

## HUBUNGAN KESIAPAN KEHAMILAN DENGAN KEJADIAN POST PARTUM BLUES PADA IBU NIFAS DI RSIA PRIMA HUSADA SIDOARJO

Nur Hidaayah

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan  
Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya Jl. Smea 57 Surabaya  
Email : [nur\\_hidy@yahoo.co.id](mailto:nur_hidy@yahoo.co.id)

**ABSTRACT:** *A woman looking at pregnancy as a natural result marital relationship, intended and unintended.* Most of the other women received a pregnancy as a natural desire and even some women, including teens, the pregnancy is the result of sexual experimentation without using contraception and pregnancy showed no preparation is a problem. This study aimed readiness relationship with the incidence of postpartum blues pregnancy on postpartum mothers in RSIA Prima Husada Sidoarjo. Methods: The study design was cross-sectional analytic, the entire population was puerperal women of 30 people, with a simple random sampling technique obtained a sample of 28 people. the independent variable is the readiness of pregnancy and the dependent variable was the incidence of post partum blues. The instruments used were questionnaires, analyzed with the chi-square statistic. Results: of the 28 respondents, there were 15 respondents were unprepared for pregnancy, most experience post partum blues events. Results of chi-square test with significance level  $= 0.05$ ,  $P = 0.000$  found  $< = 0.05$ ,  $H_0$  is rejected that there is a relationship with the incidence of pregnancy readiness post partum blues. Conclusion: mothers who are not ready to get pregnant may experience post partum blues. Suggestion: the provision of information about the gestation period should be given to the couple before pregnancy.

**ABSTRAK :** *Seorang wanita memandang kehamilan sebagai suatu hasil alami hubungan perkawinan, yang diinginkan maupun tidak diinginkan.* Sebagian wanita termasuk remaja, kehamilan merupakan akibat percobaan seksual tanpa menggunakan kontrasepsi dan menunjukkan kehamilan tanpa persiapan. Tujuan penelitian mengetahui hubungan kesiapan kehamilan dengan kejadian postpartum blues pada ibu nifas di RSIA Prima Husada Sidoarjo. **Metode :** Desain penelitian adalah analitik cross sectional, Populasinya seluruh ibu nifas sebesar 30 orang, dengan tehnik simple random sampling didapatkan sampel 28 orang. variabel independen adalah kesiapan kehamilan dan variabel dependen adalah kejadian *post partum blues*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, dianalisis dengan statistik *chi-square*. **Hasil :** dari 28 responden, terdapat 15 responden yang tidak siap menghadapi kehamilan, sebagian besar mengalami kejadian post partum blues. Hasil uji statistik *chi square* dengan tingkat kemaknaan  $= 0,05$ , ditemukan  $P=0,000 < =0,05$  maka  $H_0$  ditolak yaitu ada hubungan kesiapan kehamilan dengan kejadian *post partum blues*. **Simpulan :** ibu yang tidak siap hamil, mengalami *post partum blues*. **Saran :** pemberian informasi tentang post partum diberikan pada pasangan suami istri.

**Keyword :** kesiapan kehamilan, *postpartum blues*, ibu nifas

## PENDAHULUAN

Oemar Hamalik (2008) “kesiapan adalah tingkatan atau keadaan yang harus dicapai dalam proses perkembangan perorangan pada tingkatan pertumbuhan mental, fisik, sosial dan emosional”. Bobak (2005) menyatakan bahwa kesiapan menyambut kehamilan dicerminkan dalam kesiapan dan respon emosionalnya dalam menerima kehamilan. Seorang wanita memandang kehamilan sebagai suatu hasil alami hubungan perkawinan, baik yang diinginkan maupun tidak diinginkan, bergantung dengan keadaan. Sebagian wanita lain menerima kehamilan sebagai kehendak alam dan bahkan pada beberapa wanita termasuk banyak remaja, kehamilan merupakan akibat percobaan seksual tanpa menggunakan kontrasepsi dan menunjukkan bahwa kehamilan tanpa persiapan adalah masalah.

Pada trimester pertama ibu yang selalu menginginkan seorang bayi menyukai anak dan menanti menjadi seorang ibu, biasanya sangat termotivasi untuk menjadi orang tua. Hal ini akan mempengaruhi penerimaan ibu terhadap kehamilan dan akhirnya terhadap adaptasi prenatal dan adaptasi menjadi orang tua. Hingga pada trimester akhir keinginan semakin kuat untuk melihat hasil akhir kehamilannya dan segera menyelesaikannya, membuat ibu siap masuk ketahap persalinan. Perhatian ibu hamil biasanya mengarah pada keselamatan diri dan bayinya. Biasanya juga ditemukan respon psikososial perubahan mood, perasaan bercampur aduk, cemas meningkat sebagai adaptasi metabolis dan hormonal, efek perasaan dalam menghadapi pengalaman bersalin dan melahirkan (Bobak, 2005).

Pasca melahirkan dalam 24 jam, kadar estrogen dan hormon kelenjar gondok turun secara drastis. Gangguan keseimbangan hormonal ini menimbulkan depresi, dengan gejala-

gejala: sedih, malu, merasa berdosa, dan tidak berdaya, sering menangis, gelisah, sukar tidur, tidak bergairah, menyendiri, sukar berkonsentrasi, serta sakit kepala dan otot-otot. Kumpulan gejala-gejala diatas disebut post partum blues (Bana, 2008).

Di Indonesia masalah post partum blues kurang mendapat perhatian khusus, karena menganggap post partum blues syndrom hanya dialami orang para wanita di luar Indonesia. Serta masih kentalnya tradisi membantu kerabat yang baru melahirkan, semakin memperkuat keyakinan kalau wanita Indonesia ‘kebal’ terhadap post partum blues syndrome (Kartono, Kartini, 2007). Padahal hasil penelitian yang dilakukan di Jakarta oleh Irawati menunjukkan 25% dari 580 ibu yang menjadi respondennya mengalami sindroma ini. (Bana, 2008)

Secara global diperkirakan terdapat 20% wanita mengalami post partum blues, di Belanda kejadian post partum blues kurang lebih 2 - 10% (Anonym, 2008). Di Indonesia sekitar 30% sampai 80% wanita mengalami post partum blues yang ringan dan bersifat sementara (Anonym, 2008). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Maret-Mei 2012 terdapat 90 ibu melahirkan. Dari 10 ibu melahirkan didapatkan 7 ibu mengalami post partum blues.

Post partum blues muncul sekitar 3 hingga 5 hari setelah persalinan. Penyebabnya adalah perubahan kadar hormon yang terjadi dengan cepat dalam tubuh Ibu. Selain itu, ada rasa khawatir yang berlebihan pada diri Ibu terhadap kemampuannya mengurus dan merawat bayinya. Post partum blues yang ibu alami tergolong ringan, biasanya akan hilang dengan sendirinya (dalam hitungan hari atau minggu) (Anonym, 2009).

Bila post partum blues ini tidak ditangani dengan segera, dapat berkembang pada keadaan lanjut, yaitu depresi post partum dengan gejala cemas

berlebihan, konsentrasi terganggu, daya ingat menurun, terlalu mengawatirkan bayinya berlebihan, menangis tidak terkontrol, takut menjadi gila, dan merasa tidak berguna. Bila depresi post partum ini tidak segera ditangani, akan mengarah ke gangguan yang lebih serius yaitu psikosis post partum. Pada tahap ini wanita akan mengalami halusinasi dan berfikir yang membahayakan bayinya atau adanya keinginan untuk bunuh diri (Hamilton, 2007).

Kejadian tersebut di atas seharusnya bisa diatasi dengan antisipasi dari petugas kesehatan yaitu dengan cara memberikan informasi yang memadai tentang proses kehamilan dan persalinan, termasuk penyulit yang mungkin timbul dalam masa tersebut serta penanganannya hingga cara menghadapi masa post partum.

Dibutuhkan pendekatan menyeluruh kepada suami dan keluarga dalam penanganan ibu yang mengalami post partum blues. Pengobatan medis, konseling emosional, bantuan praktis dan pemahaman secara intelektual tentang pengalaman dan harapan mereka. Secara garis besar dapat dikatakan bahwa dibutuhkan penanganan ditingkat perilaku, emosional, intelektual sosial dan psikologis secara bersama-sama dengan melibatkan lingkungannya yaitu suami, keluarga dan teman dekat.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah analitik yang bersifat *cross sectional* dengan desain yang bertujuan untuk menghubungkan dua variabel yaitu kesiapan ibu dan kejadian *post partum blues* yang diukur dalam satu waktu. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu nifas (3-5 hari) yang dirawat di RSIA Prima Husada Sidoarjo dengan rata-rata sebanyak 30 orang per bulan. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 28 responden dan dipilih menggunakan *non probability* dengan tehnik *simple random sampling*, yaitu butuh

pengambilan sampel dengan kriteria tertentu seperti semua ibu melahirkan pada hari ke-3 sampai dengan hari ke-5. Kemudian peneliti menggunakan kuesioner tentang kesiapan kehamilan dan kejadian *post partum blues* pada ibu nifas sebagai instrumen penelitian. Analisis data di tabulasi dengan cara persentase serta dianalisis dengan uji statistik *chi square* dengan tingkat kemaknaan  $= 0,05$ . Apabila  $P \leq = 0,05$  maka  $H_0$  ditolak yaitu ada hubungan kesiapan kehamilan dengan kejadian *post partum blues*.

## HASIL

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi data umum responden (umur dan paritas) di RSIA Prima Husada Sidoarjo, Februari 2013

Umur (Th)	Frekuensi	Persentase(%)
< 20	7	25
20 – 35	14	50
> 35	7	25
Jumlah	28	100
Pekerjaan	frekuensi	Persentase(%)
Tidak bekerja	6	21,4
Bekerja	22	78,6
Jumlah	28	100
Paritas	Frekuensi	Persentase(%)
Primipara	11	39,3
Multipara	13	46,4
Grande multipara	4	14,3
Jumlah	28	100

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa data umum responden yaitu setengahnya (50%) berusia 20-35 tahun, hampir seluruhnya (78,6%) bekerja dan kurang dari setengahnya (46,4%) adalah ibu nifas multipara.

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden tentang kesiapan kehamilan pada ibu nifas di RSIA Prima Husada Sidoarjo, Februari 2013

Kesiapan kehamilan	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	14	50
Tidak	14	50
Jumlah	28	100

Berdasarkan tabel 5.2 menyatakan bahwa dari 28 responden, setengahnya (50%) mempunyai kesiapan kehamilan dan setengahnya lagi (50%) tidak mempunyai kesiapan kehamilan.

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden tentang kejadian post partum blues pada ibu nifas di RSIA Prima Husada Sidoarjo, Februari 2013

Kejadian Postpartum Blues	Frekuensi	Persentase (%)
Terjadi	15	53,6
Tidak terjadi	13	46,4
Jumlah	28	100

Berdasarkan tabel 5.3 menyatakan bahwa dari 28 responden, sebagian besar (53,6%) ibu nifas terjadi post partum blues.

Tabel 5.4 Tabulasi silang hubungan kesiapan kehamilan dengan kejadian post partum blues pada ibu nifas di RSIA Prima Husada Sidoarjo, Februari 2013

Kesiapan kehamilan	Kejadian Post partum blues				Jumlah	
	Terjadi		Tidak terjadi			
		%		%		%
Siap	6	40	7	53,8	13	10
Tidak siap	9	60	6	46,2	15	0
Jumlah	15	100	13	100	28	10
						0

Berdasarkan tabel 5.4 menyatakan bahwa

dari 28 responden, terdapat 15 responden yang tidak siap menghadapi kehamilan, sebagian besar mengalami kejadian post partum blues. Hasil uji statistik *chi square* ditemukan  $P=0,000 \leq \alpha=0,05$  maka  $H_0$  ditolak yaitu ada hubungan kesiapan kehamilan dengan kejadian *post partum blues*.

## PEMBAHASAN

### 1. Identifikasi Kesiapan Kehamilan pada Ibu Nifas

Dari tabel 5.2 menunjukkan bahwa setengahnya (50%) responden masing-masing mempunyai dan tidak mempunyai kesiapan kehamilan. Berdasarkan data kuesioner didapatkan sebagian besar responden menjawab setelah melahirkan saya tidak mampu melakukan perawatan anak walau dengan bantuan atau tanpa suami maupun keluarga. Walaupun pada awal kehamilan responden telah menganggap bahwa kehamilan adalah kejadian alami. Kurang dari separuh jumlah responden juga menerima perubahan yang terjadi pada tubuhnya baik saat hamil maupun setelah melahirkan. Jelas bahwa kesiapan kehamilan Hal tersebut dipengaruhi oleh usia fisik dan mental, serta pengalaman paritas ibu.

Kesiapan adalah keseluruhan kondisi yang membuatnya siap untuk memberi respon/jawaban di dalam cara tertentu terhadap suatu kecenderungan untuk memberi respon. Teori yang mendukung bahwa kesiapan kehamilan sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor (Hamalik, Oemar, 2008).) antara lain : kondisi fisik, mental dan emosional, kebutuhan - kebutuhan, motif dan tujuan, keterampilan, pengetahuan dan pengertian lain yang telah dipelajari. Kesiapan menyambut kehamilan dicerminkan dalam kesiapan dan respon emosionalnya dalam menerima kehamilan. Seorang wanita memandang kehamilan sebagai suatu hasil alami

hubungan perkawinan, baik yang diinginkan maupun tidak diinginkan, bergantung dengan keadaan. Sebagian wanita lain menerima kehamilan sebagai kehendak alam dan bahkan pada beberapa wanita termasuk banyak remaja, kehamilan merupakan akibat percobaan seksual tanpa menggunakan kontrasepsi. Awalnya mereka terkejut ketika tahu bahwa dirinya hamil, namun seiring waktu mereka akan menerima kehadiran seorang anak (Bobak, 2005).

## 2. Identifikasi Kejadian Post partum blues Pada Ibu Nifas

Berdasarkan tabel 5.3 menyatakan bahwa dari 28 responden, sebagian besar (53,6%) ibu nifas mengalami post partum blues. Demikian pula pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 28 responden setengah dari responden berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 14 responden (50,0%). Jika dilihat dari pekerjaan hampir seluruhnya bekerja (78,4%). Demikian pula hampir setengahnya sebanyak 13 responden (46,4%) berparitas multipara. Post partum blues adalah perasaan campur aduk mulai dari resah, gelisah, marah, hingga rasa tak berharga usai melahirkan (Anonym, 2008). Menurut Indriyani, Diyan (2014) bahwa post partum blues adalah perubahan suasana hati drastis yang dialami para ibu yang baru saja melahirkan. Definisi lain mengatakan post partum blues adalah perasaan sedih pada masa nifas, ibu yang menderita post partum blues menganggap anaknya rewel dan tidak seperti yang dikhayalkan yaitu anak yang lucu dan penurut. Pada umumnya ibu yang menderita post partum blues tidak dapat memberikan cintanya pada orang lain, walaupun orang itu anaknya sendiri (Dalyono, M, 2005).

## 3. Analisis Hubungan Kesiapan Kehamilan Dengan Kejadian Post Partum Blues

Berdasarkan tabel 5.6 menyatakan bahwa dari 28 responden, terdapat 15 responden yang tidak mempunyai kesiapan kehamilan, sebagian besar (60%) terjadi post partum blues. Hasil uji statistik *chi square* dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$  didapatkan  $P=0,000 \leq \alpha=0,05$  maka  $H_0$  ditolak yaitu ada hubungan kesiapan kehamilan dengan kejadian post partum blues.

Menurut Iskandar (2007) faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *post partum blues* antara lain: Hormonal, usia, paritas, fisik, pengalaman perkawinan dan persalinan (kesiapan kehamilan hingga persalinan), status perkawinan, sosial ekonomi, riwayat gangguan jiwa serta dukungan sosial.

Pada hasil penelitian didata umum didapatkan bahwa ada perbedaan antara teori dan kenyataan dalam hal ini pengalaman persalinan. Kurang dari separuh responden ibu nifas dengan anak lebih dari satu, mengalami post partum blues. Ada data yang tidak terkaji saat penelitian yang kemungkinan besar terjadi pada ibu nifas adalah kelelahan fisik dalam mengasuh anak lebih dari satu. Demikian pula factor lain yang memungkinkan berpengaruh terhadap hasil penelitian yaitu : Hormonal, status perkawinan, sosial ekonomi, riwayat gangguan jiwa serta dukungan sosial.

## SIMPULAN

### 1. Simpulan

Ibu nifas di RSIA Prima Husada Sidoarjo setengahnya mempunyai kesiapan kehamilan dan setengahnya tidak mempunyai kesiapan kehamilan.

- Ibu nifas di RSIA Prima Husada Sidoarjo sebagian besar mengalaminya kejadian post partum blues
- Ada hubungan kesiapan kehamilan dengan kejadian post partum Blues pada ibu nifas di RSIA Prima Husada

Sidoarjo.

2. Saran

a. Bagi Profesi

Dengan penelitian ini, tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat memberikan dukungan moral dan perhatian terhadap ibu *post partum* agar tidak terjadi *post partum blues*. Selain itu dukungan untuk beradaptasi dalam menjalani peran barunya sebagai ibu dan berbagi pengalaman tentang perawatan bayi serta memberikan *health education* yang mudah diterima. Perlunya meningkatkan pada ibu atau calon orang tua, dalam perawatan *antenatal care*, dengan memberikan penyuluhan terhadap calon ibu supaya bisa menerima dan memahami perubahan-perubahan yang terjadi setelah melahirkan.

b. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan bahan penelitian lebih lanjut sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu sumber pengetahuan dalam pembuatan karya tulis ilmiah.

c. Bagi Responden

Diharapkan bagi calon ibu untuk lebih mempersiapkan diri untuk menerima kelahiran sang buah hati. Informasi tentang masa kehamilan akan lebih berguna bagi calon ibu

**Daftar Pustaka**

Anonym (2008). *Post Partum Blues*.  
www.indocina.com artikel diakses

tanggal 19 April 2012.

Anonym (2009). *Gangguan Jiwa Pada Kehamilan*.www.sabda.org artikel diakses tanggal 17 April 2012.

Bobak (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta, EGC.

Bana (2009). *Post Partum Blues*.  
www.indocina.com artikel diakses tanggal 17 April 2012.

Chaplin, J P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pres.

Dalyono,M. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta

Hamalik, Oemar.(2008). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta : Sinar Grafika

Hamilton (2007). *Gangguan Jiwa Mengancam Bangsa*.  
www.henlia.com artikel diakses tanggal 19 April 2012.

Indriyani, Diyan. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Ar-Ruz Media.

Iskandar, S.S. (2007). *Post Partum Blues*.  
www.mitrakeluarga.com artikel diakses tanggal 20 April 2012.

Kartono, Kartini. (2007). *Psikologi Wanita Jilid 2 Mengenal Wanita Sebagai Ibu dan Nenek*. Bandung :Mandar Maju.