

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Objek Penelitian

1. Sejarah berdirinya Klinik Pratama Anugerah Demak

Klinik Pratama Anugerah Demak merupakan sebuah Klinik yang berdiri pada awal tahun 2000. Klinik ini didirikan oleh bidan Ari yuwono yang merasa bahwa di desa mranak ini sangat kurang sekali fasilitas kesehatan. Awalnya klinik ini hanya menangani proses persalinan dan imunisasi. Namun seiring berjalannya waktu Klinik ini menjadi Klinik dengan pelayanan Kesehatan yang cukup banyak mulai dari pelayanan kesehatan umum, gigi, laktasi imunisasi, dan persalinan.

Sampai saat ini Klinik Pratama Anugerah Demak sudah memiliki sekitar empat ruang bersalin dan kamar rawat inap. Dan saat ini sedang membangun tempat untuk kamar rawat inap sebanyak enam ruangan. Klinik ini terus melakukan perbaikan dari segi fasilitas dan pelayanan selama dua puluh tahun beroperasi. Dan melakukan kerjasama dengan berbagai dokter yang ada di daerah Demak untuk mengoptimalkan pelayanan Kesehatan.¹

2. Letak Geografis Klinik Pratama Anugerah Demak

Klinik Pratama Anugerah Demak terletak di Desa Mranak, RT 04 dan RW 02 Kecamatan Wonosalam Kabupaten Demak Provinsi Jawa Tengah. Berada di tengah Desa Mranak yang berbatasan dengan Desa Cabean dan Pasar Jebor. Klinik ini sangat mudah dituju saat melewati jalan Raya Demak Kudus. Di sebelah barat Berbatasan dengan Desa Cabean Sebelah timur berbatasan dengan Pasar Jebor, Desa Bolo, Bango. Sebelah utara berbatasan dengan jalan lingkaran Demak. Serta di sebelah selatan berbatasan dengan desa Cabean, Turi. Akses menuju lokasi Klinik sangat mudah bisa ditempuh menggunakan kendaraan roda dua dan empat.

¹ Bidan Ari Yuwono, wawancara oleh penulis, 15 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

Karena letak yang strategis dan mudah ditemui dekat dengan Masjid Baiturrahman Desa Mranak.²

3. Visi dan Misi Klinik Anugerah Demak

Visi

1. Memberikan Pelayanan kesehatan Primer dan Komitmen dalam pengabdian Kepada masyarakat berbasis keluarga.

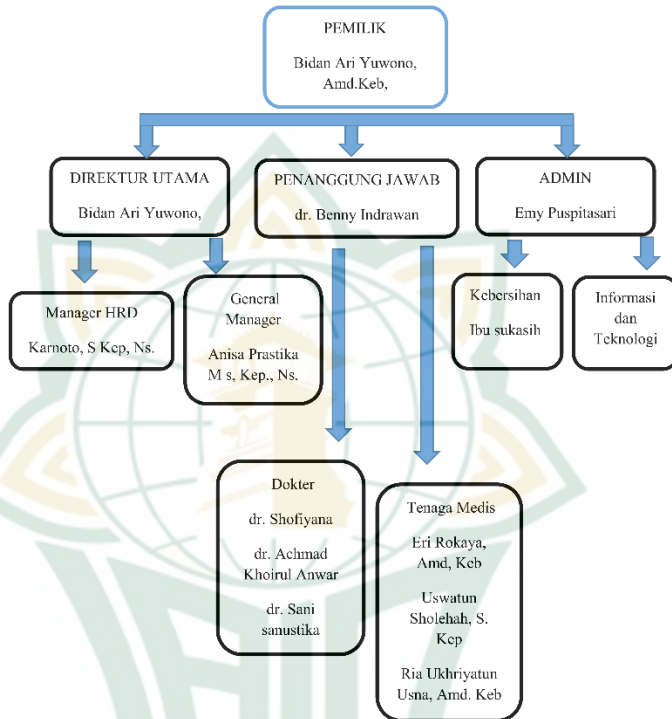
Misi

1. Menyediakan layanan Medik dasar Komprehensif di desa Mranak dan sekitarnya
2. Memberikan pelayanan kesehatan dengan pendekatan keluarga, bidan, dan perawat bagi keluarga.
3. Mengembangkan sistem kerjasama bagi pengguna layanan kesehatan dan BPJS.
4. Meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dengan tenaga profesi yang berpengalaman
5. Membangun Mutu layanan yang memuaskan.³

² Observasi oleh penulis, 15 Agustus, 2020.

³ Observasi oleh penulis, 18 Agustus, 2020

4. Struktur Organisasi Klinik Pratama Anugerah Demak



Gambar 4.1. Struktur Organisasi Klinik Pratama Anugerah Demak

5. Pelayanan Klinik Pratama Anugerah Demak

1. Pelayanan Persalinan 24 Jam
2. Praktek Dokter Gigi
3. Praktek Dokter Umum
4. Praktek Dokter Spesialis penyakit Dalam dan Saraf
5. Imunisasi
6. Konsultasi Gizi dan Laktasi
7. USG
8. Khitan
9. IGD
10. Konsultasi Kehamilan
11. Praktek Dokter Anak
12. Poli KIA

13. Pelayanan KB
14. Baby Spa dan Pijat Bayi
15. PAP Smear dan IVA

6. Fasilitas Klinik Pratama Anugerah Demak

1. Ruang pelayanan dan administrasi
2. Ruang Tunggu
3. Ruang Farmasi dan Racik Obat
4. Ruang Pemeriksaan dokter umum
5. Ruang Pemeriksaan dokter gigi
6. Ruang Bersalin 4 buah
7. Ruang IGD
8. Ruang USG
9. Ruang Imunisasi dan Spa Bayi
10. Ruang Rawat Inap 3 buah
11. Dapur
12. Area Parkir roda dua dan empat
13. Mobil Ambulans 1 buah

B. Temuan Data Penelitian

1. Suami memberikan bimbingan moral

Dalam wawancara dengan narasumber Ibu NH ia mengatakan bahwa ia menjalani proses persalinan hanya ditemani ibunya dan sebagian keluarga, suaminya tidak dapat pulang ke Demak dikarenakan masih harus bekerja di Kalimantan. Ibu NH sebenarnya merasakan iri dengan ibu lainnya yang ditemani suaminya saat persalinan. Tetapi sebelum dan sesudah persalinan suaminya selalu melakukna video call kepada ibu NH dan memberikan dukungan bahwa ibu NH bisa melewati proses persalinan dengan mudah dan lancar. Sedikit sedih karena tidak ditemani suami tetapi ia ikhlas karena suaminya mencari uang untuk kehidupannya dikampung.

Berikut ini penuturan dari Ibu NH:

“Sakjane ya aku ki sedih gak ana bojo mba, tapi lah piye masak aku meksa bojo ku kudu teko wong kondisi kayak ngene iki mba tapi ya kadag bojo ku vc mba.”

terjemahan

“Saya disini mah sama ibu saja mbak, soalnya ya gimana suami cari kerja buat biaya hidup jadi gak bisa pulang sudah gitu repot kalau pulang dimasa covid seperti ini kadang-kadang ya video call Tanya kabar gitu, walau sebenarnya perasaan saya sedih sih mba gak ditemani suami tapi ya mau bagaimana lagi”⁴

Berbeda dengan Ibu NH ibu Nanik wijayanti ditemani oleh suaminya Supriadi pada saat melahirkan anak pertamanya yaitu Muhammad Davin Maulida. Berdasarkan observasi terlihat ibu nanik lebih mudah untuk diajak komunikasi dan pembawaan yang sangat *welcome* saat diwawancara menurutnya, suaminya sudah sangat membantunya dalam mempersiapkan proses persalinan seperti membawakan barang yang dibutuhkan, baju dan segala keperluan lainnya.

Berikut ini penuturan dari Ibu Nanik Wijayanti:

“Saya sangat senang bisa ada suami mau bantu-bantu apalagi anak saya terlahir sehat dan ASI saya lancar”⁵

Pemberian dukungan moral juga sangat dirasakan oleh Ibu SI yang sudah mengalami keguguran dua kali sehingga saat ini Ibu SI sedang mengalami masa persalinan yang ketiga di mana ia merasa bahwa suaminya selalu kasih support kepada nya, kalau sudah tidak ada suaminya dia tidak tau nasibnya bagaimana. Ibu Sulastri mengalami keguguran sebanyak dua kali dikarenakan kandungannya yang meninggal di dalam perut sehingga harus diquret dan dibersihkan, ia dirawat selama hampir tiga hari setelah masa keguguran di RSI NU Demak. Untuk proses persalinan yang ketiga ini beliau mengatakan

⁴ Ibu NH, wawancara oleh penulis , 19 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

⁵ Ibu Nanik Wijayanti, wawancara oleh penulis , 20 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

bahwa merasa takut dan tidak percaya diri takut-takut keguguran lagi dan tidak bisa menimang anak.⁶

Berikut ini penuturan Ibu SI

“Suami dukung terus, aku terus diajak istigfar lan dungo sebelum lan sesudah persalinan, amargi anak ku cilik harus diinkubator dadi yo dungo terus ben anak ku selamet”

Terjemahan:

“Suami terus mendukung saya pada saat proses persalinan anak ketiga ini karena anak saya harus di incubator saya dan suami terus berdoa agar prosesnya lancar dan anak kami sehat”

2. Suami memberikan bimbingan material

Berikut ini data di lapangan mengenai peran suami dalam memberikan dukungan material. Dari beberapa narasumber ada dua hasil yang ditemukan. Yang pertama yaitu pengalaman Ibu Nanik Wijayanti di mana suaminya ikut membantunya untuk memenuhi kebutuhan persalinan walaupun. Hasil yang didapatkan hanya sedikit. Suaminya tetap berusaha sekuat tenaga untuk memenuhi kebutuhan persalinan. Selain itu juga suami dari Ibu Nanik Bapak Supriadi adalah suami yang siaga pada saat proses persalinan. Mau membantu mengurus semua kebutuhan yang diperlukan Ibu Nanik dan bayinya.

Berikut ini penuturan Ibu Nanik Wijayanti:

*“Walau begitu ya suami saya sudah susah payah mba kerja sana-sini selain urus jambu juga kadang buat makan bebek di slepan tah ngedos disawah tetapi ya rejekinya segitu mba disyukuri saja lah mba”.*⁷

Pemenuhan kebutuhan material juga dilakukan oleh suami dari Ibu NH, walaupun suami dari narasumber

⁶ Ibu SI, wawancara oleh penulis , 8 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

⁷ Ibu Nanik Wijayanti, wawancara oleh penulis, 20 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

pergi bekerja di Kalimantan tetapi suami dari Ibu NH tidak pernah lupa akan tanggung jawabnya yaitu memberikan nafkah bagi ibu NH dan keluarganya, serta selalu menanyakan kabar dan segala sesuatu yang dibutuhkan Ibu NH dan bayinya.⁸ Berdasarkan data penelitian yang didapatkan dapat disimpulkan bahwa pemenuhan kebutuhan material bagi istri pasca melahirkan merupakan bagian dari peran suami dalam memberikan dukungan untuk istri dalam mengatasi *syndrome baby blues*.

3. Suami Memberikan bantuan

Sebagai seorang Ayah kewajiban suami antara lain yaitu menjadi panutan bagi keluarganya yaitu istri dan anak-anaknya, namun juga tidak melupakan perannya antara lain yaitu memberikan nafkah bagi istri dan anak-anaknya, membantu istrinya mengurus dan mendidik anaknya serta menjaga anak dan istrinya. Saat seorang suami berperan menjadi ayah maka suami wajib melindungi anak-anak dan istrinya. Menjadi teladan bagi anak-anaknya. Ayah juga sebagai motivator untuk, mendorong anak-anaknya maju, memberikan pengajaran dan kedisiplinan, serta menjadi partner bagi seorang ibu dan sahabat bagi anak-anaknya.

Karena kehidupan rumah tangga merupakan kehidupan di mana seorang istri dan suami melakukan interaksi sosial dan berperan melakukan tanggung jawabnya masing-masing sebagai sebuah anggota keluarga. Suami memiliki peran sebagai kepala rumah tangga begitupula istri melakukan perannya sebagai seorang istri seperti menjaga rumah, memasak, dan mengurus anak serta lain sebagainya.

Kehidupan rumah tangga bukan hanya sekedar bertanggung jawab atas perannya masing-masing tetapi juga melakukan tolong menolong anatara satu dan lainnya. Data yang ditemukan di lapangan bahwa keadaan dan sikap suami berubah pasca istri mengalmi proses

⁸ Ibu NH, wawancara oleh penulis, 19 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

persalinan. Di mana sikap suami yang pada awal pernikahan terkesan tidak peduli kepada istri setelah proses persalinan suami mulai lebih perhatian dan mau berbagi tugas untuk membantu merawat anak dan membersihkan rumah.

Data dari narasumber Ibu Rahayu mengatakan bahwa dirinya merasa sangat terbantu dengan sikap suaminya pasca kelahiran anak pertamanya. Suaminya berubah jadi mau membantu membersihkan rumah, menjaga anaknya pada saat ia bekerja menjahit dan lebih bersikap baik serta perhatian.

Seperti pernyataan dari Ibu Rahayu Widiawati:

*“Terkadang suami juga bantu jaga anak kalau saya jahit dan dia libur dia ajak jalan-jalan keliling sawah tiap sore atau pagi mba anak saya. Saya udah seneng banget berubah dia dihati rasanya ya terkesan mba nyenegke lah mba”.*⁹

Meskipun seorang suami bekerja di luar rumah juga ikut membantu pekerjaan istri saat luang atau waktu libur. Seperti pernyataan Bapak Denni Ardianto yang merupakan istri dari Ibu Rahayu,

Saat hari libur Bapak Denni membantu merawat anaknya, dan mengajak anaknya bermain tetapi, pada saat malam hari anaknya terbangun Bapak Denni tidak ikut bangun dikarenakan juga lelah se usai bekerja.

*“Ya kalau libur mah tak bantu, tapi kalau sudah lelah malam kadang anak nangis tak biarkan mba sudah ngantuk, tapi nanti Rahayu bangun. Kalau jagain pas rahayu jahit atau masak pas luang mah sering mba,ajak main anak saya pas saya luang saya bantu terkadang ya kasihan juga mba masa saya enak-enakan, tidur orang buatnya bareng juga hahahaha”*¹⁰

⁹ Ibu Rahayu Widiawati , wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

¹⁰ Bapak Denni Ardianto, wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

Selain itu juga ada penuturan dari Ibu Puji Dyah Astutik yang hampir memiliki pengalaman yang sama dengan Ibu Rahayu dimana suaminya juga ikut membantu untuk merawat dan mengasuh anaknya.

Seperti pernyataan dari narasumber Ibu Puji Dyah:

“Suami saya lumayan mau bantu-bantu dari awal lahiran sampai sekarang mau bantuin gantian bangun malam untuk memberikan susu formula untuk fakhra (anak ibu puji dan suami), Kalau libur juga bantu-bantu bersih-bersih rumah dan jaga fakhra ya pokoknya saling berbagi tugas”¹¹



Gambar 4.2. Bapak Imron membantu menjaga anaknya (Pada saat hari libur Bapak IMron berbagi tugas untuk menjaga anaknya dan Ibu Puji memasak, terlihat digambar Bapak Imron menemani putrinya Fakhra walau sampai merem tertidur)

4. Suami memberikan bimbingan rohani Islam

Suami merupakan panutan bagi istri dan anak-anaknya hendaknya seorang suami membimbing istri dan

¹¹ Ibu Puji dyah Astutik, wawancara oleh penulis, 15 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

anak-anaknya menuju ke dalam kebaikan dan perbuatan baik. Peran suami pasca ibu melahirkan sebagai pembimbing yang utama adalah melakukan adzan di kanan dan kiri telinga bayi yang baru lahir. Selain itu juga panutan bagi istri. Seperti mendukung istri melakukan ibadah-ibadah wajib atau Sunnah. Antara lain mengaji, mendengarkan ayat suci Al-Quran, dan berdoa agar proses persalinan bisa berjalan lancar tanpa suatu halangan apapun. Setelah melahirkan juga ada pengalaman religius dari Bapak Rikul Ribut Prihantoro yang ini menamai anaknya, bertanya kepada guru ngajinya untuk memberikan nama Islam yang baik hingga akhirnya anak yang dilahirkan diberi nama Afza Muhamad Fauzi menyelipkan nama nabi Muhammad sebagai junjungan besar umat islam kemudian disisipkan fauzi dan afza yang artinya perhiasan yang sangat terpuji seperti akhlak dan kepribadian Nabi Muhammad Saw.

Serta berdoa agar anak yang dilahirkan dalam kondisi sehat dan selamat begitu pula pada ibu yang melahirkan agar diberi kesehatan dan keselamatan. Seperti pengalaman ibu puji dan suaminya imron ia mengatakan bahwa saat menjelang proses persalinan suaminya terus mengajaknya berdoa agar anak pertamanya dalam keadaan sehat dan normal.

Berikut ini penuturan dari narasumber Puji Dyah Astutik :

*“Alhamdulillah anak saya lahir normal saya terus berdoa supaya gak terjadi apa-apa begitu juga suami saya dia panik, bingung, cemas, karena baru anak pertama dan kita lahiran itu di demak tanpa ada saudara sama keluarga jadi pertama kali banget dan deg-deg’an, ya jadi pasrah aja sama Allah semoga selamat”.*¹²

5. Faktor yang mempengaruhi *Syndrom Baby Blues*

Faktor yang mempengaruhi seorang ibu terkena *syndrome baby blues* dan *depresi postpartum* sebenarnya

¹² Ibu Puji dyah Astutik, wawancara oleh penulis, 15 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

tidak disadari oleh ibu-ibu pasca melahirkan. Dari berbagai data yang ada di lapangan peneliti merasakan bahwa para ibu-ibu masih sangat awam sekali mengenai *Baby Blues* dan *Depresi Postpartum*. Tidak mengetahui apa itu *Syndrom Baby Blues* tetapi mengalaminya seperti layaknya orang tidak sadar merasakannya. Antara lain gejala yang dirasakan ibu-ibu pasca melahirkan di Klinik Pratama Anugerah Demak yaitu seperti merasa khawatir atau sedih saat bayi terlahir ke dunia dengan keadaan tidak normal, kurang sehat, berat badan ringan, atau bahkan normal hanya saja belum siap menjadi seorang ibu.

Antara lain factor yang mempengaruhi seorang ibu terkena *Syndrom Baby Blues* yaitu pikiran atau stres, usia kehamilan yang masih sangat muda, serta kurangnya dukungan suami. Kondisi fisik dan psikis ibu, persiapan menuju persalinan. Dan macam-macam Depresi Postpartum yang dialami antara lain sedih, bingung, khawatir, tidak mau menyusui anaknya, Marah terhadap suami, menyakiti diri sendiri dan tidak mau makan.

Berdasarkan hasil observasi dilapangan keadaan bayi yang cenderung tidak sehat saat proses persalinan serta riwayat seorang ibu yang mengalami keguguran akan lebih rentan terkena *Syndrom Baby Blues*. Seperti pengalaman ibu sulastri dimana beliau telah mengalami keguguran sebanyak dua kali yang mengakibatkan rasa tidak percaya dirinya sangat tinggi saat memiliki anak yang ketiga sehingga mempengaruhi kondisi fisik dan psikisnya dimana bayi yang dilahirkan berukuran kecil dan kekurangan nutrisi ditambah lagi dengan kondisi fisiknya yang lemah dan tidak mau makan mengakibatkan ASI nya tidak dapat keluar dan anaknya diberikan susu formula. Membuatnya semakin merasa tidak percaya diri mengurus anak sehingga beliau menjadi stress dan tidak mau berbicara bahkan sering menangis tanpa sebab. Beruntungnya bu sulastri memiliki suami pak emen yang mendukungnya dan memberikan motivasi agar tetap kuat menghadapi setiap masalah yang ada.¹³

¹³ Observasi oleh penulis, 8 Agustus , 2020

Berikut ini adalah penuturan mba erni mengenai faktor baby blues Syndrom *“Faktornya banyak mulai dari masalah internal samapai eksternal mba, biasanya masalah ekonomi, keluarga, dan kurangnya kesiapan mental ibu, ya maklum lah mba di desa usia hamil muda lebih tinggi dari pada di kota, jadi terkadang ada yang belum siap unuk menjadi ibu suka marah-marah sendiri sama perawatnya, ada juga yang tidak mau menyusui anaknya karena anaknya kurang sempurna dan kesiapan mentalnya belum ada jadi ya kami bantu support dan dukung dengan asuhan persalinan yang benar kami pantau memberikan ASI dan selalu mendekati bayi pada ibunya. Agar tujuannya ibunya lebih dekat ikatan batinnya dan mau menerima kondisi bayinya apa adanya. Pernah ada sebuah pengalaman dimana bayinya terlahir kurang sempurna mba, ya awalnya ibunya gak terima tapi beberapa hari kemudian malah ibunya sangat sayang dengan anaknya jadi ya hanya berlangsung beberapa hari saja gitu gejala nya setelah proses persalinan”*.¹⁴

Dukungan keluarga juga sangat mempengaruhi keadaan seorang ibu pasca melahirkan. Baik dukungan dari seorang suami yang merupakan bagian terdekat dari istri dan family lainnya. Ada salah satu contoh pengalaman pasca melahirkan yang cukup menyedihkan diungkapkan oleh Bidan Ari Yuwono ia mengatakan bahwa pernah menangani pasien yang mengalami Syndrom Bbay Blues cukup parah jangka waktu nya hampir lebih dari dua minggu.

Berikut ini pengalaman dari Bidan Ari Yuwono.

“Dulu banget saya pernah menangani pasien yang benar-benar sedih berat dan stress berat mba, jadi ya banyak ibu yang terkena Syndrom Baby Blues tetapi hanya saja yang paling

¹⁴Erni Rokhayati perawat Klinik, wawancara oleh penulis, 16 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

*ingat ya pengalaman ibu Nana, dia dulu itu jadi lahiran hanya ditemani ibunya sedangkan ayahnya itu sakit dan suaminya juga kerja di Surabaya. Jadi ya tidak ditemani suaminya. Nah pas saaat selesai persalinan ibu nana, ini kaget karena dengar kabar duka ayahnya terpeleset dari kamar mandi dan sempat dirawat tiga atau empat harian, awalnya dirawat disini tapi kemudian paginya dirujuk langsung ke rumah sakit umum daerah demak. Empat hari setelah itu ya ayahnya bu nana ini meninggal mba, lah mba nana ini kan baru lahiran jadi tidka diberitahu eh malah mba nana nya tau sendiri kaget kan langsung seperti orang stress tidak mau makan yang paling miris yaitu mba tidak mau menyusui anaknya dan merasa anaknya yang dilahirkan itu musibah jadi ya gak diurusi padahal bidan juga sudah berikan obat, mendekatkan bayi dengan ibunya juga tidak ada respon sama sekali, malahan anaknya mba, diumpat-umpat itu di situ saya sempat merasa sedih juga kok seperti ini pasien ini. Walau sulit tapi terus dibujuk terus untuk mau menyusui anaknya soalnya ASI mba nana ini juga lancar hanya saja dia kaget dengan berita kematian ayahnya shock jadi ya seperti itu. Selain mba nananya yang kita bujuk juga keluarga yang masih hidup diajak kerjasama seperti ibu dan suami dari mba nana agar terus memberikan dukungan dan suaminya bisa pulang untuk menemani mba nana ini”.*¹⁵

Pengalaman memilukan juga dirasakan ibu Ilysa pasca melahirkan anaknya yaitu andi. Ia mengatakan kondisinya sempat tidak stabil dan stress. Karena kurangnya dukungan dari suami.

Postpartum blues merupakan perwujudan dari fenomena psikologis yang dialami oleh seorang wanita pasca melahirkan atau wanita yang terpisah dari keluarga dan bayinya atau ketidakmampuan seorang ibu untuk

¹⁵ Bidan Ari Yuwono, wawancara oleh penulis, 16 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

menghadapi keadaan baru diman kehadiran anggota baru dalam pola asuhan bayi dan keluarga. Contohnya bayi dan juga keluarga. Kira-kira 80% dari semua pengalaman ibu-ibu postpartum selama waktu setelah persalinan, biasanya terjadi 3-5 hari postpartum, ketika mereka menangis tanpa tahu alasannya. Keadaan tersebut berlangsung bias setiap jam atau kadang-kadang setiap hari. Dapat diatasi dengan cinta, support dan hiburan.

Teori yang ada diatas sama seperti data-data yang didapat dilapangan antara lain seperti pengalaman ibu Ilysa yang ditinggalkan suaminya kemudian merasa stress dan sedih

“ Jadi dulu hamil anak pertama itu saya nikah siri sama bapaknya andi, ayahnya kerja di Jakarta lah saya di demak sini, persalinan disini karena kebetulan keluarga banyak yang orang sini. Saya kaget dan shock pas tau sehabis lahiran kok suami saya tidak menghubungi saya malah kesannya menjauh seperti itu. Eh malah dia hilang gak ada kabar ninggalin saya gitu aja sama anak saya disitu saya stress banget mba sampai-sampai saya tidak mau makan. Suka nangis teriak-teriak. Andi juga anak saya gak saya berikan ASI orang kondisi saya saat itu belum stabil jadi ya gimana ya yaudah deh andi diurusin sama mamah saya.

Pengalaman ibu Puji yang baru menjadi seorang ibu

“Awal selesai lahiran itu rasanaya sakit banget sep, sampai-sampai aku mbatin gak mau lahiran lagi, padahal aku lahirannya sesar karena bayi ku sungsang. Sedih juga sep aku awal-awal melahirkan tu ASI ku gak keluar ditambah lagi ada omomngan dari keluarga suami yang bilang aku gak becus jadi ibu lah semakin down, rasanya pingin nangis sendiri aja gitu.

Serta pengalaman Ibu Sulastri yang telah keguguran dua kali ia merasa tidak percaya diri dengan

persalinannya yang ketiga seperti ada rasa takut menjadi seorang ibu baru.

“Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “



Gambar 4.3 Ibu Sulastrri sempat takut memiliki anak karena pernah mengalami keguguran tetapi suaminya terus memberikan dukungan moral kepadanya sehingga membangun kepercayaan diri Ibu sulastrri merawat anak walaupun bayinya terlahir prematur.

Etiologi berbagai perubahan yang terjadi dalam tubuh wanita selama kehamilan dan perubahan cara hidupnya sesudah mempunyai bayi, perubahan hormonal, adanya perasaan kehilangan secara fisik sesudah melahirkan yang menjurus pada suatu perasaan sedih.

Pengalaman ibu puji dan ibu novi saat awal-awal memiliki buah hati. Berikut penuturan ibu puji:

“Awal selesai lahiran itu rasanaya sakit banget sep, sampai-sampai aku mbatin gak mau lahiran lagi, padahal aku lahirannya sesar karena bayi ku sungsang. Sedih juga sep aku awal-awal melahirkan tu ASI ku gak keluar ditambah lagi ada omomngan dari keluarga suami yang bilang aku gak becus jadi ibu lah semakin down, rasanya pingin nangis sendiri aja gitu. Penuturan ibu novi mengenai keadaannya saat awal-awal beradaptasi mengururs anaknya Arka saat sedang rewel. “Suka

gila sep, kalau anak nangis terus sudah dikasih minum, tidak buang air kecil atau besar tapi rewel aja bikin mumet rasanya. Nangis terus ditambah ngantuk kita kan ibu-ibu begadang tiap malam jaga anak itu rasanya stress banget kadang pingin marah bawaannya”.



Gambar 4.4. Melakukan wawancara dengan Ibu Puji Mengenai Gejala Syndrom Baby Blues dikediaman ibu Puji

Postpartum psikologis, gangguan kejiwaan yang diakibatkan oleh gangguan organik, pada umumnya dimiliki oleh ibu yang memiliki riwayat penyakit hipertensi, eklamsi, dan penyakit kejiwaan lainnya yang merupakan keturunan. Berdasarkan penelitian dilapangan yang ada belum ditemukan ibu hamil pasca persalinan yang memiliki riwayat penyakit-penyakit kejiwaan.

Beberapa faktor penyebab *postpartum blues*

- 1) Pengalaman dalam persalinan, kekecewaan dalam persalinan bisa menjadi factor predisposisi dimana ibu merasakan gangguan, teori ini sama dengan pengalaamn persalinan ibu Sulastri yang mengalami keguguran sudah dua kali dan membuatnya merasa tidak percaya diri.
- 2) Pembebasan setelah proses kelahiran, Ibu merasa bahwa saat ini dirinya sudah berperan sebagai

seorang ibu tidak lagi single harus mengurus anak dan kegiatan lainnya.

- 3) Ketidakmampuan dalam menerima bayi baru lahir dan menjadi orang tua. Persis sekali seperti pengalaman ibu Ilysa yang tidak mau mengurus anaknya karena kondisinya yang ditinggalkan oleh suaminya membuatnya down dan stress berat.
- 4) Perilaku bayi misalnya tangisan bayi, Pengalaman ibu Novi dan Ibu Rahayu yang harus mengurus anaknya sendiri saat suaminya bekerja terkadang merasakan lelah, capek, dan sedih bahkan ingin marah karena anaknya rewel.
- 5) Kesulitan dalam pertahanan diri ibu setelah persalinan, misalnya aktivitas merawat bayi baru lahir. Banyak ditemui pada ibu muda yang baru merasakan hamil dan memiliki anak pertama. Merasa repotharus mengurus anaknya sendirian dan beradaptasi mengenai perannya sebagai seorang ibu.
- 6) Konflik dengan perawat bidan dan kegiatan rutin RS. Ada hanya sebagian kecil ibu-ibu yang marah-marah kepada perawat seperti penuturan

Mba erni: *“ Ya gitu kadang ada yang tidak terima marah-marah karena cairan infusnya habis, karena ada sesuatu yang tidak sesuai namanyan ibu baru lahir mba ya jadi harus dimaklumi karena keadaan fisiknya yang lemah juga, Yang terpenting kita sebagai perawat memberikan asuhan perawtan persalinan yang baik dan benar”.*

Hal-hal yang disarankan pada ibu adalah sebagai berikut

1. Minta bantuan suami atau keluarga jika ibu ingin beristirahat, Seperti pernyataan ibu Puji yang jika lelah ia akan meminta bantuan suaminya untuk menjaga anaknya

“ Ya kalau capek banget begadang minta bantuan suami aku sep, Pusing soalnya kalau dipaksakan tetap bangun dan jaga anak”.

Beri tahu suami tentang apa yang dirasakan ibu, sebagian dari data yang ada dilapangan beberapa istri memang meminta bantuan suaminya tetapi terkadang suaminya enggan memberikan bantuan juga karena sama-sama lelah bekerja. Seperti penuturan Ibu Rahayu sebagai berikut :

“Suami saya mau bantu-bantu Alhamdulillah mba, walaupun dulu masyaallah susah sekali untuk menyentuh pekerjaan rumah masa bodoh rasanya dia mah, kerjanya main game saja tidak peduli walaupun istri ngapa-ngapain, terkadang sih kesal tapi ya alhamdulillah semenjak anak saya lahir mau dia bantu-bantu kalau saya capek ya ikut nyuci piring, goreng tempe atau masak mie sendiri. Terkadang juga bantu jaga anak kalau saya jahit dan dia libur dia ajak jalan-jalan keliling sawah tiap sore atau pagi mba anak saya. Saya udah seneng banget berubah dia dihati rasanya ya terkesan mba nyenegke lah mba”¹⁶

Meskipun seorang suami bekerja diluar rumah juga ikut membantu pekerjaan istri saat luang atau waktu libur. Seperti pernyataan Bapak Denni Ardianto yang merupakan istri dari Ibu Rahayu,

“Ya kalau libur mah tak bantu, tapi kalau sudah lelah malam kadang anak nangis tak biarkan mba sudah ngantuk, tapi nanti Rahayu bangun. Kalau jagain pas rahayu jahit atau masak pas luang mah sering mba,ajak main anak saya pas saya luang saya bantu terkadang ya kasihan juga mba masa saya enak-enakan, tidur orang buatnya bareng juga hahahaha”¹⁷

¹⁶ Ibu Rahayu Widiawati , wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

¹⁷ Bapak Denni Ardianto, wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

Buang rasa cemas dan khawatir tidak dapat merawat bayi teori ini sama seperti yang dirasakan oleh ibu Sulastrri. pengalaman Ibu Sulastrri yang telah keguguran dua kali ia merasa tidak percaya diri dengan persalinannya yang ketiga seperti ada rasa takut menjadi seorang ibu baru.

“ Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “

Dari beberapa data yang ada dilapangan gejala-gejala yang dialami oleh ibu pasca melahirkan antara lain seperti: Ibu Sulastrri yang sudah mengalami keguguran dua kali sehingga saat ini Ibu sulastrri sedang mengalami masa persalinan yang ketiga dimana ia merasa bahwa suaminya selalu kasih support kepada nya, kalau sudah tidak ada suaminya dia tidak tau nasibnya bagaimana. Ibu Sulastrri mengalami keguguran sebanyak dua kali dikarenakan kandungannya yang meninggal didalam perut sehingga harus diquret dan dibersihkan ia dirawat selama hampir tiga hari setelah masa keguguran di RSI NU Demak. Untuk proses persalinan yang ketiga ini beliau mengtakan bahwa merasa takut dan tidak percaya diri takut-takut keguguran lagi dan tidak bisa menimang anak.

Berikut penuturan narasumber

*“ Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “.*¹⁸

Selain itu penulis juga meminta keterangan dari suami ibu Sulastrri yaitu Bapak Emen beliau mengtakan bahwa istrinya sering nangis, pasca proses persalinan karena, anak kami harus di incubator dan kecil hanya beberapa jam sekali diberikan susu formula karena ASI istri saya

¹⁸ Ibu Sulastrri, wawancara oleh penulis , 8 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

dipompa juga tidak keluar disitu dia sering nangis sendiri.

Berikut penuturan Bapak Emen, *"Sempat tidak mau makan si lastri, tidak mau makan juga mba diam aja maunya tiap ditanya diam aja, tapi saya tetap bujuk dia agar mau makan dan support kalau nantinya anak kita bakal sembuh sehat pulang kerumah dalam keadaan sehat kita sekeluarga gitu mba, tapi ya tetap saja sedih dan Alhamdulillahnya dapat pertolongan dari Bu bidan juga akhirnya ASI nya mau keluar mba setelah sekitar semingguan di inkubasi anak saya juga bisa normal karena dapat pasokan ASI dari ibunya juga".*¹⁹

Selain itu juga penulis mendapatkan informasi tambahan dari tetangga Ibu Sulastri yaitu Ibu Novi yang sama-sama mengalami proses persalinan hanya saja lebih dahulu Ibu Novi, berdasarkan penuturan beliau Ibu Novi ia mengatakan bahwa dirinya merasa risih dengan Ibu Sulastri karena sering bertanya bagaimana rasanya, apa yang harus dilakukan, apakah mual nyeri pinggang dan lain sebagainya. Hanya saja pertanyaan yang ditanyakan ibu Sulastri ini berlebihan sekali dan hampir setiap hari serta sangat mengganggu ibu Novi.

"Iya dia sering Tanya-tanya seperti, kamu loh ngerasa bengkak gak sih nov pas akhir-akhir kehamilan, Aku loh nov mual-mual terus ih, nov kalau ada bercak tidak apa-apa, gitu deh pokoknya macam-macam sering dia tanyakan ya saya tau dia pernah keguguran dua kali dan trauma tapi ya, berlebihan sekali seperti orang kurang percaya diri punya anak lah, Tapi ya kadang

¹⁹ Bapak Emen, wawancara oleh penulis, 8 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

*saya kasihan juga sih makanya tak jawabin aja sebisa saya.*²⁰

Bukan hanya itu gejala-gejala lain seperti tidak percaya diri menjadi seorang ibu serta ditinggalkan oleh suami membuat seorang ibu pasca melahirkan menjadi sangat stress dan down. Seperti pengalaman Ibu Ilysa, Ibu Puji, Ibu Novi antara lain adalah sebagai berikut: Teori diatas sama seperti pengalaman ibu puji dan ibu novi saat awal-awal memiliki buah hati . Berikut penuturan ibu puji :

“Awal selesai lahiran itu rasanaya sakit banget sep, sampai-sampai aku mbatin gak mau lahiran lagi, padahal aku lahirannya sesar karena bayi ku sungsang. Sedih juga sep aku awal-awal melahirkan tu ASI ku gak keluar ditambah lagi ada omomngan dari keluarga suami yang bilang aku gak becus jadi ibu lah semakin down, rasanya pingin nangis sendiri aja gitu.

Penuturan ibu novi mengenai keadaannya saat awal-awal beradaptasi mengurus anaknya Arka saat sedang rewel.

“ Suka gila sep, kalau anak nangis terus sudah dikasih minum, tidak buang air kecil atau besar tapi rewel aja bikin mumet rasanya. Nangis terus ditambah ngantuk kita kan ibu-ibu begadang tiap malam jaga anak itu rasanya stress banget kadang pingin marah bawaannya”.

Pengalaman ibu Ilysa yang ditinggalkan suaminya kemudian merasa stress dan sedih

“Jadi dulu hamil anak pertama itu saya nikah siri sama bapaknya andi, ayahnya kerja di Jakarta lah saya di demak sini, persalinan disini karena kebetulan keluarga banyak yang orang sini. Saya kaget dan shock pas tau

²⁰ Ibu Novi, wawancara oleh penulis, 9 Agustus, 2020,wawancara 1, transkrip.

sehabis lahiran kok suami saya tidak menghubungi saya malah kesannya menjauh seperti itu. Eh malah dia hilang gak ada kabar ninggalin saya gitu aja sama anak saya disitu saya stress banget mba sampai-sampai saya tidak mau makan. Suka nangis teriak-teriak. Andi juga anak saya gak saya berikan ASI orang kondisi saya saat itu belum stabil jadi ya gimana ya yaudah deh andi diurusin sama mamah saya”.

Masalah Syndrom Baby Blues biasanya diderita oleh ibu hamil yang pada saat mengandung umurnya masih sangat muda seperti Ibu Sulastri yang mengalami keguguran dua kali dan merasa tidak percaya diri. Berbeda dengan ibu nanik yang hamil dalam kondisi sederhana.

Berikut penuturan narasumber Ibu Sulastri:

*“ Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “.*²¹

Selain itu penulis juga meminta keterangan dari suami ibu Sulastri yaitu Bapak Emen beliau mengatakan bahwa istrinya sering nangis, pasca proses persalinan karena, anak kami harus di incubator dan kecil hanya beberapa jam sekali diberikan susu formula karena ASI istri saya dipompa juga tidak keluar disitu dia sering nangis sendiri.

Berikut penuturan Bapak Emen, *”Sempat tidak mau makan si lastri, tidak mau makan juga mba diam aja maunya tiap ditanya diam aja, tapi saya tetap bujuk dia agar mau makan dan support kalau nantinya anak kita bakal sembuh sehat pulang kerumah dalam keadaan sehat kita sekeluarga gitu mba, tapi ya tetap saja sedih dan*

²¹ Ibu Sulastri, wawancara oleh penulis , 8 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

Alhamdulillahnya dapat pertolongan dari Bu bidan juga akhirnya ASI nya mau keluar mba setelah sekitar semingguan di inkubasi anak saya juga bisa normal karena dapat pasokan ASI dari ibunya juga”.

Seperti penuturan ibu Nanik awalnya Ia saat pernikahan hanya menjadi ibu rumah tangga biasa namun karena pendapatannya yang minim oleh sebab itu beliau membantu suaminya dengan berjualan skincare Batrisia untuk tambah-tambah biaya persalinan anak pertamanya Davin.

Dari data diatas didapatkan keterangan bahwa kedua narasumber tersebut memiliki masalah masing-masing. Ibu Sulastri merasa tidak percaya diri karena pengalaman dimasa lalunya yang membuatnya harus keguguran dua kali. Selain itu juga ia harus menerima kenyataan pahit kalau anaknya terlahir dengan bobot yang kecil dan harus di inkubasisemakin menambah rasa tidak percaya diri ibu Sulastri menjadi seorang ibu menyebabkan ia sedih, cemas, menyiksa diri tidak mau makan dan menjadi lebih pendiam pasca proses persalinan.

Berbeda dengan ibu nanik yang memiliki masalah ekonomi sebelum melahirkan sedikit membuatnya bingung dan memutar otak membantu suaminya berjualan skincare untuk memenuhi kebutuhan persalinan.

Cara untuk menanggulangi depresi berat antara lain yaitu dukungan dari keluarga serta lingkungan sekitar berupa support yang mampu untuk membantu dan tidak memberikan stigma-stigma negative pada ibu pasca melahirkan. Jika dirasa sudah parah dapat melaksanakan terapi psikologis dari psikiater. Serta melakukan kolaborasi dengan dokter untuk memberikan antidepresan (penggunaan anti depresan perlu diperhatikan penggunaannya bagi ibu hamil dan menyusui). Jangan meninggalkan ibu pasca melahirkan sendiri dirumah. Jika diperlukan laksanakan perawatan dirumah sakit. Dan sangat

tidak dianjurkan rawat gabung (*rooming in*) dengan bayinya pada penderita depresi berat. Berdasarkan data dilapangan sama seperti hal yang dialami oleh Ibu Sulastri dan Ibu Ilysa.

Berikut penuturan narasumber ibu Sulastri : “ *Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba* “. ²²

Selain itu penulis juga meminta keterangan dari suami ibu Sulastri yaitu Bapak Emen beliau mengatakan bahwa istrinya sering nangis, pasca proses persalinan karena, anak kami harus di incubator dan kecil hanya beberapa jam sekali diberikan susu formula karena ASI istri saya dipompa juga tidak keluar disitu dia sering nangis sendiri.

Berikut penuturan Bapak Emen, “*Sempat tidak mau makan si lastri, tidak mau makan juga mba diam aja maunya tiap ditanya diam aja, tapi saya tetap bujuk dia agar mau makan dan support kalau nantinya anak kita bakal sembuh sehat pulang kerumah dalam keadaan sehat kita sekeluarga gitu mba, tapi ya tetap saja sedih dan Alhamdulillahnya dapat pertolongan dari Bu bidan juga akhirnya ASI nya mau keluar mba setelah sekitar seminggu di inkubasi anak saya juga bisa normal karena dapat pasokan ASI dari ibunya juga*” .²³

Dan pengalaman Ibu Ilysa pasca melahirkan yang ditinggalkan suaminya kemudian merasa stress dan sedih “*Jadi dulu hamil anak pertama itu saya nikah siri sama bapaknya andi, ayahnya kerja di Jakarta lah saya di demak sini, persalinan disini karena*

²² Ibu Sulastri, wawancara oleh penulis , 8 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

²³ Bapak Emen, wawancara oleh penulis, 8 Agustus, 2020,wawancara 1, transkrip.

kebetulan keluarga banyak yang orang sini. Saya kaget dan shock pas tau sehabis lahiran kok suami saya tidak menghubungi saya malah kesannya menjauh seperti itu. Eh malah dia hilang gak ada kabar ninggalin saya gitu aja sama anak saya disitu saya stress banget mba sampai-sampai saya tidak mau makan. Suka nangis teriak-teriak. Andi juga anak saya gak saya berikan ASI orang kondisi saya saat itu belum stabil jadi ya gimana ya yaudah deh andi diurusin sama mamah saya”.

Dari kasus pengalaman ibu Sulastri dapat ditarik kesimpulan bahwa ibu sulastrri tidak percaya diri terhadap dirinya saat sudah menjadi seorang ibu. Sehingga rasa takut muncul didalam benaknya menjadi seorang ibu. Sedangkan gejala-gejala depresi post partum sangat terlihat jelas pada kasus ibu Ilysa dimana ia mengalami berbagai macam gejala yang sangat banyak antara lain yaitu gangguan emosi, sedih, menangis, suka berteriak sendiri serta tidak peduli pada kondisi anaknya.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Suami memberikan bimbingan moral

Pasca melahirkan biasanya seorang istri mengalami berbagai mood yang berbeda-beda. Seperti keadaan cemas, lelah, lesu, kurang bersemangat untuk makan dan *mood* yang berubah-ubah. Idealnya dukungan seorang suami bagi istri sangat mampu menyembuhkan sakit baik fisik dan psikis pasca melahirkan. Tetapi kenyataannya dilapangan proses dukungan yang diberikan seorang suami kepada istri sangat minim bahkan kurang dan belum disadari oleh masyarakat yang ada di Demak khususnya di desa mranak dan sekitarnya.

Umumnya suami hanya memberikan dukungan material berupa persiapan-persiapan yang dibutuhkan saat mengalami proses persalinan. Suami hanya sibuk bekerja dan mengumpulkan uang untuk kehidupan bayi dan ibunya tetapi tidak memberikan dukungan moral. Berdasarkan data di lapangan suami memberikan

dukungan moral berupa selalu ada di sisi istri pada saat mengalami proses persalinan, mendukung serta memberikan apa yang dibutuhkan oleh istri selesai persalinan seperti menemani proses persalinan dan berdoa agar bayi yang dilahirkan sehat dan normal begitu juga dengan ibunya selamat dalam proses persalinan.

Dalam wawancara dengan narasumber Ibu NH ia mengatakan bahwa ia menjalani proses persalinan hanya ditemani ibunya dan sebagian keluarga, suaminya tidak dapat pulang ke Demak dikarenakan masih harus bekerja di Kalimantan. Ibu NH sebenarnya merasakan iri dengan ibu lainnya yang ditemani suaminya saat persalinan. Tetapi sebelum dan sesudah persalinan suaminya selalu melakukan video call kepada ibu NH dan memberikan dukungan bahwa ibu NH bisa melewati proses persalinan dengan mudah dan lancar. Sedikit sedih karena tidak ditemani suami tetapi ia ikhlas karena suaminya mencari uang untuk kehidupannya dikampung.

Berikut ini penuturan dari Ibu NH:

“Sakjane ya aku ki sedih gak ana bojo mba, tapi lah piye masak aku meksa bojo ku kudu teko wong kondisi kayak ngene iki mba tapi ya kadag bojo ku vc mba.”
 terjemahan

“Saya disini mah sama ibu saja mbak, soalnya ya gimana suami cari kerja buat biaya hidup jadi gak bisa pulang sudah gitu repot kalau pulang dimasa covid seperti ini kadang-kadang ya video call Tanya kabar gitu, walau sebenarnya perasaan saya sedih sih mba gak ditemani suami tapi ya mau bagaimana lagi”²⁴

Berbeda dengan Ibu NH ibu Nanik wijayanti ditemani oleh suaminya Supriadi pada saat melahirkan anak pertamanya yaitu Muhammad Davin Maulida. Berdasarkan observasi terlihat ibu nanik lebih mudah untuk diajak komunikasi dan pembawaan yang sangat

²⁴ Ibu NH, wawancara oleh penulis , 19 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

welcome saat diwawancara menurutnya, suaminya sudah sangat membantunya dalam mempersiapkan proses persalinan seperti membawakan barang yang dibutuhkan, baju dan segala keperluan lainnya.

Berikut ini penuturan dari Ibu Nanik Wijayanti:

“Saya sangat senang bisa ada suami mau bantu-bantu apalagi anak saya terlahir sehat dan ASI saya lancar”.²⁵

Pemberian dukungan moral juga sangat dirasakan oleh Ibu SI yang sudah mengalami keguguran dua kali sehingga saat ini Ibu SI sedang mengalami masa persalinan yang ketiga di mana ia merasa bahwa suaminya selalu kasih support kepada nya, kalau sudah tidak ada suaminya dia tidak tau nasibnya bagaimana. Ibu Sulastri mengalami keguguran sebanyak dua kali dikarenakan kandungannya yang meninggal di dalam perut sehingga harus diquret dan dibersihkan ia dirawat selama hampir tiga hari setelah masa keguguran di RSI NU Demak. Untuk proses persalinan yang ketiga ini beliau mengatakan bahwa merasa takut dan tidak percaya diri takut-takut keguguran lagi dan tidak bisa menimang anak.²⁶

Berdasarkan data yang ada di lapangan dapat dianalisis bahwa suami sangat berperan penting dalam mengurangi Syndrom Baby Blues pada ibu pasca melahirkan. Diantaranya adalah suami memberikan dukungan moral berupa menjalin komunikasi yang baik dengan istri seperti yang dilakukan oleh suami dari Ibu NH. Begitu juga dengan suami dari Ibu Nanik Wijayanti suaminya menyiapkan segala hal yang dibutuhkan bayi dan ibu pasca melahirkan. Dan yang terakhir adalah suami dari Ibu SI, suami dari narasumber selalu menemani istrinya dan mendukung istrinya walaupun telah mengalami keguguran dua kali.

²⁵ Ibu Nanik Wijayanti, wawancara oleh penulis , 20 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

²⁶ Ibu SI, wawancara oleh penulis , 8 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

Data-data yang ada di lapangan sesuai dengan teori Kebutuhan psikologis ibu selama persalinan menurut Lesser dan Kenne meliputi:

- 1) Kehadiran seorang pendamping secara terus-menerus.
- 2) Penerimaan atas sikap dan perilakunya.
- 3) Informasi dan kepastian tentang hasil persalinan aman

Dukungan psikologis yang baik dapat mengurangi kecemasan pada ibu pasca melahirkan dengan membuatnya merasa aman dan nyaman. Hal ini dapat dilakukan dengan membantu ibu untuk berpartisipasi dalam proses persalinannya dengan tetap melakukan komunikasi yang baik, memenuhi harapan ibu akan hasil akhir persalinan, membantu ibu untuk menghemat tenaga dan mengendalikan rasa, nyeri, serta mempersiapkan tempat persalinan yang mendukung dengan memperhatikan privasi ibu. Secara terperinci, dukungan psikologis pada ibu bersalin dapat diberikan dengan memberikan sugesti positif, mengalihkan perhatian terhadap rasa sakit dan ketidaknyamanan selama persalinan, dan membangun kepercayaan dengan komunikasi yang efektif.²⁷

Dukungan suami pada istri juga merupakan *Emotional support*, yang meliputi pemberian curahan kasih sayang, perhatian, dan kepedulian sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh House pada tahun 1981 mengenai dukungan sosial.

2. Suami memberikan bimbingan material

Dukungan material juga sangat dibutuhkan oleh seorang istri. Dukungan material di sini berupa materi yang harus dan akan disiapkan untuk menyambut kedatangan anak dalam sebuah keluarga. Dukungan material berupa persiapan biaya menyambut persalinan bagi seorang bayi, perlengkapan bayi, popok susu, makanan pendamping ASI dan lain sebagainya. Selain itu pun orang tua membutuhkan biaya pendidikan, makan

²⁷ Yuni Fitriani dan Widy Nurwiandani, *Asuhan Persalinan Konsep Persalinan Secara Komprehensif Dalam Asuhan Kebidanan*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2018) 47.

dan biaya kehidupan lainnya, yang harus dipersiapkan, saat seorang anak mulai beranjak dewasa.

Berikut ini data di lapangan mengenai peran suami dalam memberikan dukungan material. Dari beberapa narasumber ada dua hasil yang ditemukan. Yang pertama yaitu pengalaman Ibu Nanik Wijayanti di mana suaminya ikut membantunya untuk memenuhi kebutuhan persalinan walaupun. Hasil yang didapatkan hanya sedikit. Suaminya tetap berusaha sekuat tenaga untuk memenuhi kebutuhan persalinan. Selain itu juga suami dari Ibu Nanik Bapak Supriadi adalah suami yang siaga pada saat proses persalinan. Mau membantu mnegurusi semua kebutuhan yang diperlukan Ibu Nanik dan bayinya.

Berikut ini penuturan Ibu Nanik Wijayanti:

*“Walau begitu ya suami saya sudah susah payah mba kerja sana-sini selain urus jambu juga kadang buat makan bebek di slepan tah ngedos disawah tetapi ya rejekinya segitu mba disyukuri saja lah mba”.*²⁸

Pemenuhan kebutuhan material juga dilakukan oleh suami dari Ibu NH, walaupun suami dari narasumber pergi bekerja di Kalimantan tetapi suami dari Ibu NH tidak pernah lupa akan tanggung jawabnya yaitu memberikan nafkah bagi ibu NH dan keluarganya, serta selalu menanyakan kabar dan segala sesuatu yang dibutuhkan Ibu NH dan bayinya.²⁹ Berdasarkan data penelitian yang didapatkan dapat disimpulkan bahwa pemenuhan kebutuhan material bagi istri pasca melahirkan merupakan bagian dari

Dukungan sosial dapat diartikan sebagai "pemberian bantuan atau pertolongan terhadap seseorang yang mengalami stres dari orang lain yang memiliki hubungan dekat (saudara atau teman)." Pengertian lainnya dikemukakan oleh *Rietschlin* bahwa dukungan sosial

²⁸ Ibu Nanik Wijayanti, wawancara oleh penulis, 20 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

²⁹ Ibu NH, wawancara oleh penulis, 19 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

merupakan "pemberian informasi dari orang lain yang dicintai atau mempunyai kepedulian, dan memiliki jaringan komunikasi atau kedekatan hubungan, seperti orang tua, suami/istri, teman dan orang-orang yang aktif dalam lembaga keagamaan."

House mengemukakan pada tahun 1981 bahwa dukungan sosial diantaranya berfungsi sebagai *Instrumental support*, yang meliputi bantuan material, seperti memberikan tempat tinggal, meminjamkan uang, dan menemani berkunjung ke biro layanan sosial atau konseling. Menyiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan baik Ibu dan bayi.³⁰

3. Suami Memberikan bantuan

Sebagai seorang Ayah kewajiban suami antara lain yaitu menjadi panutan bagi keluarganya yaitu istri dan anak-anaknya, namun juga tidak melupakan perannya antara lain yaitu memberikan nafkah bagi istri dan anak-anaknya, membantu istrinya mengurus dan mendidik anaknya serta menjaga anak dan istrinya. Saat seorang suami berperan menjadi ayah maka suami wajib melindungi anak-anak dan istrinya. Menjadi teladan bagi anak-anaknya. Ayah juga sebagai motivator untuk, mendorong anak-anaknya maju, memberikan pengajaran dan kedisiplinan, serta menjadi partner bagi seorang ibu dan sahabat bagi anak-anaknya.

Karena kehidupan rumah tangga merupakan kehidupan di mana seorang istri dan suami melakukan interaksi sosial dan berperan melakukan tanggung jawabnya masing-masing sebagai sebuah anggota keluarga. Suami memiliki peran sebagai kepala rumah tangga begitupula istri melakukan perannya sebagai seorang istri seperti menjaga rumah, memasak, dan mengurus anak serta lain sebagainya.

³⁰ Susanti Prasetya Ningrum, "Faktor-faktor Psikologis yang Mempengaruhi Postpartum Blues" *Jurnal Ilmiah Psikologi*, no.2 (2017): 209, diakses pada 30 April, 2020, <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/download/1589/1363>

Kehidupan rumah tangga bukan hanya sekedar bertanggung jawab atas perannya masing-masing tetapi juga melakukan tolong menolong anatara satu dan lainnya. Data yang ditemukan di lapangan bahwa keadaan dan sikap suami berubah pasca istri mengalmi proses persalinan. Di mana sikap suami yang pada awal pernikahan terkesan tidak peduli kepada istri setelah proses persalinan suami mulai lebih perhatian dan mau berbagi tugas untuk membantu merawat anak dan membersihkan rumah.

Data dari narasumber Ibu Rahayu mengatkan bahwa dirinya merasa sangat terbantu dengan sikap suaminya pasca kelahiran anak pertamanya. Suaminya berubah jadi mau membantu membersihkan rumah, menjaga anaknya pada saat ia bekerja menjahit dan lebih bersikap baik serta perhatian.

Seperti pernyataan dari Ibu Rahayu Widiawati:

*“Terkadang suami juga bantu jaga anak kalau saya jahit dan dia libur dia ajak jalan-jalan keliling sawah tiap sore atau pagi mba anak saya. Saya udah seneng banget berubah dia dihati rasanya ya terkesan mba nyenegke lah mba”.*³¹

Meskipun seorang suami bekerja di luar rumah juga ikut membantu pekerjaan istri saat luang atau waktu libur. Seperti pernyataan Bapak Denni Ardianto yang merupakan istri dari Ibu Rahayu,

Saat hari libur Bapak Denni membantu merawat anaknya, dan mengajak anaknya bermain tetapi, pada saat malam hari anaknya terbangun Bapak Denni tidak ikut bangun dikarenakan juga lelah se usai bekerja.

“Ya kalau libur mah tak bantu, tapi kalau sudah lelah malam kadang anak nangis tak biarkan mba sudah ngantuk, tapi nanti Rahayu bangun. Kalau jagain pas rahayu jahit atau masak pas luang mah sering mba,ajak main anak saya pas

³¹ Ibu Rahayu Widiawati , wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

saya luang saya bantu terkadang ya kasihan juga mba masa saya enak-enakan, tidur orang buatnya bareng juga hahahaha”³²

Selain itu juga ada penuturan dari Ibu Puji Dyah Astutik yang hampir memiliki pengalaman yang sama dengan Ibu Rahayu dimana suaminya juga ikut membantu untuk merawat dan mengasuh anaknya.

Seperti pernyataan dari narasumber Ibu Puji Dyah: *“Suami saya lumayan mau bantu-bantu dari awal lahiran sampai sekarang mau bantuin gantian bangun malam untuk memberikan susu formula untuk fakhra (anak ibu puji dan suami), Kalau libur juga bantu-bantu bersih-bersih rumah dan jaga fakhra ya pokoknya saling berbagi tugas*”³³

Didapatkan analisis dukungan sosial dari teori *House* pada tahun 1981 bahwa dukungan sosial suami juga dapat berupa *Appraisal support*, yang meliputi bantuan orang lain untuk menilai dan mengembangkan kesadaran akan masalah yang dihadapi, termasuk usaha-usaha untuk mengklarifikasi hakikat masalah tersebut, dan memberikan umpan balik tentang hikmah di balik masalah tersebut. Serta membantu menyelesaikan masalah yang ada. Masalah disini dapat diartikan sebagai memecahkan masalah merawat bayi secara bersama-sama antara suami dan istri saling berbagi tugas dan membantu satu-sama lainnya.

4. Suami memberikan bimbingan rohani Islam

Suami merupakan panutan bagi istri dan anak-anaknya hendaknya seorang suami membimbing istri dan anak-anaknya menuju ke dalam kebaikan dan perbuatan baik. Peran suami pasca ibu melahirkan sebagai

³² Bapak Denni Ardianto, wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

³³ Ibu Puji dyah Astutik, wawancara oleh penulis, 15 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

pembimbing yang utama adalah melakukan adzan di kanan dan kiri telinga bayi yang baru lahir. Selain itu juga panutan bagi istri. Seperti mendukung istri melakukan ibadah-ibadah wajib atau Sunnah. Antara lain mengaji, mendengarkan ayat suci Al-Quran, dan berdoa agar proses persalinan bisa berjalan lancar tanpa suatu halangan apapun. Setelah melahirkan juga ada pengalaman religius dari Bapak Rikul Ribut Prihantoro yang ini menamai anaknya, bertanya kepada guru ngajinya untuk memberikan nama Islam yang baik hingga akhirnya anak yang dilahirkan diberi nama Afza Muhamad Fauzi menyelipkan nama nabi Muhammad sebagai junjungan besar umat islam kemudian disisipkan fauzi dan afza yang artinya perhiasan yang sangat terpuji seperti akhlak dan kepribadian Nabi Muhammad Saw.

Serta berdoa agar anak yang dilahirkan dalam kondisi sehat dan selamat begitu pula pada ibu yang melahirkan agar diberi kesehatan dan keselamatan. Seperti pengalaman ibu puji dan suaminya imron ia mengatakan bahwa saat menjelang proses persalinan suaminya terus mengajaknya berdoa agar anak pertamanya dalam keadaan sehat dan normal.

Berikut ini penuturan dari narasumber Puji Dyah Astutik:

*“ Alhamdulillah anak saya lahir normal saya terus berdoa supaya gak terjadi apa-apa begitu juga suami saya dia panik, bingung, cemas, karena baru anak pertama dan kita lahiran itu di demak tanpa ada saudara sama keluarga jadi pertama kali banget dan deg-deg’an, ya jadi pasrah aja sama Allah semoga selamat”.*³⁴

Dapat dianalisis bahwa peran suami memberikan dukungan dan memotivasi istri untuk selalu berdoa pasca melahirkan merupakan bagian dari dukungan sosial yaitu: Informational Support, yang meliputi nasihat dan diskusi tentang bagaimana mengatasi atau memecahkan masalah.

³⁴ Ibu Puji dyah Astutik, wawancara oleh penulis, 15 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

Serta berdoa dan memotivasi istri untuk tetap tenang dalam menghadapi proses persalinan agar nantinya anak yang dilahirkan dalam kondisi sehat dan selamat begitupula ibu yang melahirkan dalam kondisi sehat dan selamat.

5. Faktor yang mempengaruhi *Syndrom Baby Blues*

Faktor yang mempengaruhi seorang ibu terkena *syndrome baby blues* dan *depresi postpartum* sebenarnya tidak disadari oleh ibu-ibu pasca melahirkan. Dari berbagai data yang ada di lapangan peneliti merasakan bahwa para ibu-ibu masih sangat awam sekali mengenai *Baby Blues* dan *Depresi Postpartum*. Tidak mengetahui apa itu *Syndrom Baby Blues* tetapi mengalaminya seperti layaknya orang tidak sadar merasakannya. Antara lain gejala yang dirasakan ibu-ibu pasca melahirkan di Klinik Pratama Anugerah Demak yaitu seperti merasa khawatir atau sedih saat bayi terlahir ke dunia dengan keadaan tidak normal, kurang sehat, berat badan ringan, atau bahkan normal hanya saja belum siap menjadi seorang ibu.

Antara lain factor yang mempengaruhi seorang ibu terkena *Syndrom Baby Blues* yaitu pikiran atau stres, usia kehamilan yang masih sangat muda, serta kurangnya dukungan suami. Kondisi fisik dan psikis ibu, persiapan menuju persalinan. Dan macam-macam Depresi Postpartum yang dialami antara lain sedih, bingung, khawatir, tidak mau menyusui anaknya, Marah terhadap suami, menyakiti diri sendiri dan tidak mau makan.

Berdasarkan hasil observasi dilapangan keadaan bayi yang cenderung tidak sehat saat proses persalinan serta riwayat seorang ibu yang mengalami keguguran akan lebih rentan terkena *Syndrom Baby Blues*. Seperti pengalaman ibu sulastri dimana beliau telah mengalami keguguran sebanyak dua kali yang mengakibatkan rasa tidak percaya dirinya sangat tinggi saat memiliki anak yang ketiga sehingga mempengaruhi kondisi fisik dan psikisnya dimana bayi yang dilahirkan berukuran kecil dan kekurangan nutrisi ditambah lagi dengan kondisi fisiknya yang lemah dan tidak mau makan mengakibatkan ASI nya tidak dapat keluar dan anaknya diberikan susu

formula. Membuatnya semakin merasa tidak percaya diri mengurus anak sehingga beliau menjadi stress dan tidak mau berbicara bahkan sering menangis tanpa sebab. Beruntungnya bu sulastri memiliki suami pak emen yang mendukungnya dan memberikan motivasi agar tetap kuat menghadapi setiap masalah yang ada.³⁵

Berikut ini adalah penuturan mba erni mengenai faktor baby blues Syndrom:

*“ Faktornya banyak mulai dari masalah internal samapai eksternal mba, biasanya masalah ekonomi, keluarga, dan kurangnya kesiapan mental ibu, ya maklum lah mba di desa usia hamil muda lebih tinggi dari pada di kota, jadi terkadang ada yang belum siap untk menjadi ibu suka marah-marah sendiri sama perawatnya, ada juga yang tidak mau menyusui anaknya karena anaknya kurang sempurna dan kesiapan mentalnya belum ada jadi ya kami bantu support dan dukung dengan asuhan persalinan yang benar kami pantau memberikan ASI dan selalu mendekatkan bayi pada ibunya. Agar tujuannya ibunya lebih dekat ikatan batinnya dan mau menerima kondisi bayinya apa adanya. Pernah ada sebuah pengalaman dimana bayinya terlahir kurang sempurna mba, ya awalnya ibunya gak terima tapi beberapa hari kemudian malah ibunya sangat sayang dengan anaknya jadi ya hanya berlangsung beberapa hari saja gitu gejala nya setelah proses persalinan ”.*³⁶

Dukungan keluarga juga sanagat mempengaruhi keadaan seorang ibu pasca melahirkan. Baik dukungan dari seorang suami yang merupakan bagian terdekat dari istri dan family lainnya. Ada salah satu contoh pengalaman pasca melahirkan yang cukup menyedihkan diungkapkan oleh Bidan Ari Yuwono ia mengatakan

³⁵ Observasi oleh penulis, 8 Agustus , 2020

³⁶Erni Rokhayati perawat Klinik, wawancara oleh penulis, 16 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

bahwa pernah menangani pasien yang mengalami Syndrom Bbay Blues cukup parah jangka waktu nya hampir lebih dari dua minggu.

Berikut ini pengalaman dari Bidan Ari Yuwono.

“ Dulu banget saya pernah menangani pasien yang benar-benar sedih berat dan stress berat mba, jadi ya banyak ibu yang terkena Syndrom Baby Blues tetapi hanya saja yang paling ingat ya pengalaman ibu Nana, dia dulu itu jadi lahiran hanya ditemani ibunya sedangkan ayahnya itu sakit dan suaminya juga kerja di Surabaya. Jadi ya tidak ditemani suaminya. Nah pas saaat selesai persalinan ibu nana, ini kaget karena dengar kabar duka ayahnya terpeleset dari kamar mandi dan sempat dirawat tiga atau empat harian, awalnya dirawat disini tapi kemudian paginya dirujuk langsung ke rumah sakit umum daerah demak. Empat hari setelah itu ya ayahnya bu nana ini meninggal mba, lah mba nana ini kan baru lahiran jadi tidka diberitahu eh malah mba nana nya tau sendiri kaget kan langsung seperti orang stress tidak mau makan yang paling miris yaitu mba tidak mau menyusui anaknya dan merasa anaknya yang dilahirkan itu musibah jadi ya gak diurusi padahal bidan juga sudah berikan obat, mendekatkan bayi dengan ibunya juga tidak ada respon sama sekali, malahan anaknya mba, diumpat-umpat itu di situ saya sempat merasa sedih juga kok seperti ini pasien ini. Walau sulit tapi terus dibujuk terus untuk mau menyusui anaknya soalnya ASI mba nana ini juga lancar hanya saja dia kaget dengan berita kematian ayahnya shock jadi ya seperti itu. Selain mba nananya yang kita bujuk juga keluarga yang masih hidup diajak kerjasama seperti ibu dan suami dari mba nana agar terus memberikan dukungan dan suaminya bisa pulang untuk menemani mba nana ini”.³⁷

³⁷ Bidan Ari Yuwono, wawancara oleh penulis, 16 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

Pengalaman memilukan juga dirasakan ibu Ilysa pasca melahirkan anaknya yaitu andi. Ia mengatakan kondisinya sempat tidak stabil dan stress. Karena kurangnya dukungan dari suami.

Postpartum blues merupakan perwujudan dari fenomena psikologis yang dialami oleh seorang wanita pasca melahirkan atau wanita yang terpisah dari keluarga dan bayinya atau ketidakmampuan seorang ibu untuk menghadapi keadaan baru diman kehadiran anggota baru dalam pola asuhan bayi dan keluarga. Contohnya bayi dan juga keluarga. Kira-kira 80% dari semua pengalaman ibu-ibu postpartum selama waktu setelah persalinan, biasanya terjadi 3-5 hari *postpartum*, ketika mereka menangis tanpa tahu alasannya. Keadaan tersebut berlangsung bias setiap jam atau kadang-kadang setiap hari. Dapat diatasi dengan cinta, support dan hiburan.

Teori yang ada diatas sama seperti data-data yang didapat dilapangan antara lain seperti pengalaman ibu Ilysa yang ditinggalkan suaminya kemudian merasa stress dan sedih

“ Jadi dulu hamil anak pertama itu saya nikah siri sama bapaknya andi, ayahnya kerja di Jakarta lah saya di demak sini, persalinan disini karena kebetulan keluarga banyak yang orang sini. Saya kaget dan shock pas tau sehabis lahiran kok suami saya tidak menghubungi saya malah kesannya menjauh seperti itu. Eh malah dia hilang gak ada kabar ninggalin saya gitu aja sama anak saya disitu saya stress banget mba sampai-sampai saya tidak mau makan. Suka nangis teriak-teriak. Andi juga anak saya gak saya berikan ASI orang kondisi saya saat itu belum stabil jadi ya gimana ya yaudah deh andi diurusin sama mamah saya.

Pengalaman ibu Puji yang baru menjadi seorang ibu

“Awal selesai lahiran itu rasanaya sakit banget sep, sampai-sampai aku mbatin gak mau lahiran lagi, padahal aku lahirannya sesar karena

bayi ku sungsang. Sedih juga sep aku awal-awal melahirkan tu ASI ku gak keluar ditambah lagi ada omomngan dari keluarga suami yang bilang aku gak becus jadi ibu lah semakin down, rasanya pingin nangis sendiri aja gitu.

Serta pengalaman Ibu Sulastri yang telah keguguran dua kali ia merasa tidak percaya diri dengan persalinannya yang ketiga seperti ada rasa takut menjadi seorang ibu baru.

“ Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “

Etiologi berbagai perubahan yang terjadi dalam tubuh wanita selama kehamilan dan perubahan cara hidupnya sesudah mempunyai bayi, perubahan hormonal, adanya perasaan kehilangan secara fisik sesudah melahirkan yang menjurus pada suatu perasaan sedih.

Pospartum itu sendiri dapat dibedakan menjadi dua yaitu Postpartum Neurosis, Merupakan gangguan jiwa yang buka diakibatkan dengan gangguan non –organic, artinya perubahan kejiwaan ibu hanya sesaat sebagai proses adaptasi terhadap situasi yang baru.

Teori diatas sama seperti pengalaman ibu puji dan ibu novi saat awal-awal memiliki buah hati . Berikut penuturan ibu puji :

“Awal selesai lahiran itu rasanaya sakit banget sep, sampai-sampai aku mbatin gak mau lahiran lagi, padahal aku lahirannya sesar karena bayi ku sungsang. Sedih juga sep aku awal-awal melahirkan tu ASI ku gak keluar ditambah lagi ada omomngan dari keluarga suami yang bilang aku gak becus jadi ibu lah semakin down, rasanya pingin nangis sendiri aja gitu. Penuturan ibu novi mengenai keadaannya saat awal-awal beradaptasi mengururs anaknya Arka saat sedang rewel. “ Suka gila sep, kalau anak nangis terus sudah dikasih minum, tidak buang air kecil atau besar tapi rewel aja bikin mumet rasanya. Nangis terus ditambah

ngantuk kita kan ibu-ibu begadang tiap malam jaga anak itu rasanya stress banget kadang pingin marah bawaannya”.

Postpartum psikologis, gangguan kejiwaan yang diakibatkan oleh gangguan organik, pada umumnya dimiliki oleh ibu yang memiliki riwayat penyakit hipertensi, eklampsia, dan penyakit kejiwaan lainnya yang merupakan keturunan. Berdasarkan penelitian di lapangan yang ada belum ditemukan ibu hamil pasca persalinan yang memiliki riwayat penyakit-penyakit kejiwaan.

Beberapa faktor penyebab *postpartum blues*

1. Pengalaman dalam persalinan, kekecewaan dalam persalinan bisa menjadi faktor predisposisi dimana ibu merasakan gangguan, teori ini sama dengan pengalaman persalinan ibu Sulastris yang mengalami keguguran sudah dua kali dan membuatnya merasa tidak percaya diri.
2. Pembebasan setelah proses kelahiran, Ibu merasa bahwa saat ini dirinya sudah berperan sebagai seorang ibu tidak lagi single harus mengurus anak dan kegiatan lainnya.
3. Ketidakmampuan dalam menerima bayi baru lahir dan menjadi orang tua. Persis sekali seperti pengalaman ibu Ilysa yang tidak mau menurus anaknya karena kondisinya yang ditinggalkan oleh suaminya membuatnya down dan stress berat.
4. Perilaku bayi misalnya tangisan bayi, Pengalaman ibu Novi dan Ibu Rahayu yang harus mengurus anaknya sendiri saat suaminya bekerja terkadang merasakan lelah, capek, dan sedih bahkan ingin marah karena anaknya rewel.
5. Kesulitan dalam pertahanan diri ibu setelah persalinan, misalnya aktivitas merawat bayi baru lahir. Banyak ditemui pada ibu muda yang baru merasakan hamil dan memiliki anak pertama. Merasa repot mengurus anaknya sendirian dan beradaptasi mengenai perannya sebagai seorang ibu.

6. Konflik dengan perawat bidan dan kegiatan rutin RS. Ada hanya sebagian kecil ibu-ibu yang marah-marah kepada perawat seperti penuturan

Mba erni: *“ Ya gitu kadang ada yang tidak terima marah-marah karena cairan infusnya habis, karena ada sesuatu yang tidak sesuai namanyan ibu baru lahir mba ya jadi harus dimaklumi karena keadaan fisiknya yang lemah juga, Yang terpenting kita sebagai perawat memberikan asuhan perawatan persalinan yang baik dan benar”*.

Hal-hal yang disarankan pada ibu adalah sebagai berikut

1. Minta bantuan suami atau keluarga jika ibu ingin beristirahat, Seperti pernyataan ibu Puji yang jika lelah ia akan meminta bantua suaminya untuk menjaga anaknya

“ Ya kalau capek banget begadang minta bantuan suami aku sep, Pusing soalnya kalau dipaksakan tetap bangun dan jaga anak “.

Beri tahu suami tentang apa yang dirasakan ibu, sebagian dari data yang ada dilapangan beberapa istri memang meminta bantua suaminya tetapi terkadang suaminya enggan memberikan bantuan juga karena sama-sama lelah bekerja. Seperti penuturan Ibu Rahayu sebagai berikut :

“Suami saya mau bantu-bantu Alhamdulillah mba, walaupun dulu masyaallah susah sekali untuk menyentuh pekerjaan rumah masa bodoh rasanya dia mah, kerjanya main game saja tidak peduli walaupun istri ngapa-ngapain, terkadang sih kesal tapi ya alhamdulillah semenjak anak saya lahir mau dia bantu-bantu kalau saya capek ya ikut nyuci piring, goreng tempe atau masak mie sendiri. Terkadang juga bantu jaga anak kalau saya jahit dan dia libur dia ajak jalan-jalan keliling sawah tiap

*sore atau pagi mba anak saya. Saya udah seneng banget berubah dia dihati rasanya ya terkesan mba nyenegke lah mba ”.*³⁸

Meskipun seorang suami bekerja diluar rumah juga ikut membantu pekerjaan istri saat luang atau waktu libur. Seperti pernyataan Bapak Denni Ardianto yang merupakan istri dari Ibu Rahayu,

*“Ya kalau libur mah tak bantu, tapi kalau sudah lelah malam kadang anak nangis tak biarkan mba sudah ngantuk, tapi nanti Rahayu bangun. Kalau jagain pas rahayu jahit atau masak pas luang mah sering mba,ajak main anak saya pas saya luang saya bantu terkadang ya kasihan juga mba masa saya enak-enakan, tidur orang buatnya bareng juga hahahaha ”*³⁹

Buang rasa cemas dan khawatir tidak dapat merawat bayi teori ini sama seperti yang dirasakan oleh ibu Sulastri. pengalaman Ibu Sulastri yang telah keguguran dua kali ia merasa tidak percaya diri dengan persalinannya yang ketiga seperti ada rasa takut menjadi seorang ibu baru.

“ Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “

2. Meluangkan waktu dan cari hiburan untuk diri sendiri. Ada beberapa ibu berdasarkan penelitian sudah sangat senang sekali ketika suaminya ikut membantunya meringankan pekerjaan rumah dan menjaga anak jadi ibu bisa me time seperti mandi dan bersih-bersih badan lainnya.

³⁸ Ibu Rahayu Widiawati , wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

³⁹ Bapak Denni Ardianto, wawancara oleh penulis, 11 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

Apabila ibu merasakan kesedihan karena kebebasan, otonomi, interaksi social, kurang kemandirian. Hal ini akan mengakibatkan depresi pascxa persalinan (*depresi post partum*) Depresi masa nifas merupakan gangguan afeksi yang sering terjadi pada masa nifas, dan tampak dalam minggu pertama pasca persalina. Insiden depresi postpartum sekitar 10-15 %. Postpartum blues disebut juga maternity blues atau sindrom ibu baru. Keadaan ini merupakan hal yang sangat serius, sehingga ibu memerlukan dukungan dan banyak istirahat.

Adapun gejala dari depresi postpartum adalah

1. Sering menangis
2. Sulit tidur
3. Nafsu makan hilang
4. Gelisah
5. Perasaan tidak berdaya atau hilang control
6. Cemas atau kurang perhatian pada bayi
7. Tidak menyukai atau takut menyentuh bayi
8. Pikiran menakutkan mengenai bayi
9. Kurang perhatian terhadap penampilan dirinya sendiri
10. Perasaan bersalah dan putus harapan
11. Penurunan dan peningkatan berat badan
12. Gejala fisik seperti sulit bernafas dan perasaan berdebar-debar

Dari beberapa data yang ada dilapangan gejala-gejala yang dialami oleh ibu pasca melahirkan antara lain seperti: Ibu Sulastris yang sudah mengalami keguguran dua kali sehingga saat ini Ibu sulastris sedang mengalami masa persalinan yang ketiga dimana ia merasa bahwa suaminya selalu kasih support kepada nya, kalau sudah tidak ada suaminya dia tidak tau nasibnya bagaimana. Ibu Sulastris mengalami keguguran sebanyak dua kali dikarenakan kandungannya yang meninggal didalam perut sehingga harus diquret dan dibersihkan ia dirawat selama hampir tiga hari setelah masa keguguran di RSI NU Demak. Untuk proses persalinan yang ketiga ini beliau mengatakan bahwa

merasa takut dan tidak percaya diri takut-takut keguguran lagi dan tidak bisa menimang anak.

Berikut penuturan narasumber

*“ Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “.*⁴⁰

Selain itu penulis juga meminta keterangan dari suami ibu Sulastris yaitu Bapak Emen beliau mengatakan bahwa istrinya sering nangis, pasca proses persalinan karena, anak kami harus di incubator dan kecil hanya beberapa jam sekali diberikan susu formula karena ASI istri saya dipompa juga tidak keluar disitu dia sering nangis sendiri.

Berikut penuturan Bapak Emen, *“Sempat tidak mau makan si lastris, tidak mau makan juga mba diam aja maunya tiap ditanya diam aja, tapi saya tetap bujuk dia agar mau makan dan support kalau nantinya anak kita bakal sembuh sehat pulang kerumah dalam keadaan sehat kita sekeluarga gitu mba, tapi ya tetap saja sedih dan Alhamdulillahnya dapat pertolongan dari Bu bidan juga akhirnya ASI nya mau keluar mba setelah sekitar semingguan di inkubasi anak saya juga bisa normal karena dapat pasokan ASI dari ibunya juga”.*⁴¹

Selain itu juga penulis mendapatkan informasi tambahan dari tetangga Ibu Sulastris yaitu Ibu Novi yang sama-sama mengalami proses persalinan hanya saja lebih dahulu Ibu Novi, berdasarkan penuturan beliau Ibu Novi ia mengatakan bahwa dirinya merasa risih dengan Ibu Sulastris karena sering bertanya

⁴⁰ Ibu Sulastris, wawancara oleh penulis, 8 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

⁴¹ Bapak Emen, wawancara oleh penulis, 8 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

bagaiman rasanya, apa yang harus dilakukan, apakah mual nyeri pinggang dan lain sebagainya. Hanya saja pertanyaan yang ditanyakan ibu Sulastri ini berlebihan sekali dan hampir setiap hari serta sangat mengganggu ibu Novi.

“ Iya dia sering Tanya-tanya seperti, kamu loh ngerasa bengkak gak sih nov pas akhir-akhir kehamilan, Aku loh nov mual-mual terus ih, nov kalau ada bercak tidak apa-apa, gitu deh pokoknya macam-macam sering dia tanyakan ya saya tau dia pernah keguguran dua kali dan trauma tapi ya, berlebihan sekali seperti orang kurang percaya diri punya anak lah, Tapi ya kadang saya kasihan juga sih makanya tak jawabin aja sebisa saya.”⁴²

Bukan hanya itu gejala-gejala lain seperti tidak percaya diri menjadi seorang ibu serta ditinggalkan oleh suami membuat seorang ibu pasca melahirkan menjadi sangat stress dan down. Seperti pengalaman Ibu Ilysa, Ibu Puji, Ibu Novi antara lain adalah sebagai berikut : Teori diatas sama seperti pengalaman ibu puji dan ibu novi saat awal-awal memiliki buah hati . Berikut penuturan ibu puji :

“Awal selesai lahiran itu rasanya sakit banget sep, sampai-sampai aku mbatin gak mau lahiran lagi, padahal aku lahirannya sesar karena bayi ku sungsang. Sedih juga sep aku awal-awal melahirkan tu ASI ku gak keluar ditambah lagi ada omomngan dari keluarga suami yang bilang aku gak becus jadi ibu lah semakin down, rasanya pingin nangis sendiri aja gitu.

⁴² Ibu Novi, wawancara oleh penulis, 9 Agustus, 2020,wawancara 1, transkrip.

Penuturan ibu novi mengenai keadaannya saat awal-awal beradaptasi mengurus anaknya Arka saat sedang rewel.

“ Suka gila sep, kalau anak nangis terus sudah dikasih minum, tidak buang air kecil atau besar tapi rewel aja bikin mumet rasanya. Nangis terus ditambah ngantuk kita kan ibu-ibu begadang tiap malam jaga anak itu rasanya stress banget kadang pingin marah bawaannya ”.

Pengalaman ibu Ilysa yang ditinggalkan suaminya kemudian merasa stress dan sedih

“ Jadi dulu hamil anak pertama itu saya nikah siri sama bapaknya andi, ayahnya kerja di Jakarta lah saya di demak sini, persalinan disini karena kebetulan keluarga banyak yang orang sini. Saya kaget dan shock pas tau sehabis lahiran kok suami saya tidak menghubungi saya malah kesannya menjauh seperti itu. Eh malah dia hilang gak ada kabar ninggalin saya gitu aja sama anak saya disitu saya stress banget mba sampai-sampai saya tidak mau makan. Suka nangis teriak-teriak. Andi juga anak saya gak saya berikan ASI orang kondisi saya saat itu belum stabil jadi ya gimana ya yaudah deh andi diurusin sama mamah saya ”.

Beberapa factor predisposisi terjadinya depresi postpartum adalah sebagai berikut

1. Perubahan hormonal yang cepat (yaitu hormone prolactin, steroid, progesterone dan estrogen).
2. Masalah medis dalam kehamilan (PIH, diabetes mellitus, disfungsi tiroid)
3. Karakter Pribadi (harga diri, ketidakdewasaan)
4. Marital dysfunction atau ketidakmampuan membina hubungan dengan orang lain
5. Riwayat depresi, penyakit mental, alkoholik

6. Unwanted Pregnancy
7. Terisolasi
8. Kelemahan, gangguan tidur, ketakutan terhadap masalah keuangan keluarga, kelahiran anak dengan kecacatan atau penyakit.

Masalah Syndrom Baby Blues biasanya diderita oleh ibu hamil yang pada saat mengandung umurnya masih sangat muda seperti Ibu Sulastris yang mengalami keguguran dua kali dan merasa tidak percaya diri. Berbeda dengan ibu nanik yang hamil dalam kondisi sederhana.

Berikut penuturan narasumber Ibu Sulastris :

*“ Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba “.*⁴³ Selain itu penulis juga meminta keterangan dari suami ibu Sulastris yaitu Bapak Emen beliau mengatakan bahwa istrinya sering nangis, pasca proses persalinan karena, anak kami harus di incubator dan kecil hanya beberapa jam sekali diberikan susu formula karena ASI istri saya dipompa juga tidak keluar disitu dia sering nangis sendiri.

Berikut penuturan Bapak Emen, *”Sempat tidak mau makan si lastri, tidak mau makan juga mba diam aja maunya tiap ditanya diam aja, tapi saya tetap bujuk dia agar mau makan dan support kalau nantinya anak kita bakal sembuh sehat pulang kerumah dalam keadaan sehat kita sekeluarga gitu mba, tapi ya tetap saja sedih dan Alhamdulillahnya dapat pertolongan dari Bu bidan juga akhirnya ASI nya mau keluar mba setelah sekitar semingguan di inkubasi anak saya juga bisa normal karena dapat pasokan ASI dari ibunya juga”.*

⁴³ Ibu Sulastris, wawancara oleh penulis , 8 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

Seperti penuturan ibu Nanik awalnya Ia saat pernikahan hanya menjadi ibu rumah tangga biasa namun karena pendapatannya yang minim oleh sebab itu beliau membantu suaminya dengan berjualan skincare Batrisia untuk tambah-tambah biaya persalinan anak pertamanya Davin.

Dari data diatas didapatkan keterangan bahwa kedua narasumber tersebut memiliki masalah masing-masing. Ibu Sulastri merasa tidak percaya diri karena pengalaman dimasa lalunya yang membuatnya harus keguguran dua kali. Selain itu juga ia harus menerima kenyataan pahit kalau anaknya terlahir dengan bobot yang kecil dan harus di inkubasisemakin menambah rasa tidak percaya diri ibu Sulastri menjadi seorang ibu menyebabkan ia sedih, cemas, menyiksa diri tidak mau makan dan menjadi lebih pendiam pasca proses persalinan.

Berbeda dengan ibu nanik yang memiliki masalah ekonomi sebelum melahirkan sedikit membuatnya bingung dan memutar otak membantu suaminya berjualan skincare untuk memenuhi kebutuhan persalinan.

Ada beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi Depresi Postpartum Blues antara lain yaitu:

1. Mempelajari diri sendiri, mencari tau seperti apa itu Baby Blues dan dampaknya bagi ibu dan anak.
2. Tidur dan makan yang cukup untuk memenuhi nutrisi pasca melahirkan
3. Olahraga dapat mengurangi post partum blues yaitu melakukan peregangan selama lima belas menit dengan berjalan setiap hari dan menguasai emosi berlebihan dalam diri
4. Hindari perubahan hidup sebelum atau sesudah melahirkan, jika memungkinkan, hindari membuat keputusan besar seperti membeli rumah atau pindah kerja, sebelum atau setelah melahirkan. Tetaplah hidup secara sederhana dan menghindari stress, sehingga dapat segera

dan lebih menyembuhkan postpartum yang diderita.

5. Beritahukan perasaan, jangan takut untuk berbicara dan mengekspresikan perasaan yang diinginkan dan butuhkan demi kenyamanan sendiri. Jika memiliki masalah dan merasa tidak nyaman terhadap sesuatu, segera beritahukan pada pasangan atau orang terdekat
6. Dukungan keluarga dan orang lain diperlukan, dukungan dari keluarga atau orang yang dicintai selama melahirkan, sangat diperlukan. Ceritakan pada pasangan atau orang tua, atau siapa saja yang bersedia menjadi pendengar yang baik. Yakinkan diri, bahwa mereka akan selalu berada di setiap mengalami kesulitan.
7. Persiapkan diri dengan baik persiapan sebelum melahirkan sangat diperlukan.
8. Senam hamil, akan sangat membantu dalam mengetahui berbagai informasi yang diperlukan, sehingga tidak akan terkejut setelah keluar dari kamar bersalin. Jika tahu apa yang diinginkan, pengalaman traumatis saat melahirkan akan dapat dihindari.
9. Lakukan pekerjaan rumah tangga, setidaknya dapat membantu melupakan perasaan yang terjadi selama periode postpartum. Kondisi yang belum stabil, bias dicurahkan dengan memasak atau memberikan rumah. Mintalah dukungan dari keluarga dan lingkungan, meski pembantu rumah tangga telah melakukan segalanya.
10. Dukungan emosional, dari lingkungan dan juga keluarga, akan membantu dalam mengatasi rasa frustrasi yang menjalar. Ceritakan kepada mereka bagaimana perasaan serta perubahan kehidupan, hingga merasa lebih baik setelahnya.
11. Dukungan kelompok postpartum blues, dukungan terbaik datang dari orang-orang yang ikut mengalami dan merasakan hal yang sama. Carilah informasi mengenai adanya kelompok Postpartum Blues yang bias diikuti, sehingga

tidak merasa sendirian menghadapi persoalan ini.⁴⁴

Depresi berat postpartum dapat menyebabkan gangguan psikologis yang telah disampaikan sebelumnya hampir sama dan mirip dengan gejala pada Baby Blues Syndrom. Hanya saja yang membedakan terletak pada frekuensi, intensitas dan durasi berlangsungnya gejala-gejala yang timbul. Ibu yang mengalami depresi akan merasakan gejala dengan intensitas lebih sering, lebih hebat, dan lebih lama. Keadaan ini berlangsung antara 3-6 bulan bahkan pada beberapa kasus terjadi selama 1 tahun pertama kehidupan bayi, sehingga bias any mereka tidak bias menjalin hubungan kedekatan dengan bayi yang baru dilahirkan. Penyebab depresi terjadi karena reaksi terhadap rasa sakit yang muncul saat melahirkan dan penyebab yang kompleks lainnya.

Gejala-gejala depresi berat:

1. Perubahan pada mood disertai dengan tangisan tanpa sebab.
2. Gangguan pada pola tidur dan pola makan.
3. Perubahan mental dan libido.
4. Dapat pula muncul fobia, serta ketakutan akan menyakiti diri sendiri, dan bayinya.
5. Tidak memiliki tenaga atau hanya sedikit saja tenaga yang dimiliki.
6. Tidak dapat berkonsentrasi.
7. Ada perasaan bersalah dan tidak berharga pada dirinya.
8. Menjadi tidak tertarik dengan bayi atau terlalu memperhatikan dan menghawatirkan bayinya.
9. Terdapat perasaan takut untuk menyakiti dirinya sendiri dan bayinya.
10. Depresi berat akan terjadi biasanya pada wanita atau keluarga yang pernah mempunyai riwayat kelainan psikiatri. Selain itu, kemungkinan dapat terjadi pada kehamilan selanjutnya.

⁴⁴ Siti Nunung Nurjanah, dkk., *Asuhan Kebidanan Postpartum*, (Kuningan: PT Refika Aditama, 2013), 78-84

Cara untuk menanggulangi depresi berat antara lain yaitu dukungan dari keluarga serta lingkungan sekitar berupa support yang mampu untuk membantu dan tidak memberikan stigma-stigma negative pada ibu pasca melahirkan. Jika dirasa sudah parah dapat melaksanakan terapi psikologis dari psikiater. Serta melakukan kolaborasi dengan dokter untuk memberikan antidepresan (penggunaan anti depresan perlu diperhatikan penggunaannya bagi ibu hamil dan menyusui). Jangan meninggalkan ibu pasca melahirkan sendiri dirumah. Jika diperlukan laksanakan perawatan dirumah sakit. Dan sangat tidak dianjurkan rawat gabung (rooming in) dengan bayinya pada penderita depresi berat. Berdasarkan data dilapangan sama seperti hal yang dialami oleh Ibu Sulastris dan Ibu Ilysa.

Berikut penuturan narasumber ibu Sulastris : “ *Sempat takut dan tidak percaya diri karena takut hilang lagi mba, sedih kehilangan anak terus mba* “. ⁴⁵

Selain itu penulis juga meminta keterangan dari suami ibu Sulastris yaitu Bapak Emen beliau mengatakan bahwa istrinya sering nangis, pasca proses persalinan karena, anak kami harus di incubator dan kecil hanya beberapa jam sekali diberikan susu formula karena ASI istri saya dipompa juga tidak keluar disitu dia sering nangis sendiri.

Berikut penuturan Bapak Emen, “*Sempat tidak mau makan si lastris, tidak mau makan juga mba diam aja maunya tiap ditanya diam aja, tapi saya tetap bujuk dia agar mau makan dan support kalau nantinya anak kita bakal sembuh sehat pulang kerumah dalam keadaan sehat kita*

⁴⁵ Ibu Sulastris, wawancara oleh penulis , 8 Agustus , 2020, wawancara 1, transkrip.

sekeluarga gitu mba, tapi ya tetap saja sedih dan Alhamdulillahnya dapat pertolongan dari Bu bidan juga akhirnya ASI nya mau keluar mba setelah sekitar semingguan di inkubasi anak saya juga bisa normal karena dapat pasokan ASI dari ibunya juga”⁴⁶

Dan pengalaman Ibu Ilysa pasca melahirkan yang ditinggalkan suaminya kemudian merasa stress dan sedih “*Jadi dulu hamil anak pertama itu saya nikah siri sama bapaknya andi, ayahnya kerja di Jakarta lah saya di demak sini, persalinan disini karena kebetulan keluarga banyak yang orang sini. Saya kaget dan shock pas tau sehabis lahiran kok suami saya tidak menghubungi saya malah kesannya menjauh seperti itu. Eh malah dia hilang gak ada kabar ninggalin saya gitu aja sama anak saya disitu saya stress banget mba sampai-sampai saya tidak mau makan. Suka nangis teriak-teriak. Andi juga anak saya gak saya berikan ASI orang kondisi saya saat itu belum stabil jadi ya gimana ya yaudah deh andi diurusin sama mamah saya”*.

Dari kasus pengalaman ibu Sulastri dapat ditarik kesimpulan bahwa ibu sulastri tidak percaya diri terhadap dirinya saat sudah menjadi seorang ibu. Sehingga rasa takut muncul didalam benaknya menjadi seorang ibu. Sedangkan gejala-gejala depresi post partum sangat terlihat jelas pada kasus ibu Ilysa dimana ia mengalami berbagai macam gejala yang sangat banyak antara lain yaitu gangguan emosi, sedih, menangis, suka berteriak sendiri serta tidak peduli pada kondisi anaknya.

⁴⁶ Bapak Emen, wawancara oleh penulis, 8 Agustus, 2020, wawancara 1, transkrip.

Kebutuhan psikologis ibu selama persalinan menurut Lesser dan Kenne meliputi:

1. Kehadiran seorang pendamping secara terus – menerus.
2. Penerimaan atas sikap dan perilakunya.
3. Informasi dan kepastian tentang hasil persalinan aman

Dukungan psikologis yang baik dapat mengurangi kecemasan pada ibu pasca melahirkan dengan membuatnya merasa aman dan nyaman. Hala ini dapat dilakukan dengan membantu ibu untuk berpartisipasi dalam proses persalinannya dengan tetap melakukan komunikasi yang baik, memenuhi harapan ibu akan hasil akhir persalina, membantu ibu untuk menghemat tenaga dan mengendalikan rasa, nyeri, serta mempersiapkan tempat persalian yang mendukung dengan memperhatikan privasi ibu.

Dalam teori *Syndrom Baby Blues* ditemukan bahwa ada Gap dilapangan dengan teori dimana dalam teori disebutkan bahwa Ibu mengalami *Syndrom Baby Blues* sekitar 3-5 hari setelah proses persalinan tetapi kenyataannya dilapngan *Baby Blues* terjadi lebih dari dua minggu dan gangguan yang dialami oleh ibu bermacam-macam dan berbeda-beda tergantung apa faktor yang menyebabkan terjadinya. Analisis di lapangan seperti kasus ibu Ilysa yang ditinggalkan suaminya ia berpikir untuk tidak mengurus anaknya dan mengalami *Baby Blues* hampir lebih dari dua minggu kemudian dengan support dari ibunya ia dapat merawat anaknya dengan baik.

Begitu juga dengan kasusu Ibu Si ia mengalami *Syndrom Baby Blues* lebih dari seminggu menyebakan dirinya takut memiliki anak dan merasabrsalah karenaanaknya lahir prematur selain itu juga ia dapat berhenti dari *Baby Blues* setelah dua minggu karena dukungan dari suami yang selalu mensupportnya.

Syndrom Baby Blues berdasarkan penemuan yang ditemukan di masyarakat merupakan Syndrom Bagi Ibu pasca melahirkan yang disebabkan oleh faktor dari dalam dan dari luar. Kebanyakan data yang diambil seorang ibu

yang mengalami *Syndrom baby blues* tidak mengetahui apa *Syndrom* ini. Hanya sebagian yang mengetahui selebihnya tidak paham apa itu *Syndrom Baby Blues*. Tetapi mengalaminya, peneliti sangat berharap penelitian ini berguna untuk mengurangi dan mencegah *Syndrom Baby Blues* yang dialami masyarakat sejak dini.

