

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU *POSTPARTUM*  
TENTANG *POSTPARTUM BLUES*  
DI KLINIK SUNGGAL  
TAHUN 2017**

**Parida Hanum<sup>1</sup>, Desna Verayanti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Staf Pengajar Universitas Prima Indonesia

<sup>2</sup> Mahasiswa Kebidanan Unpri

**ABSTRACT**

*Postpartum blues conditions experienced by nearly 80% of women who have just given birth. This may occur because of unprepared delivery and becoming a mother, too low levels of estrogen, progesterone, prolactin, and esteriol levels, age and parity (young age or the number of persistents experienced may result in postpartum blues), as well as emotional support of husbands and families have a major influence in the contribution of postpartum blues. The purpose of this research is to know the description of Postpartum Mother Knowledge about Postpartum Blues at Sunggal Medan Clinic Year 2017. This method uses descriptive, measuring instrument. The population of this research is all 13 postpartum mothers in Medan singleton clinic. Sampling technique by saturated sampling, data collection using questionnaire. The result of the research is 7 (53,84%) enough knowledge, less 2 (15,28%) people and good 4 (23,07%) people. Knowledge of postpartum mother about postpartum blues Majority of respondents have enough knowledge., It is suggested that mothers increase their knowledge about postpartum blues by seeking lots of information and ask many people who have experienced postpartum as postpartum mother learning process in adapt during postpartum period.*

**Keywords:** *Knowledge, Mother postpartum, Postpartum blues*

**PENDAHULUAN**

*Postpartum blues* kondisi yang dialami oleh hampir 80% perempuan yang baru melahirkan. Hal ini dapat terjadi karena belum siapnya melahirkan bayi dan menjadi seorang ibu, perubahan kadar estrogen, progesteron, prolaktin, dan esteriol yang terlalu rendah, umur dan paritas (umur yang masih muda atau jumlah perslinan yang

dialami memungkinkan terjadinya *postpartum blues*), serta dukungan emosional dari suami dan keluarga memiliki pengaruh besar dalam kontribusi *postpartum blues* (Soffan, dalam Girsang & Novalina 2012).

Data *World Health Organization* ([WHO] 2007) memperkirakan 585.000 perempuan meninggal setiap harinya akibat komplikasi kehamilan, proses

kelahiran dan aborsi yang tidak aman, kehamilan yang tidak diinginkan. kematian tersebut diperkirakan 99% terjadi di Negara-negara berkembang Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia menunjukkan angka yang tertinggi dibanding dengan AKI di Negara-negara ASEAN lainnya. Target AKI di Indonesia pada tahun 2015 adalah 102 kematian per 100.000 kelahiran hidup. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 melaporkan, Angka Kematian Ibu (AKI) yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. *Angka ini masih cukup jauh dari target yang dicapai pada tahun 2015.* AKI paling rendah yaitu di Yogyakarta 104 orang per 100.000 kelahiran hidup dibanding propinsi lain di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2008).

Hasil penelitian Fatimah (dalam Kurniasari & Astuti, 2009), dari 29 responden yang diobservasi sebanyak 44% menunjukkan terjadi gejala *postpartum blues*. Sedangkan penelitian Machmudah (2010) menunjukkan 53,7% melahirkan dengan komplikasi persalinan

mengalami kemungkinan terjadinya *postpartum blues* dan yang melahirkan normal 46,3% mengalami kemungkinan terjadinya *postpartum blues*.

*Postpartum blues* dikategorikan sebagai *sindroma* gangguan mental ringan. dan diabaikan tidak terdiagnosa dan tidak dilakukan asuhan sebagaimana mestinya, padahal apabila *postpartum blues* tidak kunjung reda keadaan ini akan berkembang menjadi depresi *postpartum*. Perempuan dapat sering merasakan kesedihan, susah berkonsentrasi, perasaan bersalah dan tidak berharga. Bentuk depresi *postpartum* yang tidak tertangani dengan baik akan mengakibatkan *postpartum* psikosis yang mengakibatkan penderita dapat mengalami perubahan *mood* secara drastis (Kurniasari, 2014).

Berdasarkan uraian diatas, meskipun *postpartum blues* merupakan gangguan psikologi yang ringan namun apabila tidak tertangani dengan baik dapat berkembang menjadi gangguan psikologis yang lebih berat. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengambil judul tentang gambaran

pengetahuan ibu *postpartum* tentang *postpartum blues* (Kurniasari, 2014).

menggunakan data primer dan data sekunder dengan jumlah sampel adalah 13 orang yang dilakukan secara *sampling jenuh*.

**METODOLOGI PENELITIAN**

Jenis yang digunakan dalam penelitian adalah deskriptif dengan

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Variabel Gambaran Pengetahuan Ibu *Postpartum* Tentang *Postpartum Blues* di Klinik Sunggal Medan.**

No	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentasi (%)
1.	Baik	4	30,8
2.	Cukup	7	53,8
3.	Kurang	2	15,3
	Total	13	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 13 orang responden yang diteliti mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 7 (53,8%) orang dan minoritas reponden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 2 orang (15,3%).

Penelitian yang dilakukan di RSUD Ahmad Yani Metro pada bulan Juni - Juli 2014, sebanyak 6 (17,1%) responden mengalami *postpartum blues*, usia responden tidak beresiko 20 (57,1), paritas responden multipara 18 (51,4%) responden, sebagian besar tingkat pendidikan responden tinggi (SMA, Sarjana) 21 (60,0%) responden,

ibu yang tidk bekerja 18 (51,4%) responden, usia kehamilan responden tidak aterm (*pre/post*) 26 (74,3%) responden, ada komplikasi kehamilan yaitu sebesar 20 (57,1%) responden, keadaan bayi asfiksia ringan yaitu 17 (48,6%) responden. Responden yang mendapat dukungan dari suami yaitu sebesar 22 (62,9%). (Kurniasari,2014).

Menurut Bakhtiar (2008) pengetahuan adalah apa yang diketahui atau hasil pekerjaan tahu. Pekerjaan tahu tersebut adalah hasil dari kenal, sadar, insaf, mengerti, dan pandai. Pengetahuan itu adalah semua milik atau isi pikiran. Dengan demikian

pengetahuan merupakan hasil proses gangguan psikologis. Seperti dari usaha manusia untuk tahu. *postpartum blues* (Mansur, 2009).

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti di Klinik Sunggal Medan terdapat sebanyak 4 (30,8%) responden berpengetahuan baik. Hal ini dikarenakan responden tersebut banyak mendapat informasi dan dukungan yang penuh dari keluarga dan lingkungan tempat tinggalnya sendiri. *Postpartum blues* adalah perasaan sedih yang dialami ibu sejak hamil yang berhubungan dengan kesulitan ibu menerima kehadiran bayinya, Bantuan suami dan keluarga dapat mengatasi *postpartum blues* (perasaan sedih yang dialami ibu setelah melahirkan). Keluarga perlu memberikan support mental / dukungan dalam mengatasi gangguan psikologis yang berhubungan selama pasca persalinan.

Beberapa penyesuaian dibutuhkan oleh wanita untuk melakukan aktivitas dan peran barunya sebagai seorang ibu pada minggu-minggu pertama atau bulan-bulan pertama setelah melahirkan, baik segi fisik maupun segi psikologis. Sebagian dari wanita berhasil menyesuaikan diri, namun bagian lainnya tidak berhasil menyesuaikan diri bahkan mengalami

Hasil peneliti berpengetahuan cukup sebanyak 7 (53,8%) responden, Hal ini disebabkan ibu baru pertama kali melahirkan dan ibu baru pertama kali menjalani masa *postpartum*, sehingga tidak begitu memahami perubahan psikologis yang terjadi dalam dirinya. Selain itu *postpartum blues* juga dapat terjadi karena kurangnya kesiapan ibu primi para untuk menjadi seorang ibu dan kurangnya informasi serta dukungan dari keluarga kepada ibu, Faktor penyebab *postpartum blues* (perasaan sedih yang dialami ibu setelah melahirkan) salah satunya adalah ketidak nyamanan fisik. Membuang rasa cemas dan khawatir akan membuat ibu semakin terampil dan percaya diri.

Perubahan hormonal tubuh yang drastis bukan semata-mata akan menyebabkan *postpartum blues*, namun akibat dari faktor psikologis yang dialami ibu, seperti kurangnya dukungan dari suami atas kehadiran anak, kurangnya dukungan dari orang-orang berarti disekitarnya, merasa kelelahan luar biasa, kekhawatiran keadaan ekonomi, dan masalah-masalah sosial (Pieter, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diperoleh responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 2 orang, disebabkan kurang pedulinya ibu *postpartum* terhadap perubahan psikologis yang terjadi dalam dirinya. Berdasarkan Tanya jawab yang dilakukan peneliti terhadap responden, perubahan psikologis yang responden alami dalam masa *postpartum* adalah hal yang biasa terjadi sama halnya dengan pengalaman masa *postpartum* yang lalu.

Wanita selalu merasa bahagia pasca menjalani persalinan, namun masih ada tahap yang harus dijalani ibu, yaitu fase pembersihan rahim atau lebih dikenal dengan *fase postpartum*. Fase *postpartum* merupakan masa pasca persalinan. Yang berlangsung sekitar 40 hari yang ditandai pengeluaran darah segar atau bercampur dari mulut rahim. Pengeluaran sel darah ini yaitu sisa-sisa dari plasenta, dinding rahim, dan kotoran bayi selama dalam kandungan (Pieter, 2010)

*Postpartum blues* ini dikategorikan sebagai sindrom gangguan mental yang ringan. Oleh sebab itu, gangguan ini sering tidak

diperdulikan bahkan sering dianggap sebagai efek samping dari keletihan, sehingga tidak terdiagnosis dan tidak tertangani sebagaimana seharusnya, Akhirnya dapat menjadi masalah yang menyulitkan, tidak menyenangkan, dan dapat membuat perasaan tidak nyaman bagi wanita yang mengalaminya, bahkan terkadang gangguan ini berkembang menjadi keadaan yang lebih berat yaitu *depresi pascapersalinan*, yang mempunyai dampak lebih buruk, terutama dalam masalah hubungan perkawinan dengan suamidan perkembangan anaknya. Padahal data dari penelitian diseluruh dunia secara tegas menunjukkan bahwa sekitar 50-75% wanita mengalami *postpartum blues* (Mansur, 2016).

Berdasarkan asumsi peneliti yang ditemukan peneliti di Klinik Sunggal, tidak sedikit ibu yang berjuang sendiri dalam merawat bayinya. mereka merasakan ada suatu hal yang salah dalam diri mereka namun mereka tidak benar-benar mengetahui apa yang sebenarnya sedang terjadi. Apabila mereka pergi mengunjung itenaga kesehatan untuk meminta pertolongan, sering kali mereka hanya mendapatkan saran untuk beristirahat atau lebih banyak

tidur, tidak gelisah, minum obat atau mulai merasa gembira menyambut kedatangan bayi yang mereka cintai. Namun menurut peneliti hal itu saja tidak cukup untuk beradaptasi terhadap perubahan psikologinya. Dukungan dari keluarga dan bida justru lebih berpengaruh untuk proses adaptasi ibu dalam masa *postpartum* dan dalam merawat bayinya.

## KESIMPULAN

Pengetahuan ibu *postpartum* tentang *postpartum blues* di Klinik Sunggal Tahun 2017 mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup.

## SARAN

### 1. Bagi Responden

Bagi responden agar meningkatkan pengetahuannya tentang *postpartum blues* dengan banyak mencari informasi dan banyak bertanya kepada orang yang pernah mengalami *postpartum* sebagai proses belajar ibu *postpartum* dalam beradaptasi selama masa *postpartum*.

### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Bagi tenaga kesehatan khususnya bidan di Klinik Sunggal Medan diharapkan untuk memberikan informasi dan penyuluhan kepada ibu tentang *postpartum blues*.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lanjut mengenai gambaran pengetahuan ibu *postpartum* tentang *postpartum blues* sehingga hasilnya lebih bagus dan mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan yang maju sehingga diperoleh hasil yang sempurna.

### 4. Bagi Institusi Pendidikan

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat berguna dan bermanfaat bagi pembaca untuk mengetahui tentang *postpartum blues*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 2006. *Metode Penelitian*. Bina Aksara, Jakarta.
- Bakhtiar, A. 2008. *Filsafat Ilmu*. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Fatmawati, (2015), *Faktor risiko yang berpengaruh terhadap kejadian postpartum blues*, [http://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&q=faktor+risiko+yang+berpengaruh+terhadap+kejadian+postpartum+blues&btnG=\\_\\_\\_\\_\\_](http://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&q=faktor+risiko+yang+berpengaruh+terhadap+kejadian+postpartum+blues&btnG=_____) Diakses tanggal 15 Maret 2017
- Girsang, (2015), *pengaruh psikoedukasi terhadap tingkat postpartum blues ibu primigravida berusia remaja*, <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/ind>

- ex.php/jks/article/view/598. Diakses tanggal 16 Maret 2017
- Jhaquin, 2010. *Psikologi untuk Kebidanan*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- Kurniasari, (2015), *hubungan antara karakteristik ibu, kondisi bayi dan dukungan social suami dengan postpartum blues pada ibu dengan persalinan SC Dirumah sakit umum ahmad yani metro tahun 2014*, [http://scholar.google.co.id/scholar?q=hubungan+antara+karakteristik+ibu%2C+kondisi+bayi+dan+dukungan+social+suami+dengan+postpartum+blues+pada+ibu+dengan+persalinan+SC+Dirumah+sakit+umum+ahmad+yani+metro+tahun+2014&btnG=&hl=en&as\\_sdt=0%2C5](http://scholar.google.co.id/scholar?q=hubungan+antara+karakteristik+ibu%2C+kondisi+bayi+dan+dukungan+social+suami+dengan+postpartum+blues+pada+ibu+dengan+persalinan+SC+Dirumah+sakit+umum+ahmad+yani+metro+tahun+2014&btnG=&hl=en&as_sdt=0%2C5). Diakses tanggal 20 Maret 2017
- Mansur, H. 2009., *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Salemba Medika , Jakarta.
- Maryunani, 2009. *Asuhan Pada Ibu Dalam Masa Nifas (Post partum)*. CV. Trans Info Media, Jakarta.
- Notoatmodjo S, 2006. *Metode Penelitian*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo.2012. *Metode Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
- Oryzae, 2010. *Perubahan Psikologi Dalam Kehamilan*. <http://idoryzebersaudara.blogspot.com>, Jakarta.
- Pangesti, 2009. *Ayo Para Suami Bantu Ibu Atasi Sindrom Ini*. <http://id.theasianparent.com>, Bali.
- Retna, E. 2016. *Asuhan Kebidanan Nifas*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Themzaee, 2010. *Angka Kejadian Syndrom Baby Blues Menurut WHO*. Jakarta.
- Wawan ,A. 2010. *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika , Yogyakarta.
- Wijoksastro H, 2005. *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo. Jakarta.
- Zan. H. 2011. *Pengantar Psikologis Untuk Kebidanan*. Kencana Jakarta.