

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hamil dan melahirkan merupakan momen bahagia yang selalu dinantikan oleh setiap wanita karena menjadikan wanita menjadi perempuan seutuhnya (Elvira, 2006). Periode awal postpartum, juga dikenal masa nifas merupakan masa kritis bagi ibu karena terjadi perubahan secara fisiologis dan psikologis, serta transisi perubahan peran (Rachmawati et al., 2021). Selama masa transisi ini yang rentan dan penuh tantangan ini, wanita mengalami keterlibatan fisik dan emosional yang intens. Perubahan mood pada masa ini yang sangat kompleks yang melibatkan aspek biologis, psikologis, sosial dan budaya, sehingga dibutuhkan adaptasi (Tosto et al., 2023).

Pada masa nifas, ibu mengalami perubahan atau adaptasi secara fisiologis dan psikologis. Adaptasi fisiologis merupakan perubahan yang terjadi pada organ dan hormon tubuh setelah melahirkan. Kadar hormon estradiol, progesteron dan prolaktin turun drastis pada hari ketiga atau keempat setelah melahirkan. Terjadi perubahan mood yang disebabkan oleh peningkatan kadar monoamine oksidase atau penurunan aktivitas serotoninergik setelah melahirkan (Balaram & Marwaha, 2023).

Perubahan terhadap peran baru sebagai ibu dikenal sebagai adaptasi psikologis. Pada masa ini, ibu akan menjalani melalui fase-fase : *taking in* (perilaku dependen), *taking hold* (perilaku dependen-independen), *letting*

go (perilaku interdependen) (Sambas et al., 2022). Sebagian ibu mampu beradaptasi dengan proses transisi ini, namun sebagian lagi merasa tidak mampu mengendalikan keadaan dan merasa frustrasi karena merasa tidak kompeten dan tidak mampu mengendalikan keadaan. Kegagalan ini dapat menyebabkan wanita mengalami gangguan kejiwaan non-psikotik yang disebut dengan *postpartum blues* (Utami & Nurfita, 2022).

Postpartum blues merupakan gangguan afek ringan yang muncul pada minggu pertama setelah melahirkan, memuncak pada hari ketiga hingga kelima dan berlangsung selama dua minggu setelah melahirkan (Yunitasari & Suryani, 2020). Tanda dan gejala *postpartum blues* ditandai dengan kesedihan, menangis, kelelahan, mudah tersinggung, cemas, kurang tidur, kurangnya konsentrasi, dan mood yang labil (Balaram & Marwaha, 2023). *Postpartum blues* tidak hanya berdampak pada keadaan ibu tetapi juga anaknya, sulitnya interaksi antara ibu yang mengalami depresi dengan anaknya meningkatkan risiko gangguan perilaku dan kognitif, yang bahkan dapat membahayakan anak (Sambas et al., 2022).

Menurut data WHO (2020), sekitar 13% ibu postpartum diseluruh dunia mengalami gangguan psikologis, terutama depresi. Angka kejadian di negara berkembang bahkan lebih tinggi, yaitu 19,8% setelah melahirkan (WHO, 2020). Prevalensi *postpartum blues* secara global menurut WHO (2018) adalah 3-8%, dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif 20-50 tahun (Yunitasari & Suryani, 2020). Angka kejadian di beberapa negara mengenai *postpartum blues* seperti Jepang mencapai 15%-50%, Yunani

mencapai 44,5% dan Prancis mencapai 31,7% (Salat et al., 2021). Di Asia prevalensi *postpartum blues* berkisar 26%-85% (USAID, 2021).

BKKBN (2024) melaporkan bahwa sebanyak 57% ibu di Indonesia mengalami gejala *postpartum blues*, angka tersebut menempatkan Indonesia di urutan ketiga tertinggi di Asia dengan risiko *postpartum blues* terbesar. Kemenkes (2020) menyatakan bahwa terdapat 1 hingga 2 per 1000 kelahiran ibu yang mengalami *postpartum blues* (Sulistia et al., 2023). Sebuah laporan data dari *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2023, menyatakan bahwa 25% wanita di Lampung mengalami gangguan depresi setelah melahirkan. Di Sumatera Barat, gambaran kejadian *postpartum blues* sebesar 88% dengan kategori ringan (Pasha et al., 2023). Hasil penelitian Risnawati & Susilawati (2019) di Puskesmas Nanggalo Kota Padang menyatakan bahwa 52,6% ibu nifas mengalami kejadian *postpartum blues*.

Dilansir dari detikhealth (2023), beberapa waktu lalu media sosial dihebohkan dengan kasus ibu yang menenggelamkan anaknya di ember. Setelah diselidiki, Komnas PA mengkonfirmasi jika ibu tersebut mengalami *syndrome baby blues*. Suami dan ibu kaget mengetahui kejadian tersebut. Komnas PA menambahkan bahwa ibu mengalami stress dan kebingungan dalam merawat bayinya. Konflik batin atas kemampuan seseorang menjadi ibu menyebabkan rasa cemas berlebih atas penerimaan serta penolakan terhadap peran baru. *Postpartum blues* masih menjadi fenomena gunung es yang sulit dideteksi karena stigma masyarakat yang menganggap gangguan

psikologis ini normal dialami oleh ibu setelah melahirkan sehingga gejala yang muncul sering terabaikan (Kurniawati & Septiyono, 2022).

Namun, beberapa faktor yang diperkirakan menjadi pemicunya seperti faktor fisik, psikologis, demografi, dan sosial. Faktor psikologis yang meliputi dukungan keluarga khususnya suami ; faktor demografi yang meliputi usia dan paritas ; faktor fisik yang disebabkan kelelahan fisik akibat aktivitas mengasuh bayi, menyusui, memandikan, mengganti popok ; dan faktor sosial meliputi status perkawinan, sosial ekonomi, dan tingkat pendidikan (Yunitasari & Suryani, 2020). Penelitian yang dilakukan Ningrum (2017), menyebutkan bahwa faktor psikologis yang diprediksi memiliki pengaruh paling besar terjadinya *postpartum blues* yaitu penyesuaian diri, *coping stress* dan dukungan sosial terutama dukungan suami.

Dukungan suami merupakan suatu interaksi dimana terdapat hubungan saling memberi dan menerima bantuan yang bersifat nyata sehingga dapat memberikan rasa kasih sayang, perhatian, dan rasa keterikatan baik terhadap keluarga, sosial maupun masyarakat (Kurniawati & Septiyono, 2022). Dukungan ini dapat berupa dukungan materi maupun non materi, bisa dengan membantu pekerjaan rumah tangga maupun merawat bayi, misalnya menemani ibu menyusui tengah malam, mengganti popok dan mengembalikan bayi ke tempat tidur setelah selesai menyusui (Fadhilah & Budiman, 2021).

Hasil penelitian Nurhayati (2021) didapatkan bahwa 87,5% ibu yang tidak mendapatkan dukungan dari suami mengalami *postpartum blues* dan sebanyak 14,4% ibu yang merasakan dukungan suami sebagian kecil mengalami *postpartum blues*. Hasil analisis dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* (p value = 0,000). Ibu yang tidak merasakan dukungan suami 77 kali beresiko terkena *postpartum blues* dibandingkan ibu yang mendapatkan dukungan suami.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti (2021), menunjukkan 73% ibu yang mendapat dukungan baik dari suami mereka tidak memiliki risiko mengalami *postpartum blues*. Hasil uji statistik dengan *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan risiko terjadinya *postpartum blues* ($p = 0,00$). Penelitian sama yang juga dilakukan oleh Rahayu dkk (2023), menunjukkan $<\alpha = 0,05$, yang berarti H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara dukungan suami dengan terjadinya *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Tempursari Tahun 2022. Semakin tinggi dukungan suami yang didapatkan ibu maka kemungkinan mengalami *postpartum blues* lebih rendah. Sebaliknya, semakin rendah dukungan suami yang didapatkan ibu maka kemungkinan mengalami *postpartum blues* lebih tinggi (Fadhilah & Budiman, 2021).

Transisi menjalani peran baru sebagai orang tua membutuhkan keyakinan dan kepercayaan diri ibu terhadap kemampuan mereka dalam

merawat bayi yang akan mempengaruhi perilaku serta perkembangan ibu dan bayi yang disebut dengan *self efficacy* (Rachmawati et al., 2021). *Self efficacy* dapat berupa keyakinan dalam merawat bayi seperti menyusui, memandikan, menenangkan bayi, memahami perilaku bayi (Barnes & Adamson-Macedo, 2007). Persepsi ibu yang baik terhadap tugas atau tanggung jawab akan mempengaruhi motivasi dan efikasi diri tinggi sehingga sesulit apapun tugas yang dihadapi akan tetap dijalani (Amalia & Samaria, 2021).

Hasil penelitian Delvina et al. (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dan kejadian depresi postpartum dengan p value 0,06 ($p < 0,05$). Hasil ini sejalan dengan penelitian Hajjan dan Ratnawati (2023) menunjukkan hasil chi square diperoleh nilai ρ value $0,013 < \alpha (0,05)$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan risiko depresi pada ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Tirto I. Ibu postpartum dengan efikasi diri rendah berpeluang 6,4 kali lebih besar mengalami risiko depresi daripada ibu dengan efikasi diri yang tinggi. Ibu yang memiliki *self efficacy* tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat memotivasi diri untuk mengasuh bayi dengan baik, serta dapat mengatasi masalah yang ada. Sebaliknya, ibu yang memiliki *self efficacy* yang rendah akan berpandangan masalah yang ada sulit untuk diatasi dan berpikiran buruk, tidak bisa tenang ketika mengalami kesulitan, serta sulit untuk bangkit ketika gagal melakukan sesuatu (Hajjan & Ratnawati, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, dari 10 orang ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang yang diwawancarai, didapatkan 6 diantaranya sering mengalami cemas, sedih tanpa sebab, mudah marah atau tersinggung, tidak nyaman dengan fisiknya saat ini, kelelahan, sulit tidur dan merasa waktu tidur berkurang.

Dari 10 orang ibu nifas tersebut juga didapatkan 6 diantaranya merasa kurang mendapatkan dukungan dari suami, seperti suami jarang memberikan semangat, tidak pernah memberikan informasi tentang perkembangan bayi, jarang membantu ibu mengerjakan pekerjaan rumah, sering mengkritik ibu dalam mengurus bayi, suami kadang-kadang marah ketika bayi menangis, dan tidak pernah menanyakan apa yang dirasakan ibu serta jarang mendengarkan keluhan ibu. Selain itu, 7 orang diantaranya mengatakan bahwa mereka merasa cemas belum bisa memenuhi kebutuhan dasar bayinya, belum yakin terhadap kemampuannya untuk mendapatkan perubahan perilaku dari bayi seperti dari perilaku menangis menjadi diam atau tenang, di beberapa situasi ibu masih belum bisa membaca sinyal yang diberikan bayi dalam mengidentifikasi perilaku bayi seperti lapar, mengantuk, sedang sakit atau tidak karena kurangnya kedekatan hubungan ibu dengan bayi.

Berdasarkan latar belakang, hasil penelitian dan observasi diatas, maka peneliti melakukan penelitian tentang “Hubungan Dukungan Suami dan *Self Efficacy* Ibu dengan Kejadian *Postpartum Blues* pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan dukungan suami dan *self efficacy* ibu dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitain ini adalah mengetahui hubungan dukungan suami dan *self efficacy* ibu dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.
- b. Diketahui distribusi frekuensi dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.
- c. Diketahui distribusi frekuensi *self efficacy* ibu dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.
- d. Diketahui hubungan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.

- e. Diketahui hubungan *self efficacy* ibu dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan peneliti tentang hubungan antara dukungan suami dan *self efficacy* ibu dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas. Peneliti juga dapat menerapkan ilmu yang telah dipelajari serta memperdalam ilmu tentang metode penelitian.

2. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi bacaan dan diharapkan dapat menambah wawasan pembaca terutama dalam ilmu keperawatan. Selain itu, untuk pertimbangan penelitian lebih lanjut tentang hubungan dukungan suami dan *self efficacy* ibu dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas.

3. Bagi Masyarakat

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

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan ruang lingkup yang sama ataupun mengubah variabel, metode penelitian dan tempat penelitian.

