilai uji T variable dukungan suami yaitu t hitung sebesar 3,491 lebih besar dari ttabel = 2,000 maka Ho diterima dan Ha ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan suami berpengaruh signifikan terhadap kejadian baby blues syndrome. Dukungan suami merupakan salah satu factor penyebab terjadinya baby blues syndrome seperti teori Atus (2008) dalam Chairunnisa (2010) yang menyatakan bahwa dukungan suami berupa perhatian, komunikasi dan hubungan social yang hangat adalah yang diinginkan oleh ibu nifas. Ibu pasca bersalin akan mengalami perubahan emosional sehingga memerlukan dukungan dari keluarga terdekat ataupun suami untuk membantu merawat bayinya (Susanti & Sulistiyanti, 2017).

Artikel ketiga Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, didapatkan hasil berupa gambaran karakteristik responden, signifikansi dan kekuatan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Hasil penelitian pada 80 ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kota Yogyakarta menunjukkan hampir sebagian atau sebanyak 37 orang (46%) mengalami postpartum blues dan 43 orang (54%) tidak mengalami postpartum blues. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor risiko berpengaruh secara signifikan terhadap kejadian postpartum blues yaitu dukungan suami. Hasil penelitian ini didapatkan kejadian postpartum blues ditemukan pada ibu postpartum yang mempunyai dukungan sosial suami sedang yaitu sebanyak 20 responden. Hasil analisis didapatkan pengaruh yang signifikan antara faktor risiko dukungan suami terhadap kejadian postpartum blues dengan peluang 2,44 kali untuk mengalami postpartum blues dibandingkan dengan ibu postpartum dengan dukungan sosial suami yang tinggi. Hal ini sesuai dengan penelitian Marshall (2004) yang menyatakan bahwa salah satu faktor timbulnya postpartum blues adalah dukungan dari lingkungan sekitar khususnya dari suami kurang. Seorang istri yang tidak mendapat dukungan dari suami akan beresiko lima kali lipat dari istri yang mendapat dukungan dari suami (Fatmawati, 2017).

Artikel keempat Ibu yang mendapat dukungan rendah dari suami sebagian besar mengalami baby blues 26 responden (89,7%), sedangkan responden yang mendapatkan dukungan tinggi dari suami cenderung tidak mengalami baby blues berjumlah 23 responden (74,2%). Berdasarkan hasil uji statistik chi-square nilai $(P = 0,000) < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian baby blues dengan nilai contingency coefficient sebesar 0,541 yang menunjukkan bahwa keeratan hubungan kuat (0,41-0,70). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yanita dan Zamarlita (2001), dimana peran suami adalah sebagai orang yang pertama dan utama dalam memberikan dorongan dan dukungan kepada istrinya, sebelum pihak lain turut memberikannya. Suami juga merupakan orang pertama yang dapat menyadari akan adanya perubahan dalam diri istrinya sehingga dukungan dari suami dapat memberi pengaruh tertentu pada istri dalam menjalani hari-harinya terutama setelah melahirkan.

Menurut Evawati, dkk, (2015) semakin optimal antara dukungan suami terhadap ibu pascamelahirkan maka ibu cenderung tidak mengalami baby blues seperti suami dapat meluangkan waktunya untuk menemani istri dalam perawatan bayi, kesediaan suami mengambil alih sebagian tugas-tugas rumah tangga yang selama ini dilakukan istri, kewajiban suami membagi perhatian secara adil kepada bayi dan ibunya. Berdasarkan data distribusi dukungan suami, responden yang mendapatkan dukungan emosional tinggi berjumlah 34 orang (56,7%). Dukungan emosional yang paling sering didapatkan yaitu seperti suami menanggapi saat responden membicarakan masalah kesehatannya dan bayinya, memberikan perhatian khusus, dan menghibur saat responden merasa sedih. Responden yang mendapatkan dukungan penghargaan tinggi berjumlah 33 orang (55,0%) (Nurangraini, 2017).

Artikel kelima dari hasil penelitian ditemukan sebanyak 12 orang ibu nifas mengalami postpartum blues. Data tersebut menunjukkan angka kejadian postpartum blues di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru. Hal ini tentu menjadi perhatian bagi tenaga kesehatan untuk menangani kasus postpartum blues dan mencegah agar tidak ditemukan lagi angka kejadian postpartum blues. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulianti (2013) mengenai hubungan dukungan keluarga dengan postpartum blues di wilayah kerja puskesmas kajhu kecamatan baitussalam kabupaten aceh besar tahun 2013 bahwa dari 85 responden yang mendapatkan dukungan keluarga mengalami postpartum blues sebanyak 34 responden (40%) dan yang tidak mengalami postpartum blues sebanyak 51 responden (60%) dan dari 67 responden (100%) yang tidak mendapat dukungan keluarga, mengalami postpartum blues sebanyak 41 responden (61,21%) dan yang tidak mengalami postpartum blues sebanyak 26 responden (38,8%).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa proporsi ibu postpartum yang mengalami postpartum blues adalah sebanyak 12 orang (26,7%) dibandingkan dengan ibu postpartum yang tidak mengalami postpartum blues adalah sebanyak 33 orang (73,3%). Berdasarkan hasil kuesioner yang diperoleh dari 12 ibu yang mengalami postpartum blues kebanyakan memiliki gejala seperti menyalahkan diri sendiri, merasa cemas atau khawatir tanpa alasan yang jelas, merasa takut atau panik tanpa alasan yang jelas, merasa segala sesuatunya sulit untuk dikerjakan, serta merasa tidak bahagia hingga mengalami kesulitan untuk tidur. Ibu postpartum dikatakan postpartum blues ketika ibu postpartum mengalami perubahan mood yang terjadi setiap waktu setelah ibu melahirkan, tetapi sering terjadi pada hari ke-3 dan ke-4 postpartum dan memuncak antara hari ke-5 dan ke-14 postpartum yang ditandai dengan tangisan singkat, perasaan kesepian atau ditolak, cemas, bingung, gelisah, letih, pelupa, dan tidak dapat tidur (Alifia Khana Fitrah, 2017).

Artikel keenam Kejadian postpartum blues sebagian besar terjadi pada responden dengan umur 20 – 35 tahun. Penelitian ini pun sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ibrahim, dkk. Jumlah responden yang kurang mendapatkan dukungan dari suami sebanyak 45 orang (100 %) dan semuanya mengalami baby blues syndrome. Responden yang mendapatkan dukungan dari suami sebanyak 27 orang, yang mengalami baby blues syndrome sebanyak 21 orang (77,8 %) dan yang tidak mengalami baby blues syndrome sebanyak 6 orang (22,2 %). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu yang mengalami baby blues. (Saraswati, 2018)

Artikel ketujuh Secara psikologis, seorang wanita yang baru saja melahirkan akan mengalami tekanan psikis. Banyak wanita yang sepierta merasa bahagia dengan kelahiran bayinya, namun sejalan dengan itu, akan muncul gangguan suasana hati, perasaan sedih dan tekanan yang dialami oleh seorang wanita setelah melahirkan yang berlangsung pada minggu pertama, terutama pada hari ketiga hingga kelima. Gangguan psikologis tersebut disebut dengan postpartum blues. Hasil penelitian ini terdapat sebagian besar 30 responden (100%) ibu nifas di ruang nifas Rumah Sakit Sariningsih mengalami postpartum blues, dikategorikan dengan postpartum blues ringan yaitu 17 responden (42,5%), postpartum blues sedang yaitu 9 responden (22,5%) dan postpartum blues berat yaitu 14 responden (35,0%). Jumlah kasus yang ditemukan di ruang nifas Rumah Sakit Sariningsih hampir sama secara internasional maupun nasional. Menurut Bobak (2005) di Indonesia kejadian postpartum blues yaitu 50 – 70 % dan hal ini dapat berlanjut menjadi depresi postpartum dengan jumlah bervariasi dari 5% hingga lebih dari 25% setelah ibu melahirkan. Angka kejadian postpartum blues di luar negeri (Jepang) cukup tinggi mencapai 26-85%. Secara global diperkirakan 20% wanita melahirkan menderita postpartum blues (Hasbullah *et al.*, 2017).

Artikel kedelapan Berdasarkan teori dikaitkan dengan hasil penelitian, maka dapat dikatakan ibu yang baru melahirkan ada yang mengalami baby blues dengan berbagai gejala baby blues yang dialami. Adanya perubahan fisik ibu dan perubahan kehidupan karena adanya kelahiran maka bisa memunculkan rasa bahagia sekaligus beban yang baru sehingga ibu dimungkinkan sekali mengalami permasalahan dalam menghadapi beban yang dialami. Hasil penelitian sesuai dengan teori di atas, bahwa lebih dari setengahnya umur 35 tahun (14,3%). Menurut penulis hal ini dikarenakan umur belum siap menghadapi kelahiran bayi dan merawat bayi setelah melahirkan serta merawat ibu sendiri setelah melahirkan. Sedangkan untuk umur 20-35 tahun dan umur >35 tahun banyak yang tidak mengalami baby blues dikarenakan pada usia tersebut merupakan usia yang bisa dikatakan siap memiliki bayi. Penanganan yang bisa dilakukan yaitu ibu dibantu oleh suami dan keluarga dalam mengurus bayi baru lahir (Mulyati *et al.*, 2018).

Artikel kesembilan diketahui bahwa responden yang mengalami baby blues sebagian besar kurang mendapatkan dukungan suami yaitu sebanyak 13 orang (76,5%), sedangkan responden yang tidak mengalami

postpartum blues sebagian besar mendapatkan dukungan suami. Berdasarkan hasil uji chi square didapatkan hasil nilai X^2 hitung $4,400 > X^2$ $df = 1$ dengan taraf signifikan dan value $0,036 < 0,05$ artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, berarti ada hubungan dukungan suami dengan kejadian baby blues. Hasil penelitian berdasarkan teori yang menyatakan bahwa dukungan suami yang dimaksud berupa perhatian dukungan suami yang dimaksud berupa perhatian, komunikasi, dan hubungan emosional yang intim, merupakan faktor yang paling bermakna menjadi pemicu terjadinya postpartum blues pasca persalinan (Khasanah, 2017).

Artikel kesepuluh Pengaruh variabel yang paling besar untuk memprediksi terjadinya postpartum blues yaitu penyesuaian diri ($R=0.750$; $p<0.05$). Pada ibu yang baru mengalami kehamilan pertama tentu saja perlu menyesuaikan diri dengan beberapa perubahan yang terjadi diantara hamil dan bersalin. Perubahan yang terjadi termasuk dalam menjalankan aktivitas dan peran barunya sebagai ibu pada minggu-minggu pertama atau bahkan bulan-bulan pertama. Pada sebagian ibu yang mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan aktivitas dan peran barunya, akan mengembangkan perasaan-perasaan tidak nyaman seperti perasaan takut, khawatir, sedih, dan merasa sendirian. Apalagi jika lingkungan sekitar tidak memberikan perhatian kepada ibu dan perhatian orang-orang di sekitarnya lebih mengarah kepada bayinya.

Persoalan yang berkaitan dengan mengasuh bayi, strategi berbagi dalam mengasuh bayi yang mana jam tidur bayi belum teratur, dan sebagainya. Kemudian jenis berikutnya yaitu assistance seeking (mean= 8.5122) yaitu ibu mencari dukungan dan membuntukan bantuan orang terdekat. Istri yang baru melahirkan terkadang telah memiliki strategi dalam menjalankan peran sebagai ibu dan saat mengasuh anak, tetapi terkadang strategi itu kurang bisa dijalankan karena kurangnya dukungan dari lingkungan terdekat, terutama suami (Ningrum & Malang, 2017).

Kesimpulan

Ibu postpartum yang kurang mendapatkan dukungan dari suami rata-rata mengalami *postpartum blues*. Faktor-faktor risiko mempunyai pengaruh terhadap kejadian postpartum blues pada ibu postpartum yaitu dukungan suami. Dukungan suami mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kejadian postpartum blues pada ibu postpartum.

Saran

1. Ibu harus mempersiapkan diri jauh-jauh hari sebelum kelahiran yang sehat agar tidak terjadi *postpartum blues*.
2. Ibu harus mengonsumsi makanan yang bergizi, istirahat dan tidur yang cukup untuk mencegah dampak dari postpartum blues.
3. Suami senantiasa memberikan dukungan pada ibu postpartum baik secara fisik, psikis maupun secara materil dalam menghadapi peran seorang istri maupun seorang ibu.

Ucapan Terima Kasih

1. Darwis selaku Pembimbing I yang telah menyediakan, waktu tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
2. Wa Mina La Isa selaku Pembimbing II yang telah menyediakan, waktu tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
3. Syaifuddin Zaenal selaku Penguji Utama yang telah memberikan banyak masukan, saran dan kritikan yang sangat membangun dalam menyelesaikan skripsi ini;
4. Sitti Nurbaya selaku Penasehat Akademik (PA) yang telah membimbing dan memberikan saran dan masukan terkait dengan nilai ataupun masalah yang terkait dengan akademik
5. Ratna yang telah menyediakan, waktu tenaga untuk mengarahkan saya dalam penyusunan jurnal;
6. Kepada kedua Orang Tua saya yang selalu mendukung, mendoakan dan membantu dalam segi moril maupun materi.

Referensi

- Alifia Khana Fitrah, S. H. (2017). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 5, 20.
- Community, N. I., Kebidanan, A., & Makassar, M. (2021). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Post Partum di RSUD Labuang Baji Makassar*. 3(April), 61–66.

- Dinarum, & Rosyidah, H. (2020). *Literatur Review: Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues. 1*, 90–95.
- Fatmawati, D. A. (2017). Faktor Resiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Edu Health*, 5, 87.
- Hasbullah, M. A., & D.S, H. (2017). Jurnal Media Keperawatan : Politeknik Kesehatan Makassar Jurnal Media Keperawatan : Politeknik Kesehatan Makassar. *Gambaran Penerapan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Thyphoid Dalam Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Di Rumah Sakit Tk Ii Pelamonia*, 08(02), 39–45.
- Kasanah, U. (2017). Hubungan Dukungan Suami dalam Perawatan Masa Nifas dengan Kejadian Baby blues. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 3, 75.
- Malka, S. (2019). Hubungan Kepatuhan Antenatal Care (ANC) dan Dukungan Suami dengan Kelancaran Persalinan di Desa Bulu Allapporenge Kecamatan Bengo Kabupaten Bone. *Nursing Inside Community*, 1, 75.
- Mulyati, I., Khoerunisa, S., Barat, G. J., & Persalinan, J. (2018). *Gambaran Kejadian Gejala Baby Blues Pada Ibu Postpartum Berdasarkan Karakteristik Di*. 7(2), 143–149.
- Ningrum, S. P., & Malang, U. M. (2017). *Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Postpartum Blues. 4*, 205–218. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1589>
- Nurangraini, H. (2017). Hubungan antara Dukungan Suami Parista dan Keikutsertaan Kp-Ibu dengan Kejadian Baby Blues Pada Ibu Pasca Melahirkan di Wilayah Kerja Puskesmas Pajang Kota Surakarta. *Jurnal Keperawatan*, 3, 8.
- Pattola. (2018). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Persalinan Normal Di UPTD Puskesmas Palakka Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14, 160.
- Rinylda A. Gafur, M.Tahir Abdullah, F. P. (2018). Pengaruh Perawatan Masa Nifas Oleh Tenaga Kesehatan Dan Mamang Biang Terhadap Status Kesehatan Ibu Di RSUD Chasan Boesoerie Kota Ternate Maluku Utara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 548.
- Saraswati. (2018). Faktor yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Of Health Science*, 11, 135.
- Sul-Sel, D. P. (2020). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan*.
- Susanti, L. W., & Sulistiyanti, A. (2017). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Baby Blues Syndrom Pada Ibu Nifas. *Infokes*, 7(2), 12–20. <https://docplayer.info/90726038-Analisis-faktor-faktor-penyebab-terjadinya-baby-blues-syndrom-pada-ibu-nifas.html>
- Tulak, L. A., & Idris, F. P. (2019). *Sumber Koping Pada Ibu yang Mengalami Baby Blues Syndrome di RS . Elim Rantepao Article history : Address : Email : Phone : 2(2)*, 106–115.
- Yunitasari, E. (2020). *Wellness and healthy magazine. 2(2)*, 303–307.