

## DUKUNGAN SUAMI DENGAN KEJADIAN POSTPARTUM BLUES DI PUSKESMAS MUMBULSARI

<sup>1</sup>Fatihatul Mobarokah

Program Studi S1 Bidan, Stikes Hafsyawaty Zainul Hasan Probolinggo, Jatim, Indonesia  
Email : [Fatihatulmobarokah677@gmail.com](mailto:Fatihatulmobarokah677@gmail.com)

**ABSTRACT : SUPPORT YOUR HUSBAND WITH POSTPARTUM BLUES AT MUMBULSARI HEALTH CENTER**

*Background: Husband's support is the biggest factor in triggering post partum blues. This is because husband's support is an important coping strategy when experiencing stress and functions as a preventive strategy to reduce stress. Those who receive husband's support both emotionally, support and appreciation relatively do not show post partum symptoms. Objective: This study aims to analyze the relationship between husband's support and the incidence of postpartum blues. Method: This research is a cross-sectional study. Data was taken from medical records of mothers giving birth at the Mumbulsari Community Health Center, Mumbulsari District, Jember Regency, which was carried out from April 14 2022 to May 31 2022 with a population and sample of 33 mothers giving birth. The sampling technique used in this research is a saturated sample, namely the number of samples is the same as the population. Data collection includes editing, scoring, coding, tabulating, then the data is analyzed manually and by computer with the chi-square test. The tabulation results showed that the majority received good support from their husbands, 24 people (72.73%), the majority did not experience Postpartum Blues, 30 people (90.91%), Conclusion: There is a relationship between husband's support and the incidence of postpartum blues at the Mumbulsari Community Health Center, Mumbulsari District, Regency. Jember. with a value of  $p = 0.000$  and OR 0.001. Suggestion: It is hoped that there will be an increase in the socialization of husband's support regarding the Postpartum Blues incident*

*Keywords: Husband's support, Postpartum, Postpartum Blues*

### ABSTRAK

Latar belakang: Dukungan suami merupakan faktor terbesar dalam memicu kejadian post partum blues. Hal ini dikarenakan dukungan suami merupakan strategi koping penting pada saat mengalami stress dan berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stress. Mereka yang mendapatkan dukungan suami baik secara emosional, support, penghargaan relatif tidak menunjukkan gejala post partum. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues. metode: Penelitian ini termasuk penelitian crossectional. Data diambil dari rekam medik ibu melahirkan di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember. yang dilaksanakan pada tanggal 14 April 2022 sampai tanggal 31 Mei 2022 dengan jumlah populasi dan sampel sebanyak 33 orang ibu melahirkan. Tehnik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh yaitu jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Pengumpulan data meliputi editing, scoring, coding, tabulating, kemudian data dianalisis secara manual dan komputer dengan chi-square test. Hasil tabulasi diperoleh mayoritas mendapatkan dukungan baik dari suami sebanyak 24 orang (72,73%), mayoritas tidak mengalami Postpartum Blues sebanyak 30 orang (90,91%), Kesimpulan: ada Hubungan dukungan suami dengan kejadian postpartum blues di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember. dengan nilai  $p = 0,000$  dan OR 0,001. Saran: Diharapkan ada peningkatan sosialisasi dukungan suami dengan kejadian Postpartum Blues

Kata Kunci : Dukungan suami, *Postpartum, Postpartum Blues*

### PENDAHULUAN

*Postpartum blues* atau *baby blues* adalah gangguan emosional atau stress yang sering dialami wanita setelah persalinan. *Postpartum blues* atau *maternity blues* merupakan suatu sindroma

gangguan efek ringan dan terkadang tidak terlalu di pedulikan bahkan sering diabaikan akibatnya tidak terdiagnosa dan tidak dilakukan asuhan dengan semestinya. *Postpartum blues* sering terjadi pada masa "merah muda" sekitar hari pertama atau kedua

postpartum sampai tiga minggu sejak kelahiran bayi dan mengalami puncaknya sekitar hari kelima. Wanita yang mengalami *postpartum blues* apabila tidak ditangani akan berlanjut pada kondisi yang disebut depresi postpartum dimana kondisi ini terjadi sekitar hari ke 7-30 hari dan dapat terjadi sampai kurun waktu satu tahun(1).

Salah satu gangguan penyebab kesehatan mental yang muncul setelah melahirkan adalah depresi postpartum. Serta kelahiran mengakibatkan perubahan multidimensional pada wanita. Masa tersebut juga merupakan periode yang krusial karena terjadi transisi sosial maupun psikologis sehingga dibutuhkan adaptasi dan penyesuaian diri selama periode tersebut(2)

Sindrom baby blues merupakan tahapan paling ringan dalam klasifikasi depresi pasca melahirkan (*post-partum depression*), namun sindrom tersebut akan memasuki tahap yang lebih serius jika tidak ditangani dengan baik. Jenis-jenis depresi pasca melahirkan dilihat dari tingkat keparahannya dibagi menjadi baby blues, *postpartum major depression* (depresi berat postpartum), dan *postpartum psychosis depression* (psikosis postpartum). Hal tersebut dapat terjadi sampai dengan empat minggu setelah melahirkan. Baby blues ini sangat biasa terjadi, menyerang 30-75% ibu baru. Depresi pasca melahirkan dapat berdampak negatif bagi kesehatan ibu, anak dan juga keluarga. Dampak yang disebabkan adalah ibu menjadi mudah lelah dan penurunan kesehatan lainnya, sehingga mempengaruhi kesehatan anak dan juga keharmonisan keluarga(3)

Angka terjadinya *Postpartum Blues* di kawasan Asia cukup besar yaitu antara 26-85%, sedangkan di Indonesia sendiri angka terjadinya *Postpartum Blues* antara 50-70%. Hasil penelitian dr. Irawati Sp.Kj yang dilakukan di DKI Jakarta memperlihatkan kejadian *Postpartum Blues* sebanyak 25% dari 580 respondennya. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Yodatama, Hardiani, & Sulistyorini, 2015) di RSIA Srikandi IBI Jember ditemukan 51,1% ibu postpartum dengan *sectio caesaria* yang menjadi respondennya mengalami *postpartum blues*. Serta sejumlah penelitian yang dilakukan di Jakarta, Yogyakarta dan Surabaya mengenai *Postpartum Blues* angka kejadiannya mencapai 11-30%, hal ini merupakan angka yang tidak sedikit dan tidak dapat diabaikan begitu saja karena meskipun *Postpartum Blues* biasanya ringan dan berlangsung singkat, tetapi sekitar 10-15% ibu mengalami sindrom yang lebih serius yaitu *postpartum depression*.

Sebelum pihak lain turut memberikannya. Hal tersebut dikarenakan suami adalah orang pertama

yang akan mengetahui akan adanya perubahan dalam diri pasangannya. Dukungan yang diberikan suami pastinya akan menjadi sumber terbesar bagi seorang istri untuk menghadapi peristiwa-peristiwa menekan yang terjadi di kehidupannya. Seorang istri yang mendapatkan dukungan suami tentu akan lebih mudah menghadapi peristiwa menekan tersebut. Dukungan sosial suami yang didapatkan dari sebuah perkawinan merupakan sumber dukungan terpenting. Ibu post partum yang kurang mendapatkan dukungan dari orang disekitarnya akan merasa tidak dihargai dan tidak diperhatikan sehingga lebih mudah untuk mengalami depresi(4).

Dukungan suami merupakan faktor terbesar dalam memicu kejadian *postpartum blues*. Hal ini dikarenakan dukungan suami merupakan strategi coping penting pada saat mengalami stress dan berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stress. Mereka yang mendapatkan dukungan suami baik secara emosional, support, penghargaan relatif tidak menunjukkan gejala *post partum*.(5).

yang dilakukan di di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari. Pada tanggal 20 Juni 2022 di dapatkan hasil wawancara pada ibu postpartum. Dan berdasarkan survei awal telah dilakukan oleh peneliti kebanyakan dari ibu postpartum mengalami kesedihan dan kemurungan setelah melahirkan, dikarenakan kurangnya dukungan suami, pengalaman yang kurang dalam merawat bayinya karena baru pertama kali melahirkan, ketidak terimaan terhadap bayinya, tanda- tanda tersebut biasa disebut dengan *postpartum blues*.

Berdasarkan penjabaran di atas maka peneliti ingin meneliti apakah dukungan suami berhubungan dengan kejadian *Postpartum Blues* di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari.

## METODE

Ini termasuk penelitian *crosssectional*. Data diambil dari rekam medik ibu melahirkan di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember. yang dilaksanakan pada tanggal 14 April 2022 sampai tanggal 31 Mei 2022 dengan jumlah populasi dan sampel sebanyak 33 orang ibu melahirkan. Tehnik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh yaitu jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Pegumpulan data meliputi editing, scoring, coding, tabulating, kemudian data dianalisis secara manual dan komputer dengan *chi-square test*.

## HASIL

### Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa dari 33 responden, mayoritas mendapatkan dukungan baik dari suami sebanyak 24 orang (72,73%). dari 33 responden, mayoritas tidak mengalami *Postpartum Blues* sebanyak 30 orang (90,91%).

**Tabel 1**  
Hasil distribusi frekuensi dukungan suami dan kejadian *Postpartum Blues* di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember

Variabel	F	%
<b>Dukungan suami</b>		
Kurang	3	9,09
Cukup	6	18,18
baik	24	72,73
<b>Kejadian <i>Postpartum Blues</i></b>		
<i>Postpartum Blues</i>	3	9,09
Tidak <i>Postpartum Blues</i>	30	90,91

### Analisis Bivariat

**Tabel 2**  
Tabulasi silang Dukungan Suami Dengan Kejadian *Postpartum Blues* di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember

Variabel	Kejadian <i>Postpartum Blues</i>				Total		Chi-Square Tests
	<i>Postpartum Blues</i>		Tidak <i>Postpartum Blues</i>		f	%	
	F	%	f	%			
<b>Dukungan suami</b>							Asymp. Sig. (2-sided)
Cukup	3	9,09	0	0	3	9,09	
Kurang	0	0	6	18,18	6	18,18	
Baik	0	0	24	72,73	24	72,73	0,000

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa bahwa dukungan suami kurang mayoritas mengalami *Postpartum Blues* sebanyak 3 orang (9,09%), dukungan suami yang cukup mayoritas tidak *postpartum blues* ada 6 orang (18,18%), Dukungan suami baik mayoritas tidak *Postpartum Blues* yaitu 24 orang (72,73 %). Dengan nilai  $p = 0,000$ .

## PEMBAHASAN

### Dukungan suami dan kejadian *Postpartum Blues* di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember

Bahwa dari 33 responden, mayoritas mendapatkan dukungan baik dari suami sebanyak 24 orang (72,73%). dari 33 responden, mayoritas tidak mengalami *Postpartum Blues* sebanyak 30 orang (90,91%). Menurut teori, Dukungan suami adalah komunikasi verbal dan non- verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh suami terhadap ibu hamil didalam lingkungan sosialnya. Dukungan suami merupakan suatu bentuk wujud dari sikap perhatian dan kasih sayang. Istri membutuhkan dukungan afeksi atau tindakan dari suami sebagai wujud tanggungjawab

sebagai ayah dari anak yang dilahirkan. Kesediaan suami memahami kebutuhan dukungan dan bantuan pada istri akan membantunya mengalami masa sulit dan unik dalam hidupnya pasca melahirkan(6).

Dukungan suami yaitu keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai, menyayangi dalam hal ini adalah suami. Dukungan suami sangat diharapkan dan dibutuhkan dalam melakukan perawatan pada anaknya terutama setelah melahirkan khususnya anak pertamanya. Kelahiran anak pertama bukan hal yang mudah karena sebagian dari mereka tentu belum memiliki pengalaman dan juga membekali diri dengan informasi merawat anak sehingga ketika anak lahir ketidaksiapan mereka menjadi masalah untuk dirinya dan suami (7).

### Hubungan Dukungan Suami dengan kejadian *Postpartum Blues*

Hasil analisa data dengan menggunakan uji square dengan bantuan program SPSS didapatkan nilai  $p = 0,000$  dan OR 0,001 yang artinya lebih kecil dari  $p = 0,005$ , sehingga H1 diterima. Kesimpulan

dari hasil uji analisa data adalah ada Hubungan Dukungan Suami dukungan suami dengan kejadian postpartum blues di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember.

Suami merupakan dukungan pertama dan utama dalam memberikan dukungan sosial kepada istri sebelum pihak lain yang memberikan. Hal ini karena suami adalah orang pertama yang menyadari adanya perubahan fisik dan psikis diri pasangannya. Perhatian dari lingkungan terdekat seperti suami dan keluarga dapat berpengaruh terhadap terjadinya syndrome post partum blues. Dukungan yang diberikan berupa perhatian, komunikasi dan hubungan emosional yang hangat sangat penting untuk mengurangi gejala munculnya postpartum blues. Dorongan moral dari temanteman yang sudah pernah bersalin juga dapat membantu memulihkan rasa sakit yang diderita oleh ibu primipara pasca melahirkan (8).

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tabulasi didapatkan mayoritas mendapatkan dukungan baik dari suami sebanyak 24 orang (72,73%). mayoritas tidak mengalami Postpartum Blues sebanyak 30 orang (90,91%). Ada Hubungan dukungan suami dengan kejadian postpartum blues di Puskesmas Mumbulsari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember. dengan nilai  $p = 0,000$

### SARAN

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran atau informasi bagi institusi terutama tentang Hubungan dukungan suami dengan kejadian postpartum blues. Diharapkan profesi bidan agar lebih meningkatkan perhatian dalam memberikan bimbingan atau motivasi tentang dukungan suami terhadap kejadian postpartum blues Sebagai bahan pertimbangan bagi puskesmas lainnya khususnya dalam menentukan program-program yang dapat menyebarluaskan informasi tentang dukungan suami terhadap kejadian postpartum blues. Bagi responden, dapat mengetahui bahwa dukungan suami yang baik dapat mencegah terjadinya postpartum blues pada ibu

### DAFTAR PUSTAKA

Anandita, A. A. (2018). " HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DAN KECENDERUNGAN MENGALAMI BABY BLUESS SYNDROME PADA IBU PASCA MELAHIRKAN  
Arianti, F. D, SURAKARTA U. Dukungan Sosial Suami Pada Istri Yang Mengalami Postpartum Blues. 2019;

Bjelica, A., Cetkovic, N., Trinic-pjevic, A., & Mladenovic-segedi L. The phenomenon of pregnancy — a psychological view. 2018;89(2):102–6.  
Bahiyatun(2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC. n.d.  
Etty, C. R., Siahaan, J. M. & S. Analisis Dukungan Suami Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Ibu Hamil Di Klinik Wanti Mabar Hilir Kecamatan Medan Deli Kota Medan. *Jurnal Teknologi, Kesehatan Dan Ilmu Sosial (TEKESNOS)*, 2(2), 49–63. 2020;  
Hidayat,(2017). *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis. Data*.  
Fitrah1, A. K., & Helina2 S. HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP KEJADIAN POSTPARTUM BLUES DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAYUNG SEKAKI KOTA PEKANBARU. 2017;  
Tolongan, C., Korompis, G. E. &, Hutauruk M. Dukungan suami dengan kejadian depresi pasca melahirkan. J  
Purwati, P., & Noviyana, A. (2020). "Faktor- Faktor yang Menyebabkan Kejadian Postpartum Blues. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(2), 1–4. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i2.1021>.  
Marmer, L. W., & Ariana, A. D. (2016). " Persepsi terhadap Dukungan Suami pada Primipara yang Mengalami Depresi Pasca Melahirkan. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 1–10.  
Masrurah, N. (2017). "Hubungan Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Suami Dengan Kecemasan Istri Dalam Menghadapi Persalinan."  
Masruroh. (2016). *Kegawatdaruratan Maternal dan Neonatal*. Yogyakarta: Parama Publishing.  
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.v4i2.1589>  
Notoatmodjo. (2017), "Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta  
Nur Salam(2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika. .  
Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*.  
Ridha Rizki. (2020)."Faktor-faktor yang berhubungan dengan *baby blues syndrome* pada ibu pasca persalinan. Tesis Ridha Rizki, 1–92."  
Susanti, L. W., & Sulistiyanti, A. (2017). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Baby

- Blues Syndrom Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 7(2), 12–20.
- Surjaningrum, E. R., Jorm, A. F., Minas, H., & Kakuma R. ". Personal attributes and competencies required by community health workers for a role in integrated mental health care for perinatal depression: voices of primary health care stakeholders from Surabaya ,2018
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitataif, Kualitatif, Kombinasi dan R&D*. Bandung: Alfabeta; 2017
- Susilawati, B., Dewayani, E. R., Oktaviani, W., & Subekti, A. R. (2020). ". Faktor- Faktor yang mempengaruhi Kejadian Postpartum Blues di RS Akademik Universitas Gadjah Mada. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 5(1), 77–86
- Wahyuni, S., & Surani, E. (2018). Analisis Determinan yang Mempengaruhi Kejadian Perdarahan Postpartum. *Jurnal SMART Kebidanan*, 5(2) 1. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v5i2.208>.
- Yodatama, D. C., Hardiani, R. S., & Sulistyorini, L. (2015). " Hubungan Bonding Attachment dengan Resiko Terjadinya Postpartum Blues pada Ibu Postpartum dengan Sectio Caesaria di Rumah Sakit Ibu dan Anak (RSIA) Srikandi IBI Kabupaten Jember. *E-Jurnal Pustak*." n.d.