

Literatur Review : Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues

Lestari Sukma Abdiyanti¹, Luvi Dian Afriyani², Zulfatun Nafisah³, Carollyn Dizzy Sagita⁴, Ifra nasye nababan⁵, Vany Crishtin⁶, Novia Martin⁷, Sri Pratnawati⁸, Meisya Tiara Herlina⁹, Anggun Sri Bintang¹⁰, Milah Octaviani¹¹, Ismi Hoirunnisa¹²

¹Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, dianabdilestari@gmail.com

²Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, luviqanaiz@gmail.com

³Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, Zulfatunnafisah28@gmail.com

⁴Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, Carollyndizzy@gmail.com

⁵Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, ifra.nababan08@gmail.com

⁶Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, vanycbml@gmail.com

⁷Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, noviamartin9@gmail.com

⁸Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, sripratnawati@gmail.com

⁹Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, Meisyatiaraaaa@gmail.com

¹⁰Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, anggusb@gmail.com

¹¹Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, milahoctaviani10@gmail.com

¹²Sarjana Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, ismihoir10@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 9 Desember 2021

Accepted, 14 Desember 2021

Published, 15 Desember 2021

Keywords:

husband support,
postpartum blues,
postpartum depression

Abstract

The postpartum period (puerperium) is the period after the placenta is born and ends when the uterine organs return to normal as before pregnancy which occurs around six weeks. One of the problems that are often faced by postpartum mothers is their inability to adapt to new situations that make a mother experience postpartum depression. Postpartum depression is a feeling disorder experienced by a mother after giving birth where the mother feels sadness, loses energy, finds it difficult to concentrate, feels guilty about herself and is worthless. One of the causes that influence a mother to experience postpartum depression is the lack of support from her husband to postpartum mothers. This research method uses a literature review that collects and analyzes research articles regarding husband's support for the occurrence of postpartum blues. Based on the results of the literature review, it can be seen that there is a relationship between husband's support and the occurrence of postpartum blues depression.

Abstrak

Masa nifas (puerperium) adalah masa setelah plasenta lahir dan berakhir saat organ rahim kembali normal seperti sebelum hamil yang terjadi sekitar enam minggu. Salah satu masalah yang sering dihadapi oleh ibu postpartum yaitu ketidakmampuannya untuk beradaptasi dengan situasi baru yang membuat seorang ibu mengalami depresi pascalin. Depresi pasca melahirkan adalah suatu gangguan perasaan yang dialami oleh seseorang ibu setelah melahirkan dimana ibu merasakan kesedihan, kehilangan energi, sulit untuk berkonsentrasi, merasa bersalah pada dirinya dan tidak berharga. Salah

satu penyebab yang mempengaruhi seorang ibu mengalami depresi postpartum adalah kurangnya dukungan dari suami kepada ibu postpartum. Metode penelitian ini menggunakan literature review yang mengumpulkan dan menganalisis artikel-artikel penelitian mengenai dukungan suami terhadap terjadinya kejadian postpartum blues. Pendekatan data (data base) google scholar, pubmed dengan kata kunci seperti dukungan suami, postpartum blues, depresi postpartum. Berdasarkan hasil literatur review dapat diketahui bahwa ada hubungan antara dukungan suami dengan terjadinya depresi postpartum blues.

Pendahuluan

Postpartum blues adalah keadaan dimana seorang ibu mengalami perasaan tidak nyaman setelah persalinan yang berkaitan dengan hubungan ibu dan bayinya atau dengan dirinya sendiri. Saat plasenta dikeluarkan pada serangkaian proses persalinan terjadi perubahan hormon yang melibatkan progesteron, dan estrogen dalam tubuh seorang wanita yang dapat mempengaruhi kondisi fisik, mental dan emosional ibu.

Postpartum blues dapat berkembang menjadi gejala depresi mayor. Lebih dari 20% wanita yang mengalami postpartum blues akan berkembang menjadi gejala depresi mayor dalam satu tahun setelah melahirkan (Reck et al., 2009). Apabila postpartum blues tidak ditangani dengan serius, maka akan berkembang menjadi depresi postpartum dan kondisi yang paling berat bisa sampai postpartum psychosis. Postpartum blues sering menyebabkan terputusnya interaksi ibu dan anak, dan mengganggu perhatian dan bimbingan yang dibutuhkan bayinya untuk berkembang secara baik (Ishikawa et al., 2011). Panduan obstetric dan gynecology, menyakini 10-15% ibu yang melahirkan mengalami gangguan ini dan hampir 90% mereka tidak mengetahui postpartum blues.

Angka kejadian post partum blues di Asia cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85 %, sedangkan di Indonesia angka kejadian post partum blues antara 50-70 % wanita pasca persalinan diperkirakan angka kejadiannya rendah dibandingkan hal ini disebabkan oleh budaya dan sifat

orang Indonesia yang cenderung lebih sabar dan menerima apa yang dialaminya baik itu peristiwa yang menyenangkan maupun menyedihkan.

Bagi ibu post partum, apabila pada ibu ibu yang baru pertama melahirkan akan sangat membutuhkan dukungan orang-orang terdekatnya karena ia belum sepenuhnya berada pada kondisi stabil, baik fisik maupun psikologisnya. Ia sangat asing dengan perubahan peran barunya yang begitu fantastis terjadi dalam waktu yang begitu cepat yaitu peran sebagai seorang ibu. Dengan respon positif dari suami, akan mempercepat proses adaptasi peran ini sehingga akan memudahkan bagi bidan untuk memberikan asuhan yang sehat.

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya depresi, suami yang tidak memberikan perhatian, komunikasi, dan emosional yang intim membuat ibu rentan mengalami depresi.

Maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan dukungan suami terhadap kejadian postpartum blues.

Metode

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah literature review, yaitu mengumpulkan dan menganalisis artikel-artikel penelitian mengenai hubungan dukungan suami terhadap kejadian postpartum blues. Berdasarkan evidence based, penelusuran artikel ini dilakukan dengan pendekatan data (data base) google scholar, pubmed dengan

kata kunci seperti dukungan suami, postpartum blues, depresi postpartum yang diamana setelah dilakukan penelusuran artikel didapatkan 60 artikel yang sesuai.

Batasan yang ditentukan dalam penelusuran artikel ini dalam kurun 6 tahun terakhir dari tahun 2016 hingga tahun 2021 dengan lokasi wilayah di Indonesia.

Setelah dilakukan penyaringan didapatkan hasil yang kami temukan dalam beberapa artikel ini sesuai judul dan full text dengan kata kunci dukungan

suami, depresi postpartum didapatkan 20 artikel yang digunakan. Selanjutnya setelah dianalisis lebih dalam bahwa literatur reviw ini mendapatkan 5 artikel dengan tahun yang berbeda.

Hasil dan Pembahasan

Pencarian jurnal dilakukan pada data based dengan menggunakan kata kunci dukungan suami, postpartum blues, depresi post partum. Sebanyak 5 artikel yang di temukan dan memenuhi kriteria.

Tabel 1 kumpulan artikel-artikel yang sesuai dengan kriteria.

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
1.	Fitrah & Herlina, 2017. Judul : Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017	Kualitatif analitik dengan pendekatan cross sectional, Subjek yang digunakan adalah Ibu <i>postpartum</i> di klinik pratama afiyah pada bulan September 2016-juni 2017 dengan jumlah sampel 45 orang	Adanya hubungan antara dukungan suami dengan kejadian <i>postpartum blues</i> dengan p value $0,000 < 0,05$
2	Natalia Nurtri laia, 2019, Hubungan Dukungan Suami Dengan Resiko Post Partum Blues Sindrom Pada Ibu Primipara Di Wilayah Keja Puskesmas Perawatan Lolomatua	penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan cross sectional, sampel yang digunakan adalah total population, dimana semua populasi dijadikan sampel yaitu ibu primipara sebanyak 30 orang.	Ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan resiko Post Partum Blues Pada Ibu Primipara di UPTD Puskesmas Perawatan Lolomatua dengan diperoleh nilai $p = 0,004$. Dengan demikian dapat dibuktikan bahwa dukungan suami mempunyai peranan penting dalam menunjang keberhasilan ibu dalam melewati masa adaptasi psikologis post partum sehingga tidak terjadi post partum blues
3	Hubungan dukungan suami dengan kejadian post partum blues pada ibu primipara usia muda di desa Ajung kabupaten Jember	Kualitatif dengan metode cross sectional pada ibu post partum primipara usia muda didesa Ajung kabupaten jember sebanyak 40 orang	Dukungan suami pada ibu primipara usia muda di Desa Ajung Kabupaten Jember mayoritas mendapat dukungan optimal dengan persentase sebesar 77,5% dengan jumlah responden 31 responden. Kejadian post partum blues pada ibu primipara usia muda di Desa Ajung Kabupaten Jember adalah pada 9 responden dari 40 responden dengan

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
			<p>persentase sebesar 25%. Terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian post partum blues pada ibu primipara usia muda di Desa ajung Kabupaten Jember. Hasil penelitian dengan uji Spearman's rho didapatkan p value sebesar 0,001. Pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$) dan p value 0,05. Dan dengan koefisien korelasi sebesar -0,503 yang menunjukkan dua variabel memiliki korelasi negatif yaitu semakin optimal dukungan suami maka pada ibu post partum primipara cenderung tidak mengalami post partum blues, begitu juga sebaliknya, dengan koefisien korelasi sebesar -0,503 menunjukkan kekuatan korelasi dua variabel yaitu dukungan suami dan kejadian post partum blues adalah sedang.</p>
4	Vida Wira Utami & Monica Ivana. Judul : Hubungan Dukungan Suami Terhadap PostPartum Blues Pada Ibu Nifas Di BPS Amrina, Amd.Keb Kelurahan Ganjar Asri Kecamatan Metro Barat Kota Metro Tahun 2016	Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian yang digunakan menggunakan analitik dengan pendekatan case control. Populasi dalam penelitian ini adalah menggunakan populasi kasus sebanyak 20 orang dan kontrol 40 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan semua kasus 20 dan kontrol 2x kasus sehingga berjumlah 40. Jadi jumlah sampel 60 orang. Menggunakan analisa data univariat dan bivariat dengan uji chi-square.	<p>Distribusi frekuensi dukungan suami kategori mendukung sebanyak 36 orang (60,0%) dan dukungan suami kategori tidak mendukung sebanyak 24 orang (40,0%).</p> <p>Distribusi frekuensi postpartum pada kelompok kasus sebanyak 20 orang (33,3%) dan kelompok kontrol sebanyak 40 orang (66,7%).</p> <p>Ada hubungan dukungan suami dengan terjadinya post partum blues pada ibu nifas dengan p-value 0,002, OR = 1,143.</p>
5	Samria, Indah Haerunnisa, 2021. Judul : Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian Post Partum Blues Di Wilayah Perkotaan	Penelitian kuantitatif, dengan menggunakan desain penelitian survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Teknik yang digunakan pada penelitian ini menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden.	Hasil analisa hubungan kedua variabel dengan menggunakan uji statistik chisquare didapat signifikansi dari hubungan kedua variabel tersebut adalah $p = 0,000$, $p = 0,003 < 0,05$ maka ini berarti H_0 diterima dan H_a ditolak, maka ada hubungan dukungan

No	Peneliti	Metode Penelitian	Hasil
			suami dengan kejadian post partum blues di wilayah perkotaan. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa dari 40 responden, sebagian besar responden menderita post partum blues yaitu sebanyak 6 responden (15%) dan 19 responden yang tidak menderita post partum blues (25%), sedangkan dukungan suami sebanyak 11 (27,5%) dan tidak mendukung sebanyak 4 responden (10,0%).

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 (Pfuhrmann, 2015)

Penelitian yang dilakukan oleh Fitrah, A. K., & Herlina, S. (2017) tentang Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017 menyatakan bahwa dukungan suami yang diberikan pada ibu postpartum dalam bentuk kerjasama yang baik, serta memberikan dukungan moral dan emosional. Dengan perhatian suami membuat istri merasa lebih yakin, bahwa ia tidak saja tepat menjadi istri, tetapi istri juga akan bahagia menjadi (calon) ibu bagi anak yang dikandungnya. Adapun dukungan

suami diantaranya yaitu dalam bentuk dukungan penghargaan yang dapat diberikan oleh suami adalah mengingatkan ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi ibu dan bayi, suami selalu menanyakan kondisi ibu, suami tidak melarang ibu mengkonsumsi makanan yang baik untuk gizi ibu, serta selalu menanyakan masalah yang ibu rasakan selama masa nifas. Dukungan penghargaan sangat berperan dalam memberikan rasa perhatian kepada ibu selama masa nifasnya.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa suami yang memberikan dukungan kurang optimal adalah pada 9 responden (22,5 %) terlihat dari beban kerja pada suami, didapatkan dimana suami responden memiliki beban kerja yang lebih berat dibandingkan dengan sebagian besar suami responden yang dapat memberikan dukungan optimal, hal ini diungkapkan oleh Bartells (2006) menyebutkan bahwa dalam semua kasus yang terjadi pada depresi pasca melahirkan, terdapat beban yang terjadi pada suami (ayah bayi), terdapat beban yang terjadi pada suami dimana harus menjaga dan memperhatikan anak sekaligus ibunya ditambah lagi dengan kewajiban suami dalam memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga barunya. Suami yang memberikan dukungan kurang optimal sosial dikarenakan suami takut untuk membantu ibu dalam

perawatan bayi mereka (menggendong, memandikan, mengganti popok), karena suami merasa bahwa laki-laki tidak mampu merawat bayi dengan baik karena terlalu kaku serta tidak sabaran berbeda dengan ibu yang terkesan lebih lembut dan berhati-hati. Hal yang sering kali dianggap sepele oleh suami adalah dukungan sosial penghargaan, seringkali suami menganggap hal itu terlalu kekanak-kanakan, ungkapan rasa sayang kepada istri dianggap sudah ditunjukkan dengan suatu perlakuan saja tanpa harus diucapkan secara lisan misalnya dengan suatu pujian atau semacamnya.

Dari hasil penelitian ini juga didapatkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan dukungan optimal yaitu sebanyak 31 responden (77,5%) dari suami yang sebagian besar memiliki pekerjaan yang dapat menghasilkan pendapatan keluarga baik, dalam hal ini suami dapat memenuhi dukungan finansial yang diperlukan ibu dan bayi yang baru lahir. Hal ini juga diungkapkan oleh Bobak (2005) bahwa kondisi ekonomi sering membuat psikologi ibu terganggu. Pada keluarga yang mampu mengatasi pengeluaran untuk biaya perawatan ibu selama persalinan, serta tambahan dengan hadirnya bayi baru lahir ini mungkin hampir tidak merasakan beban keuangan sehingga tidak mengganggu proses transisi menjadi orang tua. Hasil penelitian di dapatkan dari 40 responden mayoritas rutin melakukan pemeriksaan kehamilan yaitu berjumlah 29 responden dan mayoritas juga mengikuti penyuluhan tentang kehamilan yang berjumlah 28 responden dalam hal ini suami juga memberikan informasi dan dukungan kepada istri untuk dapat mengikuti kegiatan-kegiatan penyuluhan tentang kehamilan dan dorongan untuk melakukan pemeriksaan kehamilan.

Dukungan sosial (suami) merupakan salah satu bentuk interaksi sosial yang didalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima bantuan yang bersifat nyata, bantuan tersebut akan menempatkan individu-individu yang

terlibat dalam sistem sosial yang pada akhirnya akan dapat memberikan cinta, perhatian maupun sense of attachment baik pada keluarga sosial maupun pasangan. Dukungan suami terhadap istrinya bisa dilakukan dengan membantu istri dalam perawatan bayi misalnya ketika ibu menyusui bayinya, sang ayah tidak hanya tidur sepanjang malam. Ayah bisa menemani ibu dan bayi, mengangkat bayi dari tempat tidurnya, mengganti popok bayi bila perlu, memberikan bayi pada ibu saat jam menyusui, dan mengembalikan bayi ke tempat tidurnya ketika bayi telah tertidur kembali. Dukungan suami sangat penting dan tidak bisa diremehkan dan yang tak kalah penting membangun suasana positif, dimana istri merasakan hari-harinya dengan bahagia

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 (Pfuhlmann, Stoeber dan Beckmann, 2002).

Ibu primipara lebih besar kemungkinan mengalami post partum blues dibandingkan ibu multipara karena ibu primipara tidak memiliki pengalaman melahirkan dan merawat anak, hal ini berbeda dengan ibu multipara yang sudah memiliki pengalaman sebelumnya. faktor yang mempengaruhi terjadinya post partum blues diantaranya pengalaman kehamilan dan persalinan yang meliputi komplikasi dan persalinan dengan tindakan, dukungan sosial diantaranya dukungan keluarga, keadaan

bayi yang tidak sesuai harapan. Post partum blues juga bisa disebabkan faktor hormonal berupa perubahan kadar estrogen, progesterone, prolaktin dan estriol yang terlalu rendah. Kadar estrogen turun secara bermakna setelah melahirkan ternyata estrogen memiliki efek supresi aktifitas enzim nonadrenalin maupun serotonin yang berperan dalam suasana hati dan kejadian depresi.

Berdasarkan hasil penelitian juga ditemukan bahwa ibu yang tidak mendapat dukungan keluarga dan beresiko mengalami kejadian post partum blues sejumlah 5 orang (16,7%), hal ini bisa terjadi karena ibu masih mengalami kelelahan setelah masa kehamilan dan melahirkan, kewalahan dengan tanggung jawab baru sebagai seorang ibu, hal ini terutama pada ibu primipara. Selain itu, dari hasil penelitian juga ditemukan bahwa ibu yang tidak mendapatkan dukungan keluarga tetapi malah tidak mengalami post partum blues sejumlah 8 orang (26,7%). Hal ini juga bisa terjadi karena ibu mendapatkan motivasi dan informasi dari bidan, yang mana jika bidan telah memberikan petunjuk, informasi, bimbingan, dan motivasi pada ibu tentang merawat bayi dengan baik, maka stres ibu dapat berkurang dan tidak mengalami post partum blues.

Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,004$ maka disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan resiko post partum blues pada ibu primipara Di UPTD Puskesmas Perawatan Lolomatua Kabupaten Nias Selatan. Ibu yang mendapat dukungan keluarga yang rendah akan merasa kurang dihargai oleh keluarga, sehingga hal ini dapat meningkatkan stress pada ibu dan menimbulkan post partum blues.

Masa postpartum (masa nifas) merupakan masa atau suatu rentang waktu yang sangat penting bagi kesehatan ibu dan anak, setelah melewati masa hamil dan melahirkan (Hanafi, 2013). Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, ibu primipara akan bersemangat mengasuh

bayinya, tetapi sebagian lagi tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan psikologis yang disebut Post Partum Blues (Marshall, 2009). Ibu Post partum yang mengalami Post Partum Blues selalu membutuhkan keberadaan orang lain, keluarga, terutama suami, keberadaan orang lain tersebut sangat dirasakan ketika seseorang mengalami kesulitan atau suatu masalah, kehadiran keluarga atau suami bagi seseorang yang mengalami suatu masalah diharapkan dapat memberikan dukungan sehingga dapat mengurangi beban yang dirasakan. Pada ibu yang baru melahirkan terutama pada ibu yang baru pertama kali melahirkan akan sangat membutuhkan dukungan atau respon yang positif dari keluarga atau teman dan terutama suami. Menurut Hasil penelitian oleh (Evawati A, 2014) dengan penelitian yang berjudul "Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian Post Partum Blues Pada Ibu Primipara Usia Muda Di Desa Ajung Kabupaten Jember" diperoleh hasil bahwa Dukungan suami pada ibu primipara usia muda di Desa Ajung Kabupaten Jember mayoritas mendapat dukungan optimal dengan persentase sebesar 77,5% dengan jumlah responden 31 responden. Kejadian post partum blues pada ibu primipara usia muda di Desa Ajung Kabupaten Jember adalah pada 9 responden dari 40 responden dengan persentase sebesar 25%. Terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian post partum blues pada ibu primipara usia muda di Desa ajung Kabupaten Jember. Hasil penelitian dengan uji Spearman's rho didapatkan p value sebesar 0,001. Pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$) dan p value 0,05. Dan dengan koefisien korelasi sebesar -0,503 yang menunjukkan dua variabel memiliki korelasi negatif yaitu semakin optimal dukungan suami maka pada ibu post partum primipara cenderung tidak mengalami post partum blues, begitu juga sebaliknya, dengan koefisien korelasi sebesar -0,503 menunjukkan

kekuatan korelasi dua variabel yaitu dukungan suami dan kejadian post partum blues adalah sedang.

Hal ini sesuai dengan teori dari Bobak dan rekan-rekannya (Macmudah, 2010) memberikan lima kriteria ibu yang rentan mengalami gangguan emosional dan membutuhkan dukungan tambahan, diantaranya adalah ibu primipara (melahirkan anak pertama) yang belum berpengalaman dalam pengasuhan anak, wanita yang juga memiliki kesibukan dan tanggung jawab dalam pekerjaannya., wanita yang tidak memiliki banyak teman atau anggota keluarga untuk diajak berbagi dan memberikan perhatian terhadapnya, dan ibu yang berusia remaja.

Diperkuat dengan teori (Videbeck,2008) yang menyatakan bahwa Dukungan suami merupakan faktor terbesar untuk memicu terjadinya Postpartum Blues. Hal ini dikarenakan dukungan suami merupakan strategi koping penting pada saat mengalami stress dan berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stress.

Berdasarkan distribusi frekuensi dukungan suami di BPS Amrina, Amd. Keb Kelurahan Ganjar Asri Kecamatan Metro diketahui bahwa dari 60 responden dukungan suami kategori mendukung sebanyak 36 orang (60,0%) dan dukungan suami kategori tidak mendukung sebanyak 24 orang (40,0%). Bagi ibu postpartum yang baru pertama melahirkan akan sangat membutuhkan dukungan orang-orang terdekatnya karena ia belum sepenuhnya berada pada kondisi stabil, baik fisik maupun psikologisnya. Ia sangat asing dengan perubahan peran barunya yang begitu fantastis terjadi dalam waktu yang begitu cepat yaitu peran sebagai seorang ibu. Dengan respon positif dari suami, akan mempercepat proses adaptasi peran ini sehingga akan memudahkan bagi bidan untuk memberikan asuhan yang sehat.

Sedangkan pada distribusi frekuensi terjadinya postpartum blues di BPS Amrina, Amd. Keb Kelurahan Ganjar Asri Kecamatan Metro diketahui bahwa

dari 60 responden dengan postpartum kelompok kasus sebanyak 20 orang (33,3%) dan kelompok kontrol sebanyak 40 orang (66,7%). Fenomena pasca partum awal atau baby blues merupakan sequel umum kelahiran bayi biasanya terjadi pada 70% wanita. Penyebabnya ada beberapa hal, antara lain lingkungan tempat melahirkan yang kurang mendukung, perubahan hormon yang cepat, dan keraguan terhadap peran yang baru. Pada dasarnya, tidak satu pun dari ketiga hal tersebut termasuk penyebab yang konsistensi. Faktor penyebab biasanya merupakan kombinasi dari berbagai faktor termasuk adanya gangguan tidur yang tidak dapat dihindari oleh ibu selama masa-masa awal menjadi seorang ibu.

Hasil uji statistik chi square didapat nilai P value ($0,002 < 0,05$). Artinya H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan ada hubungan dukungan suami dengan terjadinya post partum blues pada ibu nifas nilai OR = 1,143, artinya dukungan suami kategori tidak mendukung berpeluang mengalami postpartum blues pada ibu nifas sebanyak 1,143 kali dibandingkan dengan dukungan suami yang mendukung. Post partum blues merupakan kesedihan atau kemurungan setelah melahirkan, biasanya hanya muncul sementara waktu yakni sekitar dua hari hingga dua minggu sejak kelahiran bayi, beberapa penyesuaian dibutuhkan oleh wanita dalam menghadapi aktivitas dan peran barunya sebagai ibu pada minggu-minggu atau bulan-bulan pertama setelah melahirkan, baik dari segi fisik maupun segi psikologis. Sebagai wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi sebagian lainnya tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan-gangguan psikologis, salah satunya yang disebut postpartum blues.

Pada hakekatnya keluarga diharapkan mampu berfungsi untuk mewujudkan proses pengembang-timbal balik rasa

cinta dan kasih sayang antara anggota keluarga, antar kerabat, serta antar generasi yang merupakan dasar keluarga yang harmonis (Soetjiningsih, 1995). Hubungan kasih sayang dalam keluarga merupakan suatu rumah tangga yang bahagia. Dalam kehidupan yang diwarnai oleh rasa kasih sayang maka semua pihak dituntut agar memiliki tanggung jawab, pengorbanan, saling tolong menolong, kejujuran, saling mempercayai, saling membina pengertian dan damai dalam rumah tangga. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Siti Nurbaeti, 2015 tentang Gambaran Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Nifas Berdasarkan Karakteristik Di Rumah Sakit Umum Tingkat IV Sariningsih Kota Bandung Berdasarkan data penelitian dapat disimpulkan bahwa kejadian postpartum blues pada ibu nifas di Rumah Sakit Umum TK IV Sariningsih Bandung bulan Mei 2015 menunjukkan bahwa hampir setengahnya mengalami postpartum blues ringan dan hampir setengahnya mengalami postpartum blues berat. Dan hampir setengahnya responden berusia 20-35 tahun. Menurut pendapat peneliti Status paritas juga dapat mempengaruhi terjadinya postpartum blues. Status paritas responden penelitian ini sebagian besar ibu Primipara sebanyak 15 orang (25.0%). Sebagian besar ibu akan mengalami postpartum blues karena baru pertama kalinya hamil dan melahirkan seorang bayi. Disamping itu fisik dan mental ibu juga belum siap. Hal yang dapat menyebabkan terjadinya postpartum blues karena kemungkinan adanya perbedaan pendapat dengan suami atau keluarga atau anggota keluarga lainnya. Gejala postpartum blues juga muncul sebagai reaksi yang dipicu oleh situasi stress karena adanya ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan, atau peristiwa-peristiwa lain yang dinilai sebagai potensial stres bagi seorang ibu setelah melahirkan.

Postpartum blues adalah keadaan dimana seorang ibu mengalami perasaan tidak nyaman setelah persalinan yang berkaitan dengan hubungan ibu dan bayinya atau dengan dirinya sendiri. Seorang suami merupakan salah satu anggota keluarga yang sangat dekat dengan ibu. Segala bentuk tindakan yang dilakukan suami yang berkaitan dengan masa nifas ibu akan berdampak pada keadaan psikologis ibu serta kelancaran ibu dalam menjalani masa nifasnya. Dukungan yang positif dari suami sangat diperlukan dalam membantu kondisi ibu selama masa nifas. Apabila suami tidak mendukung ibu postpartum maka dapat membuat ibu merasa sedih dan kewalahan dalam mengasuh bayinya pada minggu pertama postpartum. Dukungan suami merupakan bentuk interaksi yang didalamnya terdapat hubungan yang saling memberi dan menerima bantuan yang bersifat nyata. Sehingga dapat memberikan rasa cinta dan perhatian. Berdasarkan penelitian Samria & Indah Haerunnisa, 2021 dengan penelitian yang berjudul " Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian Post Partum Blues di Wilayah Perkotaan" dari Hasil analisa hubungan kedua variabel dengan menggunakan uji statistik chisquare didapat signifikansi dari hubungan kedua variabel tersebut adalah $p = 0.000$, $p = 0,003 < 0,05$ maka ini berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, maka ada hubungan dukungan suami dengan kejadian post partum blues di wilayah perkotaan. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa dari 40 responden, sebagian besar responden menderita post partum blues yaitu sebanyak 6 responden (15%) dan 19 responden yang tidak menderita post partum blues (25%), sedangkan dukungan suami sebanyak 11 (27,5%) dan tidak mendukung sebanyak 4 responden (10,0%). Hal ini sejalan dengan teori yang di sampaikan oleh Nirwana (2011) yaitu faktor yang mempengaruhi postpartum blues adalah faktor psikologis yang meliputi dukungan keluarga khususnya suami. Dalam asuhan pasca persalinan dukungan keluarga sangat diperlukan. Seperti

diketahui bahwa di Indonesia keputusan suami dan arahan dari ibu sangat berpengaruh dan menjadi pedoman penting bagi siibu dalam praktek asuhan bayinya sehari-hari. Bila suami dan keluarga tidak mendukung ibu pasca melahirkan biasanya merasa sedih dan kewalahan dalam mengauh bayinya dihari-hari pertama setelah melahirkan. Dukungan suami dapat melemahkan dampak stres atau tekanan dan secara langsung memperkokoh kesehatan mental individu dan keluarga, maka dukungan suami sangat dibutuhkan perempuan setelah mengalami persalinan.

Simpulan dan Saran

Postpartum blues merupakan keadaan dimana ibu mengalami perubahan psikologis yang sering muncul pada ibu pasca melahirkan. Usia dan paritas tidak selalu menjadi faktor pencetus gejala postpartum blues. Postpartum blues dapat diatasi dengan melibatkan suami, keluarga dan lingkungan sekitar melalui dukungan pada ibu postpartum. Peningkatan pengetahuan tentang perubahan psikologis perlu diberikan oleh tenaga kesehatan khususnya tentang postpartum blues sehingga calon ibu lebih siap dalam perubahan menjadi peran seorang ibu untuk bayinya.

Bagi keluarga terutama suami perlu untuk berpartisipasi dan bekerjasama dengan petugas kesehatan dengan memberikan dukungan dan motivasi kepada ibu untuk merawat bayi yang baru lahir, bersikap terbuka dan bersedia menerima informasi dari petugas kesehatan terkait informasi tentang pentingnya dukungan suami pada ibu yang sedang menjalani adaptasi psikologis maupun fisiologis pada ibu pasca salin, dan anggota keluarga khususnya suami, agar ikut berpartisipasi dengan cara meberikan dukungan (informasional, penilaian, instrumental, dan emosional) selama ibu menjalani adaptasi post partum. hubungan yang signifikan antara dukungan social pada ibu postpartum primipar dengan kejadian postpartum blues di RSKIA Kota Bandung. Sebagian besar ibu postpartum

primipara mendapatkan dukungan sosial yang baik dan yang mengalami postpartum blues kurang dari setengahnya. Selain itu perlu diadakanya kolaborasi dengan profesi atau tenaga kesehatan lain seperti bidan dan ahli kejiwaan atau psikolog dalam pemberian informasi dan pendidikan kesehatan terkait dukungan suami yang merupakan salah satu faktor yang dapat mengurangi kejadian post partum blues pada ibu post partum primipara maupun multiparitas.

Daftar Pustaka

- Aisah Evawati, Diyan Indriani, Zuhrotul Eka Yulis. 2015. Hubungan dukungan suami dengan kejadian post partum blues pada ibu primipara usia muda. *Jurnal Ilmiah UMJ*. Diakses pada tanggal 26/10/2021 pukul 11.30 WIB dari <http://digilib.unmuhjember.ac.id/files/disk1/66/umj-1x-aisahevawa-3277-1-jurnal-h.pdf>
- Devi Kurniasari, Yetti Amir Astuti, (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* Vol. 9. No. 3/ Juli 2015 : 115-125. Diakses pada hari Selasa 25/10/2021 pukul 11.15 dari <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/download/215/154>
- Fitrah, A. K., & Herlina, S. (2017). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017. *Jurnal Ibu dan Anak*. Volume 5, Nomor 1, Mei 2017 Hal 17-25, 17 25. Diakses pada tanggal 26/10/2021 pukul 10.20 WIB dari <https://jurnal.pkr.ac.id>

- Laia, N. N. (2019). Hubungan Dukungan Suami Dengan Resiko Post Partum Blues Sindrom Pada Ibu Primipara Di Wilayah Keja Puskesmas Perawatan Lolomatua. *Jurnal Persepsi Psikologi*, Vol. 2, No. 1, Februari 2019 : 9-14, 9-14. http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jpp/article/view/4925/pdf_1
- Ningrum Susanti Prasetya. (2017). Faktor-faktor Psikologis yang mempengaruhi postpartum blues. *Jurnal Ilmiah Psikologi* volume 4, Nomor 2,2017:205-218. Diakses pada hari selasa 26/10/2021 pukul 12.03 dari <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/download/1589/1363>
- Riani Astri, Aruani Fatmawati, Nina Gartika. (2020). Dukungan Sosial Pada Ibu Postpartum Primipara Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)* Vol. 7. No (1) 2020: 16-21, ISSN : 2622-4135. diakses pada hari Selasa 25/10/2021 pukul 11.17 dari <https://www.jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/JKP/article/download/417/237>
- Samria, I. H. (2021). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian Post Partum Blues Di Wilayah Perkotaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 21-29. Vol. 07, No. 1, Mei 2021, Halaman 52-58 e-ISSN: 2541-4542.://journal.lppm-unasman.ac.id/index.php/jikm/article/download/1952-4053/pdf
- Utami Vida & Ivana Monica, (2016). Vida Wira Utami & Monica Ivana. Judul : Hubungan Dukungan Suami Terhadap PostPartum Blues Pada Ibu Nifas Di BPS Amrina, Amd.Keb Kelurahan Ganjar Asri Kecamatan Metro Barat Kota Metro. *Jurnal Kebidanan* Vol 2, No 4, Oktober 2016:169-174. Diakses pada hari senin 13 Desember 2021 pukul 11:40 dari <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/589>