

DUKUNGAN KELUARGA PADA IBU *POSTPARTUM* TERHADAP KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES*

Rina Nuraeni¹, Ruri Yuni Astari², Aat Agustini³, Pebriyanti Wulandari⁴
Universitas YPIB Majalengka^{1,2,3,4}
rinasyifa79@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum blues* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon. Metode yang digunakan adalah *corelational research* dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kurang dari setengah (40,0%) ibu *postpartum* memperoleh dukungan keluarga yang rendah dan kurang dari setengah (42,9%) ibu *postpartum* mengalami kejadian *postpartum blues* dengan ρ -value = 0,001. Simpulan, terdapat hubungan dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum blues* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, *Postpartum*, *Postpartum Blues*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between family support for postpartum mothers and the incidence of postpartum blues at Gunung Jati Hospital, Cirebon. The method used is correlational research with a cross-sectional approach. The results showed that less than half (40.0%) of postpartum mothers received low family support and less than half (42.9%) of postpartum mothers experienced postpartum blues with ρ -value = 0.001. In conclusion, there is a relationship between family support for postpartum mothers and the incidence of postpartum blues at Gunung Jati Hospital, Cirebon.

Keywords: Family Support, *Postpartum*, *Postpartum Blues*

PENDAHULUAN

Postpartum blues merupakan suatu sindrom gangguan afek yang ringan sering tampak dalam minggu pertama setelah persalinan, cenderung akan memburuk pada hari ketiga sampai kelima dan berlangsung dalam rentang waktu 14 hari atau dua minggu *postpartum* (Qiftiyah, 2018). *World Health Organization* (WHO) mencatat prevalensi *postpartum blues* secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. Prevalensi *postpartum blues* di beberapa negara berbeda antara lain seperti di Jepang mencapai 15-50%, Yunani mencapai 44,5% dan Prancis mencapai 31,7% (Salat et al., 2021). Sedangkan kejadian *postpartum blues* di Indonesia menunjukkan angka yang bervariasi di setiap daerah yang berkisar antara 50-70% dari seluruh ibu yang melahirkan (Yunitasari & Suryani, 2020).

Kejadian *postpartum blues* perlu mendapatkan perhatian dan mendapatkan penanganan secara tepat, karena bila tidak ditangani dengan benar maka akan berlanjut menjadi depresi *postpartum*. *Postpartum blues* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Qiftiyah (2018) faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *postpartum blues* diantaranya faktor dukungan keluarga, pengetahuan, status kehamilan, jenis persalinan, hormonal (berupa perubahan kadar estrogen, progesteron, prolactin dan estriol yang terlalu rendah). Dukungan keluarga yang dimaksud adalah berupa perhatian, komunikasi, dan hubungan emosional yang intim, hal ini merupakan faktor yang paling bermakna menjadi pemicu terjadinya *postpartum blues*. Adapun dukungan keluarga yang dimaksud adalah komunikasi dan hubungan emosional yang baik dan hangat dengan orang tua, terutama ibu.

Rendahnya atau ketidakpastian dukungan keluarga akan meningkatkan kejadian *postpartum blues* (Yunitasari & Suryani, 2020). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Salat et al., (2021) menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian *postpartum blues* adalah sangat kuat ($\rho = 0,000$). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Ernawati (2020) di Ruang Nuri Rumah Sakit Bhayangkara Makassar menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga ($\rho = 0,002$) dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu bersalin. Demikian juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saraswati (2018) di Kabupaten Bojonegoro menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu bersalin ($\rho = 0,003$). Penelitian serupa juga dilakukan oleh Samria & Haerunnisa (2021) yang menemukan bahwa terdapat hubungan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* di wilayah perkotaan ($\rho = 0,003$). Peran tenaga kesehatan dalam mendukung upaya pendampingan keluarga atau suami dibutuhkan, sehingga angka kejadian *postpartum blues* dapat diantisipasi sedini mungkin (Tindaon & Anggeria, 2018).

Rumah Sakit Gunung Jati Kabupaten Cirebon merupakan salah satu rumah sakit yang jumlah persalinan setiap tahunnya cenderung mengalami peningkatan. Pada tahun 2020 jumlah persalinan dari bulan Januari sampai dengan Desember sebanyak 858 persalinan dan terdapat sebanyak 81 kasus *postpartum blues* (9,4%) yang terjadi. Adapun pada tahun 2021 peningkatan kembali terjadi yaitu menjadi 977 persalinan dan yang mengalami *postpartum blues* sebanyak 112 kasus (11,4%). Hal ini menunjukkan kejadian *postpartum blues* di Rumah Sakit Gunung Jati mengalami kenaikan yaitu tahun 2020 sebesar 9,4% menjadi 11,4% tahun 2021. Selain itu, hasil studi pendahuluan yang peneliti laksanakan di rumah sakit tersebut pada bulan Januari 2022 melalui wawancara kepada sepuluh ibu *postpartum* memperoleh hasil bahwa tujuh ibu mengatakan bingung, kelelahan, kurang tidur, mudah marah dan merasa cemas sejak melahirkan bayinya dan ibu juga mengatakan bahwa ibu kurang mendapatkan perhatian dan bantuan dari anggota keluarganya karena sibuk bekerja dan sebagian anggota keluarganya berada di luar kota. Sedangkan tiga ibu lainnya merasa nyaman semenjak bayinya dilahirkan, dan ibu mendapatkan bantuan dan didampingi keluarganya. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti melakukan kajian tentang hubungan dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum* di Rumah Sakit Gunung Jati Kabupaten Cirebon.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *corelational research* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya yaitu seluruh ibu post parum di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon sebanyak 80 persalinan dan sampel terpilih yaitu sebanyak 35 orang melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan bulan Juli-Agustus 2022 menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan menggunakan distribusi frekuensi dan uji statistik *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Peneliti memperoleh beberapa data terkait dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum blues* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon. Detail data tersebut disajikan pada tabel berikut:

Tabel. 1
Dukungan Keluarga pada Ibu *Postpartum*
di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon Tahun 2022

Dukungan Keluarga pada Ibu <i>Postpartum</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	14	40.0
Tinggi	21	60.0
Total	35	100.0

Berdasarkan tabel 1, data menunjukkan bahwa kurang dari setengah (40,0%) ibu *postpartum* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon mendapatkan dukungan keluarga yang rendah.

Tabel. 2
Distribusi Frekuensi Kejadian *Postpartum Blues*
di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon Tahun 2022

Kejadian <i>Postpartum Blues</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ya	15	42.9
Tidak	20	57.1
Total	35	100.0

Hasil analisis pada tabel 2 memperlihatkan bahwa kurang dari setengah (42,9%) ibu *postpartum* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon mengalami kejadian *postpartum blues*.

Analisis Bivariat

Tabel. 3
Hubungan Dukungan Keluarga pada Ibu *Postpartum* terhadap Kejadian *Postpartum Blues* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon Tahun 2022

Dukungan Keluarga	Kejadian <i>Postpartum Blues</i>				Jumlah		ρ -Value
	Ya		Tidak		n	%	
	n	%	n	%			
Rendah	12	85,7	2	14,3	14	100	0.001
Tinggi	3	14,3	18	85,7	21	100	
Jumlah	15	42,9	20	57,1	35	100	

Data tabel 3 menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum blues* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon dengan ρ -Value sebesar 0.001.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa kurang dari setengah (40,0%) ibu *postpartum* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon dukungan keluarganya rendah. Ibu *postpartum* yang dukungan keluarganya rendah dikarenakan terlihat keluarga tidak mendampingi ibu, terutama suami mempunyai kesibukan pekerjaan atau aktivitas sehingga tidak mempunyai waktu yang banyak untuk memberikan dukungan kepada ibu (Astri et al., 2020). Hasil penelitian ini lebih rendah dibanding dengan penelitian yang dilakukan oleh Salat et al., (2021) di Desa Marengan Laok kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep menunjukkan bahwa ibu hampir separuhnya yaitu 46% mendapatkan dukungan keluarga yang tergolong kurang. Sementara itu, Fatmawati & Gartika (2019) menemukan bahwa sebagian besar (70%) mendapat dukungan sosial diantaranya dukungan keluarga, dan terdapat hubungan dukungan sosial dan perencanaan kehamilan dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu remaja.

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Adila et al., 2019; Harianis & Sari, 2022). Rendahnya atau ketidakpastian dukungan keluarga akan meningkatkan kejadian *postpartum blues* (Harianis & Sari, 2022; Yunitasari & Suryani, 2020). Kurang dari setengah ibu *postpartum* dukungan keluarganya rendah, maka dari itu petugas kesehatan dapat memberikan motivasi atau pendampingan pada ibu *postpartum* yang keluarganya tidak dapat memberikan dukungan secara penuh kepada ibu dan perlunya intervensi kepada keluarga ibu untuk berusaha meluangkan waktunya agar mampu memberikan dukungan kepada ibu *postpartum* (Kumalasari & Hendawati, 2019).

Hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan bahwa kurang dari setengah (42,9%) ibu *postpartum* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon mengalami kejadian *postpartum blues*. Hal ini di karenakan ibu sering terlihat melamun, tidak bisa diam, sering bertanya tentang kondisinya setelah melahirkan. Ibu *postpartum* yang mengalami kejadian *postpartum blues* dapat muncul karena perubahan emosi yang terjadi akibat proses persalinan dan kelahiran bayi (Putri & Putri, 2022). Hasil penelitian ini lebih tinggi dibanding dengan penelitian Sari et al., (2020) di Puskesmas Perumnas Kabupaten

Rejang Lebong menunjukkan bahwa 38,5 % ibu postpartum mengalami postpartum blues, dan lebih rendah dibanding dengan penelitian Salat et al., (2021) di Desa Marengan Laok Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep menunjukkan bahwa 77% ibu *postpartum* mengalami *postpartum blues* (Tarisa et al., 2020).

Postpartum blues atau *baby blues syndrome* merupakan sebuah perubahan emosi dan suasana hati ibu yang terjadi setelah proses kelahiran bayi (Purwati & Noviana, 2020) yang dapat menjadikan ibu merasa mudah terharu, cemas hingga mudah sekali tersinggung. *Postpartum blues* ini biasanya terjadi sekitar 80% pada ibu *postpartum* (Sari et al., 2020). Dengan adanya kejadian ibu *postpartum* yang mengalami kejadian *postpartum blues*, maka dari itu petugas kesehatan perlunya memberikan edukasi kepada ibu tentang perubahan yang akan terjadi paska persalinan dan menasehati ibu untuk menyiapkan secara fisik dan psikis menghadapi proses tersebut. Bagi ibu postpartum agar menyiapkan diri dalam menghadapi proses persalinan baik secara fisik maupun psikis dan aktif berkonsultasi dengan petugas kesehatan.

Hasil analisis data pada tabel 3 menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum blues* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon tahun 2022. Adanya hubungan hal ini dikarenakan keluarga tidak mendampingi dan kurangnya dukungan dari keluarga padahal keluarga merupakan orang terdekat ibu yang dapat membantu dan mendampingi ibu pada masa persalinan dan paska persalinan, memberikan support pada ibu sehingga dapat mengurangi rasa cemas dan khawatir yang dialami oleh ibu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salat et al., (2021); Ernawati (2020) dan (Nurfatimah & Entoh, 2018) bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian *postpartum blues* adalah sangat kuat dan signifikan. Sejalan dengan temuan tersebut, Sari et al., (2020) juga menemukan bahwa ada hubungan antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* ($\rho = 0,000$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa keluarga mempunyai frekuensi kualitas pertemuan lebih tinggi dibandingkan dengan dukungan sumber yang lain yang dapat mengurangi kejadian *postpartum blues*, sehingga pemberian dukungan keluarga harus lebih sering diberikan dari pada sumber lainnya (Ernawati, 2020). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Suryani et al., (2019) bahwa dukungan keluarga tidak berpengaruh terhadap kejadian *postpartum blues* dalam melakukan perawatan diri dan bayinya. Sementara itu, menurut Marwiyah et al., (2022) bahwa dukungan sosial atau keluarga yang diberikan tergolong rendah kepada ibu *postpartum*, sehingga ibu mudah mengalami *postpartum blues*. Menurut Yunitasari & Suryani (2020) rendahnya atau ketidakpastian dukungan keluarga akan meningkatkan kejadian *postpartum blues*.

Adanya hubungan dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum blues*, maka upaya yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan adalah memberikan intervensi kepada keluarga ibu dengan edukasi atau penyuluhan mengenai pentingnya kehadiran dan dukungan dari anggota keluarga ibu ketika ibu menghadapi masa persalinan dan paska persalinan karena pada masa tersebut umumnya ibu mengalami rasa cemas dan kekhawatiran. Bagi ibu agar selalu mengikuti nasehat dan anjuran petugas kesehatan terutama persiapan untuk menghadapi paska persalinan atau *postpartum*.

SIMPULAN

Terdapat hubungan dukungan keluarga pada ibu *postpartum* terhadap kejadian *postpartum blues* di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon.

SARAN

Diharapkan hasil studi ini dapat menjadi acuan dalam pengembangan intervensi keperawatan khususnya di bidang keperawatan maternitas mengenai *postpartum blues*, tentang pentingnya dukungan keluarga dalam mencegah atau mengurangi gejala *postpartum blues*. Upaya yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan adalah memberikan intervensi kepada keluarga ibu dengan edukasi atau penyuluhan mengenai pentingnya kehadiran dan dukungan dari anggota keluarga ibu ketika ibu menghadapi masa persalinan dan paska persalinan karena pada masa tersebut umumnya ibu mengalami rasa cemas dan kekhawatiran. Bagi ibu, diharapkan agar selalu mengikuti nasehat dan anjuran petugas kesehatan terutama persiapan untuk menghadapi paska persalinan dan masa *postpartum* serta pentingnya peran keluarga dalam memberikan dukungan pada ibu. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya hasil studi ini diharapkan dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengkaji variabel yang belum diteliti atau dengan desain penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, D. R., Saputri, D., & Niriyah, S. (2019). Pengalaman *Postpartum Blues* pada Ibu Primipara. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 156-162. <https://doi.org/10.31258/jni.9.2.156-162>
- Astri, R., Fatmawati, A., & Gartika, G. (2020). Dukungan Sosial pada Ibu Postpartum Primipara terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(1), 16-21. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i1.417>
- Ernawati, E. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Nifas di Ruang Nuri Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makasar*, 11(1), 20-30. <https://doi.org/10.32382/jmk.v11i1.1429>
- Fatmawati, A., & Gartika, N. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dan Perencanaan Kehamilan dengan Kejadian *Postpartum Blues* pada Ibu Remaja. *Jurnal Bimtas: Jurnal Kebidanan Umtas*, 3(2), 44-51. <https://journal.umtas.ac.id/index.php/bimtas/article/view/631>
- Harianis, S., & Sari, N. I. (2022). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian *Postpartum Blues*. *Jomis (Journal of Midwifery Science)*, 6(1), 85-94. <https://doi.org/10.36341/jomis.v6i1.2141>
- Kumalasari, I., & Hendawati, H. (2019). Faktor Resiko Kejadian *Postpartum Blues* di Kota Palembang. *Jurnal Kesehatan Poltekes Palembang*, 14(2), 91-96. <https://doi.org/10.36086/jpp.v14i2.408>
- Marwiyah, N., Suwardiman, D., Mutia, H. K., Alkarimah, N. A., Rahayu, R., Nuraeni, N., & Uzzakiyyah. (2022). Determinant Factors Influencing the Incidents of Postpartum Blues in Puerperium Mothers. *Faletahan Health Journal*, 9(1), 89-99. <https://doi.org/10.33746/fhj.v9i01.298>
- Nurfatimah, N., & Entoh, C. (2018). Hubungan Faktor Demografi dan Dukungan Sosial dengan Depresi Pascasalin. *Jurnal Profesi Medika Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 11(2), 89-99. <http://dx.doi.org/10.33533/jpm.v11i2.229>
- Purwati, P., & Noviana, A. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Postpartum Blues*. *Infokes : Jurnal Rekam Medik dan Informatika Kesehatan*, 10(2), 1-4. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i2.1021>

- Putri, H. F. W., & Putri, F. R. (2022). How to Cope with Baby Blues: A Case Report. *Journal of Psychiatry Psychology and Behavioral Research*, 3(1), 13-15. <https://doi.org/10.21776/ub.jppbr.2022.003.01.4>
- Qiftiyah, M. (2018). Gambaran Faktor-Faktor (Dukungan Keluarga, Pengetahuan, Status Kehamilan, dan Jenis Persalinan) yang Melatarbelakangi Kejadian *Postpartum Blues* pada Ibu Nifas Hari Ke 7. *Jurnal MIDPRO*, 10(2), 9-19. <https://doi.org/10.30736/midpro.v10i2.75>
- Salat, S. Y. S., Satriaawati, A. C., & Permatasari, D. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian *Postpartum Blues*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 7(2), 116–123. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v7i2.860>
- Samria, S. & Haerunnisa, I. (2021). Hubungan Dukungan Suami dengan Kejadian *Postpartum Blues* di Wilayah Perkotaan. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 52-58. <http://dx.doi.org/10.35329/jkesmas.v7i1.1952>
- Saraswati, D. E. (2018). Faktor yang Berpengaruh terhadap Kejadian *Postpartum Blues*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Journal of Health Science)*, 11(2), 130-139. <https://doi.org/10.33086/jhs.v11i2.105>
- Sari, R. P., Densy, A., & Keraman, B. (2020). Analisis Faktor Risiko Kejadian *Postpartum Blues* di Puskesmas Perumnas Kabupaten Rejang Lebong. *Journal of Midwifery*, 8(1), 29–36. <https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1031>
- Suryani, I., Purba, T. J., & Yanti, M. D. (2019). Faktor Psikologis dan Psikososial yang Mempengaruhi *Postpartum Blues* di Ruang Nifas Hibrida RSUD Sembiring. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(1), 7-13. <https://doi.org/10.36656/jpkm.v2i1.127>
- Tarisa, N., Octrarianingsih P., Ladyani F., & Pramesti W. (2020). Frequency Distribution of Postpartum Blues in Postpartum Mothers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 1057-1062. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.430>
- Tindaon, R. L., & Anggeria, E. (2018). Efektivitas Konseling terhadap *Postpartum Blues* pada Ibu Primipara. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 3(2), 115–126. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/kemas/article/download/1880/1697>
- Yunitasari, E., & Suryani, S. (2020). *Postpartum Blues*; Sebuah Tinjauan Literatur. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(2), 303–307. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/download/22042/pdf>