

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa nifas (*Postpartum*) pada ibu melahirkan dihitung mulai dari 2 jam sampai 6 minggu kedepan setelah dikeluarkannya plasenta, di masa ini merupakan masa yang sangat berat bagi ibu karena perubahan anatomi dan psikologisnya sehingga ibu harus beradaptasi. Tidak sedikit ibu yang tidak bisa beradaptasi dengan peran dan kondisi pasca melahirkan yang berakibat munculnya gangguan psikologis atau sindrom lainnya (Argaheni. N, 2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 prevalensi *baby blues syndrome* di dunia yang dialami ibu setelah melahirkan sekitar 70 - 80%, dimana sekitar 13% ibu yang mengalami *baby blues* berlanjut menjadi *depresi postpartum*. %. Sedangkan berdasarkan data BKKBN tahun 2024, sebanyak 57% ibu di Indonesia mengalami gejala *baby blues*, presentase tersebut menjadikan Indonesia sebagai negara dengan resiko *baby blues* tertinggi di Asia. Insiden *baby blues* di Indonesia 1 – 2 per 100 kelahiran, 50 – 60% mengalami *baby blues* pada kelahiran pertama.

Setelah melahirkan, perempuan harus belajar melakukan hal baru untuk menjadi ibu. Beberapa wanita berhasil melewati masa tersebut dengan baik dan bahagia, tetapi ada juga yang mengalami kesulitan dan memunculkan perasaan sedih, marah atau kecewa dengan keadaan yang dialaminya. Menurut Fadiah (2024), *Baby Blues* mungkin saja dialami oleh ibu pasca melahirkan, terkadang diri sendiri dan orang sekitar tidak menyadari bahwa ibu sedang mengalami sindrom tersebut, jika dibiarkan akan mempengaruhi kesehatan fisik ibu.

Kejadian *baby blues* dapat berpengaruh kepada kesehatan ibu pasca nifas, salah satunya adalah menghambat penyembuhan luka ibu pasca bersalin. Apabila *baby blues* tidak mendapat penanganan yang tepat bisa menimbulkan gangguan psikologis yang lebih berat yaitu postpartum psikosis, dimana gangguan tersebut dapat menyebabkan turun berat badan, kesulitan tidur, dan sakit kepala hebat (Harianis, 2022).

Gejala *baby blues* pada ibu diantara lain cemas, sering menangis tanpa sebab, hilang percaya diri, mudah tersinggung, dan merasa tidak mampu merawat bayinya dengan baik (Susanti & Sulistiyanti, 2017). Dampak dari *baby blues* tidak hanya kepada ibu, tetapi juga kepada bayinya. Ibu akan kehilangan semangat dan ketertarikan untuk merawat bayinya (Sari, 2020), lalu ibu akan menjadi tidak mau memberikan ASI kepada bayinya secara langsung, pada keadaan yang sudah sangat parah ibu dapat melukai bayinya sendiri, kondisi seperti itu disebut *psikosis pascapartum* (Fitriyani & Gea, 2021).

Dalam penelitian yang dilakukan Fitriyani & Gea (2021) dengan judul Hubungan Keluarga dengan Kesejahteraan Ibu Nifas, berpendapat bahwa dukungan keluarga sangat mempengaruhi kesejahteraan mental ibu pasca nifas. Dukungan yang dimaksud dapat berupa dukungan emosional. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan mental ibu yaitu berasal dari diri sendiri, bagaimana ibu pasca nifas menjalani kehidupan dan peran baru nya menjadi ibu dengan baik. Tidak dipungkiri juga terdapat faktor dari luar yang menjadi pengaruh, yaitu dukungan dari suami dan dukungan orang sekitar seperti keluarga, tetangga yang harus memberi dukungan demi kesehatan mental ibu pasca nifas.

Berdasarkan penelitian (Fadiyah, 2024) dengan judul Fenomena *Baby Blues* Pada Ibu Pasca Melahirkan dan Peran Suami dalam Proses Recovery didapatkan hasil wawancara dengan narasumber yaitu pentingnya mendapatkan dukungan suami pada saat masa nifas, karena dukungan suami dapat mempengaruhi perubahan emosi pasca nifas. Ibu dengan *baby blues* mengalami perubahan emosional saat

lelah dan cemas saat mengurus bayinya. Dukungan dan peran keluarga, terutama suami sangat berarti. Menurut Aksara (2012) salah satu bentuk social support adalah kehadiran suami dan keluarga dalam mencegah terjadinya *baby blues* pada ibu nifas. Hal tersebut dapat diperlihatkan dalam membantu merawat bayi dan menjadi tempat berkeluh kesah sang ibu.

Seorang ibu pasca melahirkan akan lebih kuat dalam melewati masa nifas nya jika mendapat dukungan dan bentuk tanggung jawab dari suaminya. Karena seorang suami adalah orang yang paling dekat dengan ibu, dan sudah menjadi tanggung jawabnya untuk memberi rasa aman dan nyaman untuk ibu pasca melahirkan (Ariani, Darmayanti, & Santhi, 2022).

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan (Siringo-ringo, 2022) responden yang tidak dapat dukungan suami cenderung akan mengalami *baby blues* yaitu sebesar 65,7%, setelah dilakukan uji *chi square* didapati nilai *p-value* < 0,05 yang artinya terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian *baby blues* di wilayah kerja puskesmas sigompul Kecamatan Lintong Nihuta, Kabupaten Humbang Hasundutan.

Dalam penelitian lain oleh Dewi, et al (2024) dari 40 responden yang mendapat dukungan suami, 35 responden (87,5%) tidak mengalami *baby blues*. Sedangkan dari 15 responden yang tidak mendapat dukungan suami, terdapat 8 responden (53,3%) yang mengalami *baby blues*. Setelah dilakukan uji *chi-square* didapati hasil *p-value* < 0,05 yang berarti terdapat pengaruh dukungan suami terhadap kejadian *baby blues*.

Suami merupakan anggota keluarga yang paling dekat dengan ibu, karena nya dukungan dan perlakuan suami sangat berdampak pada kesejahteraan mental ibu. Dukungan suami sangat diperlukan, apabila tidak diberikan hal itu akan membuat ibu sedih karena merasa tidak diperhatikan dan akan kewalahan dalam mengurus bayinya yang akhirnya membuat ibu menderita *baby blues* (Siringo-ringo, 2022).

Pada data yang diambil melalui kuesioner yang diisi oleh 99 ibu di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo pada tahun 2022 didapati hasil 37 ibu (37,4%) mendapat dukungan suami rendah, sementara 48 ibu (48,5%) mendapat dukungan sosial sedang, dan 14 ibu 14,1% mendapat dukungan suami tinggi (Audyna, Marcelina, & Permatasari, 2022).

Penelitian ini memiliki keterbaruan yaitu secara spesifik menganalisis pengaruh dukungan suami terhadap kesejahteraan mental ibu pasca melahirkan, yang dimana penelitian yang lain menggunakan variabel lain selain dukungan suami untuk melihat hubungannya dengan kesejahteraan mental ibu. Pada penelitian ini fokus peneliti adalah dukungan suami, karena suami merupakan pasangan dari ibu yang merupakan orang pertama yang senantiasa berada di samping ibu.

Berdasarkan uraian diatas, penulis ingin mengetahui lebih dalam mengenai hubungan dukungan suami terhadap kesejahteraan mental ibu pasca melahirkan untuk pencegahan *baby blues* di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo.

1.2 Rumusan Masalah

Salah satu permasalahan yang sering dihadapi ibu pasca nifas adalah ketidakmampuan ibu dalam beradaptasi dengan peran barunya, perubahan emosi seperti kecemasan, kesedihan, mudah tersinggung, dan juga perasaan tidak mampu merawat bayinya dengan baik. Fase tersebut disebut dengan *baby blues*, yaitu fase penuh tantangan yang harus dihadapi oleh ibu baru, kesejahteraan mental ibu pasca melahirkan sangat berpengaruh kepada kesehatan bayi dan produksi ASI.

Dukungan keluarga terutama suami penting dalam fase ini, suami yang terlibat secara emosional dalam merawat bayi dapat membantu ibu dalam beradaptasi menghadapi peran barunya dan menjaga kestabilan mental ibu sehingga mengurangi resiko mengalami *baby blues*, namun pada kenyataannya hanya sedikit suami yang memberikan dukungan kepada ibu di fase ini. Berdasarkan hal tersebut,

peneliti membuat rumusan masalah yaitu, apakah terdapat hubungan dukungan suami dengan kesejahteraan mental ibu pasca melahirkan terhadap pencegahan *baby blues* di wilayah Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah hubungan dukungan suami terhadap kesejahteraan mental ibu pasca melahirkan untuk pencegahan *baby blues*.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Diketuinya distribusi frekuensi karakteristik ibu pasca melahirkan berdasarkan umur dan tingkat pendidikan di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo
- b. Diketuinya distribusi frekuensi dukungan suami pada ibu pasca melahirkan di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo
- c. Diketuinya distribusi frekuensi kesejahteraan mental ibu pasca melahirkan di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo
- d. Diketuinya hubungan dukungan suami dengan kesejahteraan mental ibu pasca melahirkan terhadap pencegahan *baby blues* di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Penelitian Untuk Pelayanan Masyarakat

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi acuan kepada pengelola fasilitas kesehatan dalam meningkatkan kesejahteraan ibu dan edukasi terkait pentingnya peran suami dalam pencegahan *baby blues*. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan berguna untuk menambah wawasan masyarakat terkait *baby blues*.

1.4.2 Manfaat Untuk Ilmu Pengetahuan (Keperawatan)

Dari hasil penelitian ini penulis berharap dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan, terutama di bidang maternitas, sehingga juga dapat dijadikan referensi dan pengembangan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3 Manfaat Untuk Profesi

Dengan adanya hasil penelitian ini, penulis berharap agar perawat dapat terus melakukan edukasi tentang pentingnya peran suami terhadap pencegahan *baby blues* pada ibu pasca melahirkan.

1.4.4 Manfaat Untuk Lokasi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna dalam memberikan informasi untuk Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo, dan menjadi alat untuk meningkatkan kualitas pelayanan pada ibu pasca melahirkan dengan program edukasi dan konseling keluarga.

1.4.5 Manfaat Untuk Institusi Program Sarjana Keperawatan Universitas MH Thamrin

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta dan dapat dijadikan sebagai dasar penelitian lebih lanjut dan komprehensif.