



## Pemberian Dukungan Suami Terhadap Kejadian Gangguan *Post Partum Mood*

Ponco Indah Arista Sari, Andri Tri Kusumaningrum, Atiul Impartina

Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan

### ARTIKEL INFO

#### **Article History:**

SM at 05-01-2021

RV at 13-01-2022

PB at 13-01-2022

#### **Kata Kunci:**

Dukungan suami

*Post partum mood*

#### **Korespondensi Penulis:**

ponco\_indah\_arista\_sari@umla.ac.id

### ABSTRAK

**Background:** Pandemi Covid-19 menjadi ancaman kesehatan secara global saat ini yang masih belum selesai. Dampaknya juga dirasakan oleh ibu nifas berupa kecemasan pada kesehatannya sendiri maupun pada bayinya. Kecemasan tersebut dapat berisiko terjadinya perubahan emosi dan suasana hati pada masa nifas atau dikenal dengan *postpartum mood*.

**Objectives:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan gangguan *postpartum mood*.

**Design:** Penelitian ini dilakukan pada bulan November sampai dengan Desember 2021 pada seluruh *postpartum* di Wilayah Kerja Puskesmas Turi Kabupaten Lamongan. Metode penelitian yang digunakan yaitu analitik deskriptif dengan desain *cross sectional* dengan teknik sampling total populasi berjumlah 46 ibu nifas. Kuesioner menggunakan *google form*. Analisa univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan tabel kecenderungan.

**Results:** Dari penelitian dihasilkan ibu yang mendapatkan dukungan baik dari suami tidak mengalami depresi sebanyak 25 (93%) ibu, kurang mendapat dukungan suami mengalami kemungkinan depresi sebanyak 11 (58%) ibu *postpartum*.

**Conclusions:** Dari hasil tersebut maka sangat diperlukan pelayanan kesehatan pada ibu nifas terutama di masa pandemi Covid-19.

## PENDAHULUAN

Covid -19 telah ada di dunia sejak pertengahan tahun 2019, Indonesia sendiri menghadapi permasalahan ini sejak awal tahun 2020. Pandemi ini telah mengancam begitu banyak orang baik dari segi fisik, psikososial, sosial, materi dan berbagai elemen kehidupan lainnya. Di Indonesia sampai bulan November 2021 berdasarkan data dari satuan tugas Covid-19 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia didapatkan kasus aktif sejumlah 8.126, penambahan kasus positif pada bulan tersebut sejumlah 314, jumlah kasus sembuh 4.101.547 dan jumlah kasus meninggal sejumlah 143.739. Peneliti Sosial Demografi di Pusat Penelitian Kependudukan Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) menyatakan bahwa pandemi Covid-19 ini memang menjadi tantangan baru bagi semua orang termasuk kelompok rentan seperti bayi, ibu hamil dan nifas. Ketidaknyaman yang dirasakan tentu saja bukan hanya secara fisik, namun juga secara psikologis.

Masa postpartum merupakan masa dimana bayi lahir sampai dengan kembalinya organ reproduksi wanita seperti sebelum hamil. Pada masa ini akan menyebabkan beberapa perubahan psikologis secara alami oleh karena perubahan fisik dan hormonal. Ibu nifas harus bisa beradaptasi dengan berbagai perubahan yang terjadi. Ibu yang berhasil beradaptasi dengan baik akan melewati masa postpartum dengan nyaman, sedangkan yang tidak mampu melewati masa postpartum dengan baik tentu saja akan berdampak pada kehidupan sehari-hari termasuk hubungan dengan orang sekitar. Psikologis ibu harus benar-benar terjaga dengan baik, sehingga dalam hal ini diperlukan kesehatan mental dari ibu nifas. Perubahan emosi yang kompleks seperti kegembiraan, kelelahan, cinta dan kecemasan semua akan bercampur menjadi satu. Menjadi seorang ibu masa *post partum* tentunya menjalani kehidupan baru, beradaptasi dan belajar dengan keterampilan baru, menjalani rutinitas baru.

Dalam kondisi pandemi Covid-19 tentu saja membuat ibu semakin cemas akan kuatir. Menurut Ratna (2009) angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia cukup tinggi berkisar 50-70%. Dari studi pendahuluan

didapatkan 3 ibu *postpartum* stress karena memikirkan kapan pandemi berakhir, 2 ibu mengingikan kapan bisa hidup normal, 4 kuatir dengan paparan virus terhadap dirinya, bayi dan keluarganya, 2 ibu kuatir tidak bisa menjalani peran ibu saat pandemi, 2 orang tidak berani keluar untuk membeli keperluan bayi.

Dari data tersebut diketahui bahwa masih adanya ibu post partum yang mengalami ketidaknyamanan ataupun gangguan terkait dengan psikologis. Hal tersebut jika dibiarkan berlarut-larut akan memberikan dampak yang tidak baik bagi ibu, bayi dan keluarga. Ibu tidak akan mampu menjalankan perannya dengan baik. Ibu tidak akan mampu merawat anaknya dengan baik. Dalam lingkup lebih besar kebahagiaan di dalam keluargapun akan terancam. Sehingga perlu dirasakan oleh penulis untuk meneliti apakah ada hubungan antara dukungan suami dengan gangguan *post partum* yang terjadi pada ibu *post partum*.

## METODE

Rancangan penelitian menggunakan metode deskriptif dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian yaitu ibu nifas di Wilayah Puskesmas Turi pada bulan November dan Desember 2021. Sampel pada penelitian yaitu semua ibu nifas pada bulan September dan November 2021. Teknik pengumpulan data dimulai dengan mengumpulkan dengan menggunakan kuesioner yang diberikan melalui Puskesmas Turi selaku PONEK dan dikirimkan kembali pada peneliti setelah 2 minggu *post partum*, instrumen menggunakan kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) untuk variabel *Gangguan Postpartum Mood* dan kuesioner jawaban tertutup disediakan untuk variabel dukungan suami. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi frekuensi dari dukungan suami, mengetahui hubungan dukungan suami dengan kejadian gangguan *postpartum mood*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Dukungan Suami

No	Dukungan Suami	F	%
1	Baik	27	59
2	Kurang	19	41
Jumlah		46	100

Sumber : Data Primer, 2021

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Gangguan *Postpartum Mood* dengan menggunakan kuesioner EPDS

No	Gangguan <i>Postpartum Mood</i>	F	%
1	Tidak ada risiko depresi ( $\leq 8$ )	30	65
2	Depresi mungkin terjadi (9-11)	4	9
3	Kemungkinan depresi ( $\geq 13$ )	12	26
Jumlah		46	100

Sumber : Data Primer, 2021

### 2. Analisa Bivariat

Tabel 3 Dukungan Keluarga Dalam Rangka Mencegah Gangguan *Post partum Mood* Pada Ibu Nifas Di Masa Pandemi Covid-19

No	Dukungan Suami	Gangguan Post Partum Mood			f
		Tidak ada risiko depresi	Depresi mungkin terjadi	Kemungkinan depresi	
1	Baik	25 (92,6%)	1 (3,7%)	1 (3,7%)	27
2	Kurang	5 (26,3%)	3 (16%)	11 (58%)	19
Total		30	4	12	

Sumber : Data Primer, 2021

## PEMBAHASAN

### 1. Dukungan Suami

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Turi Tahun 2021 didapatkan hasil, yang mendapatkan dukungan baik dari suami sebanyak 27 ibu nifas (59%), yang kurang mendapat dukungan sebanyak 19 ibu nifas (41%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa masih banyak ibu nifas yang belum mendapatkan dukungan dari suami, hal tersebut dibuktikan dengan hasil penelitian ibu yang kurang mendapat dukungan masih di atas rata-rata dari ibu yang mendapat

dukungan baik dari suami.

Seorang ibu yang sedang menjalani masa nifas akan sangat membutuhkan dukungan dan perhatian dari keluarga, terutama suami. Dukungan dan perhatian itu akan sangat membantu ibu untuk mendapatkan kepercayaan diri dan harga diri sebagai seorang istri yang memang layak untuk dihargai oleh seorang suami. Menurut Sarafino (dalam Hasanah, 2017) ada berbagai macam dukungan yang bisa diberikan, antara lain dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi.

Pada kuesioner dukungan suami terdapat 4 bentuk dukungan. Namun tidak semua ibu nifas mendapatkan 4 dukungan tersebut. Dukungan suami yang paling banyak tidak diberikan adalah dukungan infromasional. Dukungan informasi meliputi pemberian nasehat, saran, pengetahuan. Fungsi dari dukungan infromasional yang didapatkan dari suami yaitu mampu menekan munculnya kecemasan atau stressor akibat dari minimnya informasi atau adanya informasi yang belum diketahui kebenarannya. Pada saat pandemi Covid-19 tentu saja banyak sekali informasi yang belum diketahui kebenarannya. Berkembangnya media informasi akan memudahkan bagi siapa saja untuk bisa mengaksesnya, termasuk ibu nifas. Masa nifas merupakan masa adaptasi ibu terhadap kondisi baru sehingga kesehatan mental harus dijaga. Sehingga dukungan informasi yang bisa diberikan pada ibu nifas untuk mengurangi kecemasan saat pandemi Covid-19 antara lain menanyakan hal yang belum dipahami oleh ibu saat merawat bayi masa pandemi, menyediakan fasilitas informasi misalnya televisi, majalah dan internet sehingga ibu bisa benar-benar mendapatkan informasi yang akurat. Suami juga bisa berperan aktif saat mendampingi ibu ke pusat pelayanan kesehatan. Bentuk dukungan tersebut jika diberikan dengan baik akan membuat ibu merasa mendapatkan motivasi yang luar biasa.

Dukungan lain yang tidak diberikan yaitu dukungan penghargaan. Bentuk dari dukungan penghargaan yang bisa diberikan pada ibu nifas antara lain, suami mengingatkan ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya, suami paham yang dibutuhkan dan diinginkan ibu terkait

pemenuhan pola makan, suami memberi perhatian lebih dengan selalu menanyakan masalah yang dirasakan oleh ibu nifas. Selain itu suami juga memberikan privasi pada ibu nifas untuk menentukan bagaimana prosedur bagi keluarga atau kerabat lain yang ingin berkunjung.

Dari hasil kuesioner didapatkan bahwa ibu nifas Dari data yang didapatkan 27 ibu nifas mendapatkan 4 dukungan yang telah disebutkan, sedangkan 19 ibu nifas tidak mendapatkan dukungan secara lengkap dari 4 jenis tersebut. Dari hasil penelitian Fatimah (2014) ibu yang mendapat dukungan kurang dari suami sebanyak 4 orang (16%), responden yang mendapatkan dukungan sedang dari suami sebanyak 15 (60%) orang dan responden yang mendapatkan dukungan baik dari suami sebanyak 6 orang (24%). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak semua ibu nifas mendapat dukungan yang lengkap dari suami. Dukungan dari suami sangat dibutuhkan oleh ibu nifas dalam upaya membangun suasana hati yang positif. Dengan suasana hati yang positif maka ibu nifas akan mampu melakukan perannya dengan baik dalam menghadapi pandemi Covid-19 ini.

## 2. Gangguan Post Partum Mood

Dari hasil penelitian didapatkan ibu nifas yang tidak ada risiko depresi sebanyak 30 orang (65%), ibu nifas dengan depresi mungkin terjadi (9%), ibu nifas dengan kemungkinan depresi sebanyak 12 (26%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa masih adanya ibu nifas yang sangat dimungkinkan sedang mengalami depresi saat ini.

Ibu *post partum* mengalami perubahan *mood* atau suasana hati dikarenakan adanya perubahan secara alamiah di dalam tubuh. Perubahan itu harus mendapat respon yang baik. Jika tidak maka ibu nifas tidak akan bisa menjalani masa nifas dengan suasana hati yang Bahagia. Menurut Dewi (2011) ibu *post partum* dikatakan menderita *post partum blues* jika ibu tersebut mengalami perubahan *mood* yang terjadi setiap waktu setelah ibu melahirkan. Perubahan *mood* itu sering terjadi pada hari ke-3 dan ke-4 *post partum* dan memuncak di hari ke-5 sampai dengan ke-14. Puncak tersebut ditandai dengan tangisan singkat, perasaan kesepian

atau ditolak, cemas, bingung, gelisah, letih, pelupa dan tidak bisa tidur. Ibu *post partum* yang mengalami *post partum blues* mempunyai gejala antara lain mudah menangis (*tearfulness*), murung, sedih, cemas, perubahan mood, *restlessness*, mudah marah, kurang konsentrasi dan pelupa (Wong 2002).

Dari hasil kuesioner EPDS didapatkan beberapa ibu yang kemungkinan depresi ditandai dengan ibu tidak bisa melihat masa depan dengan senang hati, ibu sangat sering merasa cemas dan kuatir tanpa alasan yang jelas, ibu tidak bahagia sehingga ibu mengalami kesulitan sedang tidur sepanjang waktu, ibu sedang tidak bahagia sehingga menangis sepanjang waktu, sering berpikiran untuk melukai diri sendiri. Menurut Regina (2011) penyebab dari beberapa gangguan postpartum mood belum diketahui secara pasti. Namun hal tersebut diduga berasal dari perubahan biologis, stress, penyebab sosial dan perubahan hormonal menjadi faktor pendukung. Hasil penelitian Sirait (2020) yang membahas tentang respon psikologis pada ibu nifas dan menyusui di masa pandemi Covid-19 masih adanya ibu yang memberikan respon stress yaitu 13,92% stress ringan, 7,59% stress sedang dan 2,53 stres berat. Dari beberapa data di atas menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan ibu nifas harus ditambahkan pelayanan psikologi selama menghadapi pandemi Covid-19.

## 3. Dukungan Suami dan Gangguan Post Partum Mood

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil ibu yang mendapatkan dukungan baik dari suami tidak ada risiko depresi sebanyak 25 ibu *postpartum* (92,6%), ibu yang mendapatkan dukungan suami kemungkinan terjadi depresi sebanyak 1 ibu *postpartum* (3,7%) ibu yang kurang mendapat dukungan suami mengalami kemungkinan depresi sebanyak 11 (58%) ibu *postpartum*, ibu yang kurang mendapat dukungan suami tidak mengalami risiko depresi sebanyak 5 (26,3%) ibu *postpartum*. Dari hasil tersebut terdapat kecenderungan bahwa ibu yang mendapat dukungan suami dengan baik maka cenderung untuk tidak mengalami gangguan post partum mood begitupun sebaliknya ibu yang tidak mendapat dukungan baik dari suami maka

kemungkinan mengalami gangguan *post partum mood* sangat besar.

Videback (2008) mengemukakan pendapatnya bahwa dukungan suami merupakan faktor terbesar untuk memicu terjadinya postpartum blues yang merupakan salah satu dari bentuk gangguan postpartum mood. Dukungan suami merupakan strategi koping stress yang sangat penting pada saat ibu menjalani masa nifas. Dukungan suami juga berfungsi sebagai upaya pencegahan untuk mengatasi stress..

## **PENUTUP**

Simpulan dari penelitian ini yaitu masih banyaknya ibu yang mendapat dukungan suami kurang dan kemungkinan sedang mengalami depresi di masyarakat kita. Pelayanan kesehatan untuk psikologi harus terus diberikan kepada ibu mulai dari hamil sampai masa nifas. Karena dengan mental yang sehat maka ibu akan mampu menjalankan perannya dengan baik, sehingga keluarga yang dirawat akan tumbuh menjadi bagian dari masyarakat yang unggul dan sehat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Dewi, Vivian Nanny Lia; Sunarsih, T. (2011). Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Title. In *Salemba Medika, Jakarta*.
- Fatimah. (2014). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Primipara di Ruang Bugenvile RSUD Tugurejo Semarang. Retrieved from <http://undip.ac.id/107291.pdf>
- Hasanah, U. (2017). Hubungan Suami Dalam Perawatan Masa Nifas Dengan Kejadian Baby Blues. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9
- Regina. (2011). *Keperawatan Maternitas Bogor*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Sirait, L. I. (2020). *Respon Psikologis (Kecemasan dan Stress) pada Ibu Nifas dan Menyusui di Masa Pandemi Covid-19*. Retrieved from

<https://sinta.ristekbrin.go.id/covid/penelitian/detail/442>

Videbeck, L. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.

Wong, D.L, dkk. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik, Volume 2*. Jakarta.