

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Transisi menjadi orang tua telah digambarkan sebagai salah satu perubahan paling radikal yang terjadi dalam kehidupan yang melibatkan penyesuaian fisiologis, psikologis dan sosial. Pada penyesuaian psikologis seorang wanita akan mengalami penyesuaian terhadap perannya sebagai orang tua (ibu) (Bäckström et al., 2018). Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi sebagian lagi tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan psikologis seperti perubahan mood, kecemasan, emosional tidak stabil, mudah menangis, letih bingung, atau pikiran kacau perasaan-perasaan itulah yang membuat seorang ibu enggan mengurus bayinya yang oleh para peneliti disebut *postpartum blues* (Harianis et al., 2022). Seorang ibu *postpartum* membutuhkan penyesuaian dalam menghadapi aktivitas dan peran barunya, sebagai seorang ibu pada minggu-minggu pertama setelah melahirkan baik fisik maupun psikis (Ariesca et al., 2019). Apabila kejadian *postpartum blues* ini tidak ditangani dengan benar maka akan berlanjut menjadi *depresi postpartum* (Sri Yunita Suraida Salat et al., 2021).

Berdasarkan data dari *world health organization* (WHO) pada tahun 2017, ibu yang melahirkan diseluruh dunia mengalami *postpartum blues* sebanyak 300-750 dari 1000 ibu (Purwarini & Armaya, 2021). Beberapa negara menunjukkan angka kejadian *postpartum blues* yang bervariasi. Angka kejadian *postpartum blues* di Asia cukup tinggi dan

bervariasi antara 26%-85%. Kejadian *postpartum blues* di Jepang 15-50%, Amerika Serikat 27%, Prancis 31,7%, Nigeria 31,3% dan Yunani 44,5% (Harianis et al., 2022). Sedangkan kejadian *postpartum blues* di Indonesia menduduki peringkat ke empat yaitu sekitar 31 kelahiran per 1000 populasi. Angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia menurut (Kemenkes RI, 2018) adalah 6,8% dimana sekitar 3% terjadi pada ibu *primipara*. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh (Ariesca et al., 2019) menyatakan bahwa dari 45 ibu *postpartum* terdapat 23 ibu *postpartum* (51,1) yang belum siap menjadi ibu dan 22 ibu *postpartum* (48,9%) yang siap menjadi ibu.

Postpartum blues atau dikenal dengan nama lain *baby blues* atau *maternity blues* terjadi sekitar hari ke-3 setelah melahirkan sampai sekitar akhir minggu pertama biasanya kembali normal, dan lebih dari 50% wanita mengalami reaksi emosional. Ibu yang baru melahirkan cenderung lebih banyak mengalami masalah psikologis masa nifas, antara lain *postpartum blues* terjadi dikarenakan ibu belum memiliki pengalaman mengasuh anak, hamil dan melahirkan (Kustiningsih, 2017). Penyebab *postpartum blues* belum diketahui secara pasti namun diduga beberapa faktor diantaranya perubahan hormonal yang drastis pasca melahirkan, mempengaruhi zat-zat kimia di otak yang mengatur mood, sehingga perasaan ibu menjadi terganggu. Selain itu faktor kelelahan setelah melahirkan dan menyusui juga dapat menyebabkan perubahan rutinitas karena merawat bayi juga memperberat kondisi ibu, diperparah dengan kurangnya dukungan suami, keluarga dan lingkungan sekitar kepada ibu

dalam melawati masa adaptasi psikologis *postpartum* tersebut (MHI, 2020). Perubahan peran menjadi orang tua memiliki pengaruh besar pada ibu yang baru melahirkan sehingga membutuhkan waktu untuk beradaptasi. Ibu yang mengalami gangguan mental saat *postpartum* cenderung berinteraksi lebih sedikit dengan bayi mereka, kurang menyusui, kurang bermain dan membaca untuk bayi mereka, akibatnya dapat berdampak buruk bisa mempengaruhi pertumbuhan kognitif anak-anak dengan ibu yang mengalami *baby blues* atau *postpartum blues* (Smith, 2018).

Kesiapan menjadi orang tua adalah suatu pola penyediaan lingkungan untuk anak guna memelihara pertumbuhan dan perkembangan, yang dapat ditingkatkan (Herdman, 2018). Perubahan peran menjadi orang tua memiliki pengaruh besar pada ibu yang baru melahirkan, ibu mungkin merasa bingung dan memikirkan bagaimana cara merawat bayinya yang baru lahir. Hal ini membuat ibu cemas dan merasa dirinya tidak siap dengan peran barunya karena ibu yang baru melahirkan menganggap perawatan bayi baru lahir itu susah untuk dilakukan. Permasalahan inilah yang menimbulkan terjadinya *postpartum blues*. Sering kali ibu melahirkan yang mengalami *postpartum blues* berkembang lebih lama dan lebih berat intensitasnya. Ibu mengalami kesedihan yang mendalam dan merasa tidak berharga, sehingga merasa terganggu dalam melakukan aktivitas sehari-harinya, sekitar 15% dari ibu pasca melahirkan mengalami *postpartum depression (depresi postpartum)* yang merupakan kelanjutan dari *postpartum blues* yang tidak tertangani. Dampak dari *depresi*

postpartum ibu akan mengalami depresi yang berkepanjangan dan semakin berat hingga berkeinginan untuk melukai bayi atau diri sendiri (MHI, 2020). Sistem dukungan yang kuat dan konsisten merupakan faktor utama keberhasilan bagi ibu *postpartum* untuk dapat dilakukan oleh orang terdekat seperti suami, orang tua dan dapat dilakukan juga oleh tenaga kesehatan (Purwati et al., 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Sepriani, 2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara usia, status kehamilan, pekerjaan, dan dukungan suami terhadap kejadian *postpartum blues*. Penelitian (Ariesca et al., 2019) menemukan bahwa adanya hubungan antara umur, paritas, dan kesiapan menjadi ibu dengan kejadian *postpartum blues*. Hal ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan (Hafsa, 2022) yang menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *postpartum blues* yaitu proses persalinan lama yang tidak pernah dialami sebelumnya, kelelahan fisik serta adanya penambahan peran dan tanggung jawab baru sebagai seorang ibu dalam hal perawatan bayi. Berdasarkan hasil penelitian diatas menyebutkan bahwa usia, paritas, dan dukungan suami dapat mempengaruhi terjadinya *postpartum blues* namun ternyata ada faktor lain yang dapat menyebabkan *postpartum blues* yaitu bagaimana kesiapan menjadi orang tua pada ibu *postpartum* dalam menghadapi perubahan peran setelah melahirkan. Sehingga penelitian ini berfokus pada kesiapan menjadi orang tua pada ibu *postpartum* yang mengalami kejadian *postpartum blues*.

Berdasarkan data diatas pentingnya mencegah terjadinya *postpartum blues* karena jika ibu *postpartum* belum bisa beradaptasi dengan peran barunya maka dapat berdampak pada psikologis ibu, ibu yang tidak siap menjadi orang tua akan mengurangi interaksi dengan bayinya hal ini sangat berdampak buruk bagi perkembangan bayi jika tidak segera ditangani, maka diperlukan penelitian lebih lanjut tentang hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum*.

B. Rumusan Masalah

1. Penyataan Masalah

Hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* sangat penting untuk diketahui oleh seorang ibu apalagi oleh ibu yang baru melahirkan, karena pengetahuan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* sangat di butuhkan oleh ibu *postpartum* yang akan melakukan peran barunya sebagai seorang ibu. Pengetahuan yang luas tentang apa itu kesiapan menjadi orang dengan deteksi *postpartum blues* akan membuat ibu *postpartum* lebih bisa menyiapkan fisik dan mentalnya untuk menerima dan merawat bayinya dengan baik dan itu akan memberikan dampak positif terhadap orang tua maupun bayi. Oleh karena itu di butuhkan pengetahuan yang luas tentang kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues*. Peneliti akan melakukan penelitian tentang hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum*.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana kesiapan menjadi orang tua pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Silo Kabupaten Jember?
- b. Bagaimana deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Silo Kabupaten Jember?
- c. Adakah hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Silo Kabupaten Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Silo Kabupaten Jember

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kesiapan menjadi orang tua pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Silo Kabupaten Jember
- b. Mengidentifikasi deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Silo Kabupaten Jember
- c. Menganalisis hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum* di wilayah kerja puskesmas Silo Kabupaten Jember

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi :

1. Ibu *Postpartum*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues*, penelitian ini diharapkan dapat membantu ibu *postpartum* untuk menyiapkan mental dan perasaan saat akan melahirkan dan menjadi ibu.

2. Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan hubungan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada orang tua dan suami agar mampu memahami kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues*. Dengan cara peneliti memberikan informasi kepada keluarga mengenai penyebab terjadinya *postpartum blues* pada keluarga.

3. Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi strategi bagi nakes dalam memberikan asuhan keperawatan yang lebih komperhensif tentang kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum*.

4. Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan acuan dalam mengaplikasikan perawatan ibu *postpartum* dalam upaya pencegahan terjadinya *postpartum blues* dan kesiapan menjadi orang tua dengan pendekatan FCMC.

5. Dinas Kesehatan

Penelitian ini diharapkan menjadi dasar untuk merumuskan kebijakan mengenai penanganan *postpartum blues* sehingga dapat menjadi gambaran pada instansi pelayanan kesehatan ibu *postpartum*.

6. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi data dasar dan informasi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan kesiapan menjadi orang tua dengan deteksi *postpartum blues* pada ibu *postpartum*.