

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mengandung adalah kejadian kodrati untuk wanita yang dialami namun sebagian wanita memandang seperti kejadian istimewa yang benar-benar menerangkan kehidupan selanjutnya (Iskandar, 2007). Mengandung memiliki arti emosional yang besar bagi wanita karena wanita merasa mendapat kepercayaan untuk memiliki anak yang tidak semua wanita bisa mendapat kesempatan itu. Kehamilan pada wanita puncaknya adalah ketika wanita akan melahirkan, dimana saat kelahiran anak itu wanita akan merasa lega akhirnya waktu yang ditunggu datang juga.

Persalinan akan membawa perkembangan yang sangat penting untuk seorang wanita, selain perbedaan fisik juga terjadi perbedaan pada keadaan psikis. Perkembangan ini muncul pada ibu yang telah melahirkan seorang anak untuk pertama kalinya dengan keadaan utuh dan sehat di dunia yang biasa disebut dengan ibu primipara (Verney, 2006).

Seorang ibu akan menghadapi pergantian keadaan baik itu pergantian tugas dan meningkatnya tanggung jawab yang mesti dilakukan di dalam keluarganya pada kelahiran pertamanya. Diperlukan adanya adaptasi dalam mengalami tugas dan kegiatan baru sebagai seorang ibu terpenting pada awal minggu-minggu pertama sesudah ibu melahirkan anak. Ibu yang sukses dalam adaptasi dengan tugas dan kegiatan barunya akan antusias merawat bayinya,

namun sebagian ibu yang kurang sukses beradaptasi dengan baik akan mengalami pergantian perasaan (Dahro, 2012).

Kelahiran seorang anak dapat memicu beberapa emosi pada ibu. Emosi yang muncul tidak hanya kebahagiaan tetapi juga kecemasan dan paranoid. Ini biasa terjadi pada ibu yang habis melahirkan anak. Puncak kecemasan ini dapat terakumulasi menjadi depresi (Sarli, Ifayanti, 2018). Kecemasan yang dialami ibu setelah melahirkan ini dikatakan sebagai baby blues.

Baby blues termasuk fenomena sementara dan perubahan perasaan yang cepat, termasuk menangis, mudah emosi, kecemasan, susah tidur dan lesu, kurang nafsu makan dan pengalaman umum perasaan keteteran terutama yang berkaitan dengan memberikan perawatan bayi baru lahir (Pragna, Sorani, dkk, 2015)

Sekitar 50 sampai 80% wanita postpartum mengalami “blues” yang karena perubahan hormonal yang terjadi dalam 48 jam pertama setelah melahirkan (Pragna, Sorani, dkk, 2015). Secara global diperkirakan 20% wanita melahirkan mengalami postpartum blues. Diperkirakan pula 50-70% ibu melahirkan menunjukkan gejala-gejala awal kemunculan postpartum blues pada hari ketiga sampai dengan hari keenam setelah melahirkan, walau demikian gejala tersebut dapat hilang secara perlahan karena proses adaptasi yang baik serta dukungan keluarga yang cukup, sedangkan di Indonesia angka kejadian postpartum blues antara 50-70% (Hidayat, 2007). Semula diperkirakan angka kejadiannya di Indonesia rendah dibandingkan Negara-negara lain, hal ini disebabkan oleh budaya dan sifat orang Indonesia yang cenderung lebih sabar dan dapat menerima

apa yang dialaminya, baik itu peristiwa yang menyenangkan maupun yang menyedihkan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan di Rumah Bersalin An Nuur pada tanggal 11 April 2019 ada 3 ibu melahirkan. Di Rumah Bersalin An Nuur rata-rata sehari 2 kelahiran terjadi dan selama bulan Februari dan bulan Maret ada 3 Ibu yang melahirkan. Lebih jauh peneliti melakukan wawancara dengan 3 orang ibu yang melahirkan dan dari ketiganya menyatakan sempat merasakan kemurungan, kegelisahan, mudah marah, nafsu makan hilang, sulit tidur dan memiliki pikiran negatif pada suami. Hal itu menunjukkan bahwa ketiganya mengalami problem depresi saat melahirkan namun mereka tidak menyadari bahwa itu adalah depresi yang nampak pada diri mereka biasa-biasa saja. Tidak sedikit orang yang tahu bahwa yang dialaminya adalah gejala *baby blues*.

Bagi wanita yang baru saja melahirkan hari pertama bersama buah hatinya adalah situasi yang baru baginya. Oleh karena itu perlu dilakukan serangkaian penyesuaian bagi dirinya baik secara fisik maupun psikologis. Sebagian wanita bahkan ada yang beranggapan bahwa masa-masa setelah melahirkan adalah masa-masa sulit yang akan menyebabkan mereka mengalami tekanan emosional. Adanya gangguan psikologis pada wanita setelah melahirkan akan mengurangi kebahagiaan yang mereka rasakan dimana sedikit banyak akan mempengaruhi hubungan ibu dan anak kelak dikemudian hari (Yanita & Zamralita, 2001).

Metode penyesuaian diri yang benar serta dukungan dari keluarga yang mampu menghilangkan *bsby blues* secara perlahan. Namun *bsby blues* tersebut

dapat berubah secara perlahan karena proses penyesuaian diri yang baik serta dukungan dari keluarga yang cukup (Munawaroh, 2008). Dukungan keluarga menjadi hal yang penting bagi ibu yang mengalami *baby blues* bahkan juga akan lebih cepat sembuh terutama adalah dukungan dari suami. Suami dengan dukungan yang diberikannya akan membuat istri merasa di perhatikan sehingga selama menghadapi kondisinya yang sulit setelah melahirkan tidak merasa sendiri karena ada suami bersamanya untuk mendukungnya.

Dukungan suami menurut Will (Cohen & Syme, 1985) merupakan jalur utama perilaku mencari bantuan yang dilakukan individu ketika mengalami tekanan psikologis. Istri membutuhkan dukungan afeksi atau tindakan dari suami sebagai wujud tanggungjawab sebagai ayah dari anak yang dilahirkan. Kesiediaan suami memahami kebutuhan dukungan dan bantuan pada istri akan membantunya mengalami masa sulit dan unik dalam hidupnya pasca melahirkan.

Penelitian yang telah dilakukan Jeli (2015) menunjukkan 70% ibu yang melahirkan anak pertama atau primipara yang kurang memiliki dukungan sosial, baik dalam bentuk dukungan emosional, informasi, instrumental, penghargaan dari suami, keluarga, tetangga, maupun tenaga kesehatan akan mengalami post partum syndrome. Hal ini menunjukkan betapa penting-nya dukungan sosial yang diberikan kepada ibu yang melahirkan anak pertama untuk mengurangi dampak dari munculnya post partum syndrome.

Pengamatan yang peneliti lakukan pada ibu setelah melahirkan dan mengalami *postpartum blues* sangat membutuhkan sekali dukungan suami. Saat peneliti mengamati ketidakperdulian suami pada kondisi istri semakin

memperparah kondisi baby blues istri. Kebanyakan suami tidak memahami kemungkinan istri mengalami *baby blues* bahkan suami akan meladeni ketika istri uring-uringan tidak jelas yang membuat permasalahan menjadi besar dan mereka terus menerus bertengkar. Istri yang mengalami *baby blues* tentu tidak pernah paham akan kondisi yang dialaminya jadi jika suami juga tidak memahami, tidak perhatian dan tidak memberi dukungan tentu saja kondisi istri yang mengalami *baby blues* akan sulit sembuh. Hal itu tentu yang membuat bahwa dukungan suami sangat perlu bagi istri yang mengalami *baby blues* agar istri bisa mengatasi depresi dalam dirinya ketika merawat bayi pasca melahirkan.

Penelitian yang dilakukan Kurniasari (2015) yang berjudul “Hubungan antara Karakteristik Ibu, Kondisi Bayi dan Dukungan Sosial Suami dengan *Postpartum Blues* pada Ibu dengan persalinan sesar di Rumah Sakit Ahmad Yani Metro Tahun 2014”. Hasil penelitian menunjukkan faktor yang paling bermakna mempengaruhi dan memicu terjadinya *postpartum blues* adalah dukungan sosial suami yang berupa dukungan perhatian, komunikasi dan hubungan emosional yang intim yang merupakan faktor yang paling bermakna mempengaruhi dan memicu terjadinya *postpartum blues*.

Berdasarkan uraian diatas maka permasalahan dalam penelitian ini adalah “Bagaimana dukungan suami pada istri yang mengalami baby blues”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah “Untuk mengetahui dukungan emosional, instrumental, penghargaan dan instrumental suami pada istri yang mengalami *baby blues*”.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teoritis dalam memperkaya dan mengembangkan teori psikologi terutama dukungan sosial.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberi informasi pada ibu hamil akan kemungkinan yang terjadi pasca melahirkan.
- b. Memberi informasi pada suami untuk selalu memperhatikan kondisi istri pasca melahirkan.
- c. Memberi informasi suami untuk bisa memberikan dukungan sosial pada istri pasca melahirkan.