

## PENGARUH DUKUNGAN SUAMI DALAM PERAWATAN MASA NIFAS DENGAN KEJADIAN *BABY BLUES* DI KLINIK MARGA HUSADA KABUPATEN PATI

M.S Nunik Darwiyati<sup>1</sup>, Ana Rofika<sup>2</sup>, Ita Fitjannah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> STikes Bakti Utama Pati  
Email: nunikms2021@gmail.com

### ABSTRAK

*Depresi pasca persalinan, merupakan kondisi yang sama sekali di luar dugaan perempuan yang mengalaminya, dampaknya mengakibatkan tidak optimalnya perkembangan bayinya baik fisik maupun psikologis. Berdasarkan survey awal dengan wawancara kepada 10 responden ibu nifas di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati bahwa 4 ibu (40%) tidak mengalami baby blues, mengatakan dukungan suami baik, dan 6 ibu (60%) menunjukkan terjadi baby blues, mengatakan 2 ibu (20%) mendapat dukungan suami sedang dan 4 ibu (40%) dukungan suami kurang. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian baby blues di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelatif dengan pendekatan cross sectional. Jumlah populasi 32 ibu nifas hari ke 3 sampai hari selanjutnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 18 orang (56,25%) dan hanya 14 orang (43,75%) yang tidak mengalami baby blues. Ibu nifas yang mengalami baby blues mendapat dukungan suami dengan kategori kurang mendukung sebanyak 17 orang (53,1%) sedangkan kategori mendukung sebanyak 15 orang (46,9%). Berdasarkan hasil uji korelasi chi square menunjukkan bahwa kejadian baby blues berhubungan dengan dukungan suami dalam perawatan masa nifas ( $X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$  (4.400 > 3.841) dan  $p$  value 0,036 < 0,05). Dari hasil penelitian bagi tenaga kesehatan (bidan) agar digunakan sebagai tolak ukur dalam menilai tingkat pelayanan kesehatan dan memberikan informasi tentang tanda dan karakteristik baby blues, memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan ibu setelah melahirkan dan cara merawat bayi bisa mengurangi kecemasan ibu yang bisa menyebabkan terjadinya baby blues.*

**Kata Kunci:** Dukungan Suami dalam Perawatan Masa Nifas dengan Kejadian Baby Blues

### ABSTRACT

*Postpartum depression is a condition that is completely unexpected for the woman who experiences it, the impact of which results in suboptimal development of her baby, both physically and psychologically. Based on an initial survey with interviews with 10 postpartum mother respondents at the Marga Husada Clinic, Pati Regency, 4 mothers (40%) did not experience baby blues, said their husband's support was good, and 6 mothers (60%) indicated that baby blues occurred, said 2 mothers (20%) received moderate husband support and 4 mothers (40%) had less husband support. The aim of this study was to analyze the effect of husband's support in postpartum care on the incidence of baby blues at the Marga Husada Clinic, Pati Regency. The type of research used in this research is correlative analytics with a cross sectional approach. The total population is 32 postpartum mothers from day 3 to the next day. The research results showed that the majority experienced baby blues as many as 18 people (56.25%) and only 14 people (43.75%) did not experience baby blues. Postpartum mothers who experienced baby blues received support from their husbands in the less supportive category of 17 people (53.1%) while in the supportive category there were 15 people (46.9%). Based on the results of the chi square correlation test, it shows that the incidence of baby blues is related to husband's support in postpartum care ( $X^2_{count} > X^2_{table}$  (4,400 > 3,841) and  $p$  value 0.036 < 0.05). From the research results for health workers (midwives) to be used as a benchmark in assessing the level of health services and providing information about the signs and characteristics of baby blues, providing health education about maternal care after giving birth and how to care for babies can reduce maternal anxiety which can cause baby blues.*

**Kata Kunci:** Husband's Support in Postpartum Care with Baby Blues

## PENDAHULUAN

Nifas (puerperium) adalah masa yang dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya placenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) setelah itu (Rini dan Kumala, 2017). Pengalaman menjadi orang tua tidak selamanya menyenangkan, terlebih menjadi seorang ibu. Realitanya tanggung jawab sebagai seorang ibu seringkali menimbulkan konflik dalam diri seorang wanita. Seorang wanita postpartum membutuhkan adaptasi fisik maupun psikis pada minggu-minggu pertama setelah melahirkan. Dalam proses adaptasi tersebut sebagian wanita berhasil beradaptasi dengan baik tetapi sebagian lainnya tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan psikologis dengan berbagai gejala atau syndrome yang disebut *post partum blues* (Rini dan Kumala, 2017).

Pengalaman menjadi orang tua tidak selamanya menyenangkan, terlebih menjadi seorang ibu. Realitanya tanggung jawab sebagai seorang ibu seringkali menimbulkan konflik dalam diri seorang wanita. Seorang wanita postpartum membutuhkan adaptasi fisik maupun psikis pada minggu-minggu pertama setelah melahirkan. Dalam proses adaptasi tersebut sebagian wanita berhasil beradaptasi dengan baik tetapi sebagian lainnya tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan psikologis dengan berbagai gejala atau syndrome yang disebut *post partum blues* (Rini dan Kumala, 2017).

*Baby Blues Syndrome* atau *Maternity Blues* merupakan syndroma gangguan afek ringan yang biasanya dijumpai pada minggu pertama setelah persalinan. Kejadian *Baby Blues Syndrome* memuncak pada hari ke tiga sampai kelima dan bertahan dalam rentang waktu 14 hari setelah persalinan (Susanti, 2016).

*Blues Syndrome* merupakan fenomena gunung es yang sulit dideteksi karena masyarakat masih menganggap gangguan psikologis merupakan hal yang wajar sebagai naluri ibu dan sikap protektif terhadap bayinya. Hampir sebagian besar ibu tidak mengetahui jika mereka mengalami *Baby Blues syndrome*.

*Baby Blues Syndrome* dapat terjadi pada semua ibu postpartum tanpa memandang etnis dan ras manapun, serta ibu primipara maupun multipara. Secara global diperkirakan 20% ibu nifas menderita *Baby Blues Syndrome*. Data dari 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 pada suatu

waktu kehidupan. Sementara prevalensi postpartum blues di Negara-negara Asia cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85% dari wanita pasca persalinan.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 (Riskesdas 2018), prevalensi depresi di Indonesia mencapai 6,1% dan tersebar di seluruh Indonesia, baik diperkotaan maupun di pedesaan.

Di Indonesia perhatian terhadap masalah postpartum blues masih kurang, dari 37 ibu primipara, 14% mengalami post partum blues tingkat berat, sedangkan dari 65 ibu multipara, 12% mengalami post partum blues tingkat berat (Reni, 2015).

Di Indonesia, gejala-gejala *baby blues syndrome* dianggap sebagai hal wajar yang biasa terjadi pada ibu baru sebagai efek samping kelelahan setelah melahirkan. Sehingga sebagian besar ibu postpartum tidak menyadari bahwa dirinya mengalami *Baby Blues syndrome* (Susanti, 2016). Proses adaptasi psikologi pada seorang ibu sudah di mulai sejak dia hamil. Kehamilan dan persalinan merupakan peristiwa yang normal terjadi dalam hidup, namun banyak ibu yang mengalami stres yang signifikan. Ada kalanya ibu mengalami perasaan sedih yang berkaitan dengan bayinya, keadaan ini disebut postpartum blues (Marmi, 2012). *Postpartum blues* dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *postpartum blues* yaitu usia ibu, paritas, dukungan dari suami, pendidikan, ekonomi dan pekerjaan. Faktor -faktor yang mempengaruhi *postpartum blues* biasanya dipengaruhi oleh beberapa sebab sehingga tanda dan gejala postpartum blues merupakan mekanisme multifaktorial (Irawati & Yuliani, 2014).

Dari penelitian diperoleh kesan bahwa risiko seorang perempuan untuk mengalami depresi pasca persalinan meningkat secara bermakna tanpa adanya dukungan suami atau keluarga. Dukungan merupakan keterlibatan yang diberikan yang diberikan oleh keluarga dan teman kepada klien untuk mengatur dan merawat diri sendiri, dukungan dapat menumbuhkan rasa nyaman dan individu merasa dihargai, dihormati dan dicintai, dan dukungan social dapat juga dianggap sebagai suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dipercaya seperti anggota keluarga suami, teman, saudara, atau rekan kerja, dukungan yang diberikan agar invidu mengetahui bahwa orang lain juga memperhatikan, menghargai dan mencintainya. Dukungan suami merupakan faktor terbesar

untuk memicu terjadinya *post partum blues*. Hal ini disebabkan dukungan suami merupakan strategi koping penting untuk mengalami stres dan berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stres (Widyanto, 2014).

Berdasarkan data dari bidan di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati ada 42 ibu nifas selama 6 bulan terakhir yang mengalami masa nifas, dan ada 10 ibu nifas yang mengalami *baby blues*.

## METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelatif yaitu suatu metode penelitian atau penelaah hubungan antara dua variabel pada suatu studi atau kelompok subyek (Notoatmodjo, 2018). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *cross sectional* yaitu variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan suami dalam perawatan masa nifas dan variabel terikat yaitu kejadian *baby blues* yang terjadi pada obyek penelitian diukur atau dikumpulkan secara simultan atau dalam waktu bersamaan (Notoatmodjo, 2018).

Populasi dalam penelitian adalah 32 ibu nifas hari ke 1 sampai hari selanjutnya di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 32 ibu nifas hari ke 1 sampai hari selanjutnya di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati. Teknik pengambilan sampel atau sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan mewakili seluruh populasi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *total sampling* mengambil semua anggota populasi menjadi sampel (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini, semua anggota populasi sebanyak 32 ibu nifas hari ke 1 sampai hari selanjutnya diambil sampel. Cara pengumpulan data dalam penelitian ini adalah melalui wawancara langsung kepada responden berdasarkan kuesioner, dengan memberikan pertanyaan kepada ibu tentang dukungan suami dalam perawatan masa nifas dan kejadian *baby blues*.

Survey awal dengan wawancara kepada 10 responden ibu nifas bahwa 4 ibu (40%) tidak mengalami *baby blues*. Ibu mengatakan senang dalam merawat bayinya, ibu mengatakan ini sudah menjadi tanggung jawab sebagai orang tua dan ibu mengatakan jika bayi menangis terus sesuatu hal yang wajar, karena bayi belum bisa bicara sehingga ia mengungkapkan dengan menangis, ibu juga tidak ingin selalu merepotkan keluarga. Sebanyak 6 ibu (60%) menunjukkan terjadi *baby blues* yaitu 2 ibu (20%) mengatakan

bayi sering rewel, ibu sering cemas dengan keadaan bayinya, susah menyusui, ibu susah tidur, kehilangan nafsu makan, sedangkan 4 ibu (40%) mengatakan ibu sering ikut menangis jika bayi menangis, ibu merasa tidak tenang dan nyaman dengan keadaannya, ibu merasa terbebani, ibu kurang percaya diri dalam merawat bayi, ibu susah tidur, ibu takut menggendong dan merawat bayinya karena bayi sering menangis, sehingga ibu menyerahkan bayi pada ibu atau ibu mertuanya.

Dari 4 ibu (40%) yang tidak mengalami *baby blues* mengatakan dukungan suami baik ditunjukkan dengan meskipun suami bekerja tetapi suami selalu memperhatikan keadaan ibu dan bayinya, misalnya suami menanyakan keadaan ibu dan bayi, menggantikan popok pada waktu malam hari, menggendong saat bayi menangis, suami selalu menyediakan ibu makanan yang bergizi, suami juga mengingatkan ibu untuk selalu memberikan ASI tiap bayi menginginkan dan memberikan kesempatan ibu untuk selalu istirahat, ibu juga mengatakan tidak ada masalah dalam keadaan fisiknya. Enam ibu (60%) yang mengalami *baby blues*, 2 ibu (20%) mendapat dukungan suami sedang ditunjukkan dengan suami bekerja tetapi jarang memperhatikan keadaan ibu dan bayi, kadang-kadang ikut merawat bayi jika suami pulang kerja, ibu mengatakan takut jika bekas luka caesarea berdarah. dan 4 ibu (40%) dukungan suami kurang ditandai ibu mengatakan suami kerja dan kurang memperhatikan keadaan bayi dan dirinya, misalnya suami tidak menanyakan keadaan ibu dan bayi, jarang menggendong dan menggantikan popok bayi, dan suami juga tidak pernah menyediakan ibu makanan yang bergizi serta tidak memberikan kesempatan ibu untuk istirahat, dengan alasan suami capek dan tidak ada waktu untuk ikut merawat bayi dan memperhatikan keadaan ibu dan ibu mengatakan tidak nyaman dengan keadaan fisiknya karena ada luka jahitan di perineum.

## HASIL

Sebagian besar dukungan suami dalam perawatan masa nifas dalam kategori kurang mendukung sebanyak 17 orang (53,1%) sedangkan kategori mendukung sebanyak 15 orang (46,9%). Sebagian besar responden mengalami *baby blues* sebanyak 18 orang (56,25%) dan hanya 14 orang (43,75%) yang tidak mengalami *baby blues*. Pengaruh Dukungan Suami dalam Perawatan Masa Nifas dengan Kejadian *Baby Blues* di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati. bahwa responden yang mengalami *baby blues* sebagian besar mendapat dukungan suami kurang yaitu sebanyak 13 orang

(76,5%), sedangkan responden yang tidak mengalami *baby blues* sebagian besar suami mendukung sebanyak 10 orang (66,7%).

Berdasarkan hasil uji korelasi *chi square* didapatkan hasil nilai  $X^2$  hitung  $4.400 > X^2$  tabel pada  $df = 1$  dengan taraf signifikan tabel 1.10 dan  $p$  value  $0,036 < 0,05$  artinya  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, berarti ada pengaruh dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian *baby blues* di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati.

## PEMBAHASAN

### 1. Dukungan suami dalam perawatan masa nifas.

Dilihat dari hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan suami dalam perawatan masa nifas dalam kategori kurang mendukung sebanyak 17 orang (53,1%) sedangkan kategori mendukung sebanyak 15 orang (46,9%). Saat dilakukan penelitian sebagian besar responden menunjukkan bahwa 22 responden (67,8%) menyatakan suami tidak memberikan surprise atau hadiah pada ibu atas kelahiran bayinya sedangkan 19 responden (59,4%) menyatakan suami tidak mengajak ibu jalan-jalan atau memberikan kesempatan ibu untuk melakukan perawatan diri. Menurut (Widyatno, 2014), dari penelitian diperoleh kesan bahwa risiko seorang perempuan untuk mengalami depresi pasca persalinan meningkat secara bermakna tanpa adanya dukungan suami atau keluarga. Dukungan merupakan keterlibatan yang diberikan yang diberikan oleh keluarga dan teman kepada klien untuk mengatur dan merawat diri sendiri, dukungan dapat menumbuhkan rasa nyaman dan individu merasa dihargai, dihormati dan dicintai, dan dukungan social dapat juga dianggap sebagai suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dipercaya seperti anggota keluarga suami, teman, saudara, atau rekan kerja, dukungan yang diberikan agar individu mengetahui bahwa orang lain juga memperhatikan, menghargai dan mencintainya.

### 2. Kejadian *Baby Blues*

Ibu nifas di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami *baby blues* sebanyak 18 orang (56,25%) dan hanya 14 orang (43,75%) yang tidak mengalami *baby blues*. Setelah dilakukan wawancara dari data

kuesioner didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu primipara sebanyak 22 orang (68,8%), multipara sebanyak 8 orang (25%), sedangkan 2 orang (6,3%) grandemulti. Hasil tersebut menunjukkan bahwa paritas bisa mempengaruhi atau memicu terjadinya *baby blues* yaitu sebagian responden dengan paritas primipara yaitu sebanyak 22 orang.. Ketidaknyamanan fisik yang dialami wanita menimbulkan gangguan pada emosional seperti payudara bengkak, nyeri jahitan, rasa mules. Ketidakmampuan beradaptasi terhadap perubahan fisik dan emosional yang kompleks (Lisna dkk, 2015). Berdasarkan wawancara yang sudah dilakukan didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami *baby blues*, ini terlihat dari beberapa pertanyaan yang diberikan 27 responden (84,4%) menyatakan ibu sering gugup dalam merawat bayinya, dan 25 responden (78,2%) menyatakan ibu mengalami kesulitan dalam merawat bayi.

- ### 3. Hubungan Dukungan Suami Dalam Perawatan Mas Nifas Dengan Kejadian *Baby Blues*
- Dari 32 responden yang mengalami *baby blues* sebagian besar mendapat dukungan suami kurang yaitu sebanyak 13 orang (76,5%), sedangkan responden yang tidak mengalami *baby blues* sebagian besar suami mendukung sebanyak 10 orang (66,7%). Dukungan suami disini yang dimaksud berupa perhatian, komunikasi, dan hubungan emosional yang intim, merupakan faktor yang paling bermakna menjadi pemicu terjadinya depresi pasca persalinan. Ada penelitian yang melaporkan bahwa ada kaitan antara depresi pasca persalinan dengan kekhawatiran akan pembiayaan masa depan sang anak, dan banyak perempuan yang memilih ditemani ibunya dari pada suaminya, dari peneliti diperoleh data bahwa rendahnya atau ketidak pastian dukungan suami dan keluarga akan meningkatkan kejadian depresi pasca persalinan bagi seorang ibu (Yusari dan Risneni, 2016).

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Sebagian besar dukungan suami dalam perawatan masa nifas dalam kategori kurang mendukung sebanyak 17 orang (53,1%)

- sedangkan kategori mendukung sebanyak 15 orang (46,9%).
2. Sebagian besar responden mengalami *baby blues* sebanyak 18 orang (56,25%) dan hanya 14 orang (43,75%) yang tidak mengalami *baby blues*.
  3. Ada pengaruh dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian *baby blues* di Klinik Marga Husada Kabupaten Pati. Hal ini ditunjukkan dengan nilai  $X^2$  hitung  $4.400 > X^2$  tabel pada  $df = 1$  dengan taraf signifikan tabel 1.10 dan  $0,036 < 0,05$ .

### Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan  
Dari hasil penelitian ini agar digunakan sebagai tolak ukur dalam menilai tingkat pelayanan kesehatan dan memberikan informasi tentang tanda dan karakteristik postpartum blues, memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatan ibu setelah melahirkan dan cara merawat bayi bisa mengurangi kecemasan ibu yang bisa menyebabkan terjadinya *baby blues*.
2. Bagi Institusi Pendidikan  
Hasil penelitian perlu dijadikan referensi dan informasi ilmu pengetahuan bagi mahasiswa sehingga dapat menambah wawasan tentang hubungan hubungan dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian *baby blues*.
3. Bagi Responden  
Dengan adanya penelitian ini dapat menambah informasi dan pengetahuan masyarakat tentang dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian *baby*

*blues* sehingga dapat mencegah terjadinya *baby blues*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Kepada peneliti lain diharapkan melakukan penelitian faktor lain yang berhubungan dengan hubungan dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian *baby blues* selain yang diteliti peneliti yaitu factor hormonal, ketidak nyamanan fisik, faktor umum dan paritas maupun pengalaman dalam proses kehamilan dan persalinan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Irawati, D., & Yuliani, F. 2014. *Pengaruh Faktor Psikososial dan Cara Persalinan*. 82–93.
- Lisna, dkk. 2015. Gambaran kejadian postpartum Blues pada Ibu Nifas Berdasarkan Karakteristik Di Rumah Sakit Umum Tingkat IV Sariningsih Kota Bandung. *Universitas Pendidikan Bandung: Bandung*
- Marmi. 2012. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. 1st edn.: Penerbit Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, Jakarta.
- Rini, S. and Kumala, F. (2017) *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. 1st edn. Yogyakarta: CV Budi Utama Yogyakarta.
- Susanti, L. W. 2016. Faktor terjadinya Baby Blues Syndrome pada ibu nifas di BPM Suhatmi Puji Lestari. *Jurnal Kebidanan dan Ilmu Kesehatan*. 3(2).35-44.
- Widyanto, Faisalado Candra. 2014. *Keperawatan Komunitas*. Yogyakarta: Nuha Medika Yogyakarta.
- Yusari, dan Risneni. 2016. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans info Media, Jakarta.