

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI *POSTPARTUM BLUES* DIBPM ELIZABET PEKANBARU

Anjeli Indah Purwati*, Nurhidaya Fitria, Wira Ekdeni Aifa

Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru, Jl. Parit
Indah No 38

Email: anjeliindah.purwati@gmail.com

Abstract

Postpartum blues, also known as postpartum depression, is a phenomenon of psychological changes experienced by postpartum mothers. Postpartum blues occurs on day three to day five and within 14 days. Factors that cause Postpartum blues are age, occupation, family support, income. The purpose of this study was to determine the relationship between age, occupation, family support, and income with the incidence of Postpartum blues. This research type is a quantitative research with observational-analytic method using cross-sectional research design. Sampling was performed using random sampling technique. Collected data using the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) questionnaire and the Postpartum Depression Predictors Inventorr (PDPI). Analyzed data using Chi Square with a total of 33 respondents. The results obtained showed a significant relationship in all variables with the incidence of Postpartum Blues. Age variables, family support, income with a p-value of 0.000 and work variables with a p-value of 0.001 which means there is a relationship between variables on the incidence of Postpartum Blues. It is recommended for midwives to improve health services to provide supporting facilities such as postpartum counseling, postpartum hazards, and abnormalities that occur during the postpartum period to reduce the incidence of Postpartum Blues.

Keywords : *Postpartum Blues, Risk Factors*

Abstrak

Postpartum blues disebut sebagai kemurungan masa nifas merupakan suatu fenomena perubahan psikologis yang dialami oleh ibu nifas. *Postpartum blues* terjadi pada hari ketiga sampai hari ke lima dan dalam rentang 14 hari. Faktor – faktor yang menyebabkan *Postpartum blues* yaitu usia, pekerjaan, dukungan keluarga, penghasilan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara faktor usia, pekerjaan, dukungan keluarga, dan penghasilan dengan kejadian *Postpartum blues*. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode observasional-analitik menggunakan Desain penelitian *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *teknik random sampling*. Pengambilan data dengan menggunakan kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* dan *Postpartum Depression Predictors Inventorr (PDPI)*. Analisis data menggunakan *Chi Square* dengan jumlah 33 responden. Hasil penelitian yang diperoleh terdapat hubungan yang signifikan pada semua variabel dengan kejadian *Postpartum Blues*. Variabel usia, dukungan keluarga, penghasilan dengan nilai *p-value* 0.000 dan variabel pekerjaan dengan *p-value* 0.001 yang berarti ada hubungan antara variabel terhadap kejadian *Postpartum Blues*. Disarankan bidan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan untuk memberikan fasilitas yang menunjang seperti penyuluhan masa nifas, pendkes bahaya nifas, dan kelainan yang terjadi pada masa nifas untuk menurunkan angka kejadian *Postpartum Blues*.

Kata Kunci : *Postpartum Blues, Faktor resiko*

PENDAHULUAN

Pasca melahirkan ibu akan mengalami beberapa perubahan, baik perubahan fisik maupun perubahan psikologis, seorang ibu akan merasakan gejala-gejala psikiatrik setelah melahirkan, beberapa penyesuaian

dibutuhkan oleh ibu. Sebagian ibu bisa menyesuaikan diri dan sebagian tidak bisa menyesuaikan diri, bahkan bagi mereka yang tidak bisa menyesuaikan diri mengalami gangguan psikologis dengan berbagai macam sindrom atau gejala, oleh

peneliti hal ini disebut *postpartum blues* (Susilawati dkk, 2019).

Data dari WHO (*World Health Organization*) (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 dan 12% laki-laki pada suatu waktu kehidupan (Yunitasari, 2020). Di Indonesia beberapa penelitian sudah dilakukan tentang *postpartum blues* salah satunya di provinsi Riau tepatnya di kota Pekanbaru sekitar 16,7% ibu *postpartum blues*. Hasil penelitian Desfanita dkk, 2015 didapatkan hasil sebagian besar ibu mengalami kejadian *postpartum blues* sebanyak 40 responden (53,3%). Penelitian yang dilakukan tahun 2017 di Klinik Pratama wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki dari data yang diambil sebanyak 45 orang ibu *Post Partum*, didapatkan 12 orang ibu yang mengalami *post partum blues* dan 33 orang ibu yang tidak mengalami *postpartum blues*. Faktor yang mempengaruhi *Post Partum Blues* ada Umur dan Paritas (Ariesca, 2018).

Postpartum blues dialami oleh 70-80% perempuan *postpartum* dalam 2-4 hari setelah persalinan. *Postpartum blues* ditandai dengan gejala-gejala seperti: reaksi depresi/sedih/*disforia*, mudah menangis (*tearfulness*), mudah tersinggung (*irritable*), cemas, nyeri kepala (*headache*), labilitas perasaan, cenderung menyalahkan diri sendiri, merasa tidak mampu, gangguan tidur dan gangguan nafsu makan (*appetite*). Faktor – faktor yang mempengaruhi *postpartum blues* adalah sosial ekonomi, paritas, tingkat pendidikan, umur (Diah, 2015).

Ibu *postpartum blues* harus diidentifikasi sejak awal dan ditangani secara adekuat, karena bila tidak diobati akan menempatkan ibu pada risiko penyakit yang berulang dan berdampak

jangka panjang terhadap peran ibu yang berhubungan dengan perkembangan emosional dan perilaku anak, serta peran ibu di keluarga. Penanganan *Postpartum blues* yang tidak tepat dapat berkembang menjadi depresi *postpartum* atau bahkan gejala yang lebih berat yaitu psikosis. Untuk itu, sangat diperlukan sistem yang dapat mengidentifikasi kondisi kesehatan ibu selama kehamilan dan masa nifas sehingga gangguan mood pasca melahirkan dapat diidentifikasi sejak dini dan diobati dengan tepat baik dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara faktor usia, pekerjaan, dukungan keluarga, dan penghasilan dengan kejadian *Postpartum blues*. (Susilawati dkk., 2019).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode observasional-analitik, Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* yaitu suatu penelitian dimana *variable-variabel* yang termasuk variabel bebas dan variabel terikat diukur sekaligus pada waktu yang bersamaan.

Penelitian dilakukan di BPM Elizabet dengan jumlah populasi responden sebanyak 36 dan diambil sampel sebanyak 33 responden menggunakan metode rumus *Slovin*. Waktu penelitian pada bulan Agustus sampai bulan November 2022. Bahan yang digunakan kuesioner EPDS dan kuesioner PDPI. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis data menggunakan analisis data Univariat dan Bivariat, dan menggunakan model *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di BPM Elizabet Wilayah Puskesmas Payung Sekaki, bertempat di Jl. Garuda Sakti, Panam, Kota pekanbaru.

Proses pengumpulan data penelitian ini dilakukan di BPM Elizabet Wilayah Puskesmas Payung Sekaki pada tanggal 12 Agustus s/d 3 November 2022 dengan cara membagikan kuesioner yang berisi pertanyaan tentang Faktor Yang Berhubungan dengan kejadian *Postpartum* dengan cara mendatangi responden dirumah.

Tabel 1. Analisis Karakteristik

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
< 20 dan > 35 tahun	14	42%
20-35 tahun	19	58%
Pekerjaan		
Ada beban kerja	10	30%
Tidak ada beban kerja	23	70%
Dukungan keluarga		
Ada	12	36%
Tidak ada	21	64%
Penghasilan		
Sesuai UMR 3.049.675	25	76%
< UMR	8	24%
Postpartum Blues		
ya	18	55%
Tidak	15	45%

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 33 responden, hampir seluruh responden berusia 20-35 tahun sebanyak (58%). Hampir seluruh responden memiliki jumlah anak sebanyak satu yaitu sebanyak (58%). Hampir seluruh responden tidak ada dukungan keluarga yaitu sebanyak (64%). Banyak responden

yang tidak memiliki beban pekerjaan yaitu (70%).

Tabel 2. Analisis *Chi Square*

Variabel	Postpartum Blues		95% Confidence Interval (CI)	
	χ^2	<i>p</i> -value	lower	upper
Usia	20.263	0.000	11.346	1.989
Pekerjaan	11.957	0.001	5.031	1.643
Dukungan Keluarga	15.714	0.000	6.883	1.780
Penghasilan	12.672	0.000	0.525	0.149

Pada tabel diatas usia memiliki *p*-value 0.000 < dari 0.005 maka ada Hubungan Usia Dengan *Postpartum Blues* di BPM Elizabet Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki 2022.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh (Sepriani,2020), bahwa ada hubungan usia dengan kejadian *postpartum blues* dengan *p* value 0,000 dengan nilai χ^2 14,387. Menurut peneliti, ibu nifas yang berusia 20-35 tahun sudah matang secara mental dan fisik. Mereka sudah siap dalam membina rumah tangga sehingga pola pikir mereka sudah siap menjalani peran menjadi seorang ibu dengan lebih bisa mengontrol emosi. Ibu nifas <20 tahun lebih rentan karena mereka belum bisa mengendalikan emosi, belum siap menjadi ibu untuk memberikan sebagian hidupnya merawat bayinya. Sedangkan ibu yang berusia >35 tahun cenderung memiliki beban psikologis seperti kesehatan fisik yang menurun memiliki rasa cemas dengan keadaan yang dialaminya sehingga ibu rentan mengalami *postpartum blues*.

Hasil analisis hubungan pekerjaan dengan kejadian *Baby Blues Syndrome* di BPM Elizabeth *P* value 0.001 ($p < 0.05$) bahwa terdapat hubungan antara pekerjaan dengan kejadian *postpartum blues*. Hasil penelitian ini didukung oleh (kurniasari & astuti,2015) menunjukkan *p*-value 0.018

yang berarti $p > 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pekerjaan ini.

Menurut peneliti, Kelelahan fisik dapat memicu terjadinya *postpartum blues*. Adanya penambahan peran dan tanggung jawab baru ibu dalam perawatan bayi. Proses persalinan yang belum pernah dialami ibu sebelumnya, kurang istirahat dan tidur dapat menyebabkan kelelahan fisik pada ibu. Kelelahan fisik ini disebabkan oleh aktivitas ibu merawat bayi, seperti menyusui, mengganti popok, memandikan, dan menimang bayi sehingga ibu dapat stress dan mengalami *postpartum blues*.

Hasil penelitian terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kejadian *postpartum blues* dengan p -value 0.000 ($p < 0.05$). penelitian ini didukung oleh (salat et al., 2021) Dari 13 Ibu *postpartum* hampir separuhnya yaitu 46% mendapatkan dukungan keluarga yang kurang. Hasil analisis data dengan uji spearman rank menunjukkan p value = 0,000 yang bermakna bahwa ada hubungan antara Dukungan Keluargadengan Kejaidan *Postpartum blues* di Desa Marengan Laok Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep.

Menurut peneliti bahwa semakin baik dukungan keluargaakan semakin rendah kejadian *postpartum blues* pada ibu *postpartum*. Ibu kurang mendapatkan dukungan dari suami dan keluarga dimana ibu hasus mengerjakan seluruh pekerjaan rumah, merawat bayinya sendiri selama masa nifas. Oleh sebab itu, dibutuhkan adanya dukungan keluarga yang sangat baik untuk ibu *postpartum*, karena dukungan yang baik dari keluarga akan memberikan kekuatan emosi tersendiri bagi ibu *postpartum*.

Hasil analisis hubungan penghasilan dengan kejadian *Baby Blues Syndrome* di BPM Elizabeth P value 0.000 ($p < 0.05$) bahwa terdapat hubungan antara pekerjaan dengan kejadian *postpartum blues*.

Penelitian ini didukung oleh (Yanti, 2014) dimana terdapat hubungan antara status ekonomi keluarga dengankejadian *postpartum blues* di BPM (L et al., 2020), dimana nilai p -value = 0,012 yang berartiada hubungan antara status ekonomi keluarga dengan kejadian *postpartum blues* pada ibunifas.

Menurut peneliti, penghasilan merupakan salah satu penyebab terjadinya *sindrom postpartum blues*. Penghasilan < UMR akan sulit bagi ibu untuk mengatur kebutuhan rumah tangga, dan kebutuhan bayinya. Kondisi ekonomi ini sering kali mengganggu psikologi ibu nifas, adanya biaya untuk persalinan, perawatan bayi dan perawatan ibu.

SIMPULAN

Adanya hubungan antara Usia dengan kejadian *Postpartum Blues* dengan P -Value 0.000. Adanya hubungan antara Pekerjaan dengan kejadian *Postpartum Blues* dengan P - Value 0.001. Adanya hubungan antara Dukungan Keluarga dengan kejadian *Postpartum Blues* dengan P - Value 0.000. Adanya hubungan antara Penghasilan dengan kejadian *Postpartum Blues* dengan P - Value 0.000. Semua faktor yang diteliti dominan dan mempengaruhi terjadinya kejadian *Postpartum Blues* di BPM Elizabet.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada tempat penelitian yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti dalam pelaksanaan penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Ariesca, R. (2018). *faktor yang berhubungan dengan post partum blues*.
- Alifah, F. N. (2016). *Hubungan Faktor Psikososial Terhadap Kejadian Post Partum Blues di Ruang Nifas RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo*. 1–104.

- BKKBN. (2012). *Keluarga berencana*. Diperoleh tanggal 01 November 2022 dari <http://www.bkkbn.go.id/arsip/default.aspx>
- Dewi, Yunita Viva Avia (2020). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan 3*. Media Sains Indonesia.
- Diah Ayu, F. (2015). Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal EduHealth*, 5(2), 82–
- Fitrah, A. K., Helina, S., & Kunci, K. (2017). *Hubungan Dukungan Suami terhadap kejadian Postpartum Blues di Wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017*. 7, 45
- Helen, V., Jan M. Kriebs. Dan Carolyn L. Geger. 2008. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*, Edisi 4. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Irawati, D., & Yuliani, F. (2014). Pengaruh Faktor Psikososial dan Cara Persalinan Terhadap Terjadinya Post Partum Blues Pada Ibu Nifas (Studi di Ruang Nifas RSUD Bosoeni Mojokerto). *E-Proceeding of Management ISSN: 2355*
- Kumalasari, I., & Hendawati, H. (2019). Faktor Risiko Kejadian Postpartum Blues Di Kota Palembang. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*
- Kurniasari, D., & Astuti, Y. A. (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*, 9(3), 115–125.
- Lailiyana, septi indah p. (2021). modul pelatihan penggunaan EPDS sebagai alat deteksi dini depresi postpartum bagi bidan. Natika, Pekanbaru.
- Masturoh,imas dan nauri anggita. 2019. metodologi penelitian kesehatan. kemenkes RI
- Mursidin, W. O. M. (2017). *Gambaran Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Di Rs Pku Gambaran Kejadian Postpartum Blues*.
- Ningrum, S. P. (2017). Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi Postpartum Blues. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 205–218. <https://doi.org/10.15575/psy.v4.2.1589>
- Nugrahini, Herlina Tri (2017). Hubungan Kehamilan Usia Dini Dengan Kejadian *Postpartum Blues* Di Rsud Wonosari Tahun 2017
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. Partum, P., Di, B., Nurhasanah, P. M. B., Keb, S. T., Betung, T., & Lampung, B. (2020). *No Title*. 20.
- Nugraheni, H. T. (2017). *Hubungan Kehamilan Usia Dini Dengan Kejadian Postpartum Blues Di Rsud Wonosari Tahun 2017*
- Sepriani, dina rizki (2020). faktor yang berhubungan dengan kejadian Postpartum blues di wilayah puskesmas remaja tahun 2020.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukma, F., Hidayati, E., & Nurhasiyah Jamil, S. (2017). *Buku Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*.
- Susanto, Andina Vita (2021). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. PT Pustaka Baru. Yogyakarta
- Susilawati, B., Dewayani, E. R., Oktaviani, W., & Rahadhian, A. (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Post Partum Blues Di RS Akademik Universitas Gadjah Mada (Factors Influencing The Post Partum Blues Incidence At Universitas Gadjah Mada Academic Hospital) Rumah Sakit Akademik Universitas Gadjah Mada Jl . Kabupa. 5(1), 77–86*.
- Sri Yunita Suraida Salat, Arisda Candra

- Satriaawati, & Dian Permatasari. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Post Partum Blues. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 7(2), 116–123. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v7i2.860>
- Tarisa, N., Octarianingsih, F., Ladyani, F., & Pramesti, W. (2020). Distribusi Frekuensi Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Pascamelahirkan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 1057–1062. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.430>
- Wahyuni, E.D. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Kementerian Kesehatan
- Winkjosastro. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yunitasari, E. (2020). *Wellness and healthy magazine*. 2(2), 303–307.