

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI TERHADAP KEJADIAN POSTPARTUM BLUES PADA IBU PRIMIPARA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIGOMPUL KECAMATAN LINTONG NIHUTA KABUPATEN HUMBANGHASUNDUTAN

Esther Siringo-ring

STIKES Senior Medan, Sumatera Utara, Indonesia

Email: esther.siringo22@gmail.com

Abstrak

Postpartum blues atau sering juga disebut *baby blues* atau *maternity blues* merupakan gangguan psikologis ringan yang terjadi sementara waktu yaitu 2 hari hingga 2 minggu setelah melahirkan, yang ditandai dengan kecemasan, mudah panik, kelelahan, sering menyalahkan diri sendiri serta merasa tidak sanggup mengurus bayinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan suami, dukungan keluarga dan penyesuaian diri terhadap peran baru sebagai ibu dengan kejadian *postpartum blues* di wilayah kerja Puskesmas Sigompul Kec Lintong Nihuta Kab.Humbang Hsundutan Tahun 2023. Penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*, dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan pada bulan Januari sampai bulan Mei 2023. Responden penelitian ini adalah sebanyak 80 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proporsional sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Analisis univariat dan bivariat menggunakan *chi square* ($p < 0,05$).

Kata Kunci: Dukungan, Postpartum Blues, Ibu Primipara

Abstract

Postpartum blues or often called baby blues or maternity blues is a mild psychological disorder that occurs temporarily, namely 2 days to 2 weeks after giving birth, which is characterized by anxiety, easy panic, fatigue, often blaming yourself and feeling unable to take care of the baby. This research aims to determine the relationship between husband's support, family support and adjustment to the new role as a mother with the incidence of postpartum blues in the working area of the Sigompul Community Health Center, Lintong Nihuta District, Humbang Hsundutan Regency in 2023. Quantitative research with a cross-sectional design, was conducted in the working area of the Community Health Center Sigompul Kec. Lintong Nihuta Kab. Humbang Hasundutan from January to May 2023. The respondents for this research were 80 people. Sampling was carried out using proportional sampling technique. The research instrument used was a questionnaire. Univariate and bivariate analysis used chi square ($p < 0.05$).

Keywords: Support, Postpartum Blues, Primiparous Mothers

PENDAHULUAN

Postpartum merupakan masa enam minggu sejak bayi lahir sampai organ-organ reproduksi wanita kembali ke bentuk normal seperti sebelum hamil. Masa ini akan menyebabkan perubahan-perubahan pada organ reproduksi serta kondisi kejiwaan (psikologis) yang mengakibatkan ibu membutuhkan penyesuaian diri pada minggu-minggu pertama setelah melahirkan. Sebagian ibu berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi ada sebagian lainnya yang tidak berhasil dalam menyesuaikan dirinya dan mengalami gangguan psikologis yang lebih dikenal dengan istilah *postpartum blues*. *Postpartum blues* merupakan sindrom gangguan mental ringan yang dialami oleh ibu nifas yang berlangsung pada minggu pertama *postpartum* sehingga sering tidak dipedulikan oleh suami, keluarga dan tenaga kesehatan sebagaimana mestinya. Apabila hal ini tidak ditangani dengan baik maka gangguan ini dapat berkembang menjadi depresi *postpartum* hingga psikosis *postpartum* (f. Alifa Khana:2017).

WHO menunjukkan bahwa pada 2018 mencatat prevalensi *postpartum blues* secara

umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus yang terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. WHO juga menyatakan bahwa gangguan *postpartum blues* ini mengenai sekitar 20% wanita dan 12% laki-laki pada suatu waktu kehidupan (Hutagaol, 2019). Sementara prevalensi *postpartum blues* di Negara-negara Asia cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85% dari wanita pasca persalinan (Munawaroh, 2018). Angka kejadian *postpartum blues* di beberapa negara seperti Jepang berkisar 15-50%, Amerika Serikat 27%, Prancis 31,3%, Yunani 44,5%. Prevalensi untuk Asia berkisar 26-85%. Sedangkan angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia cukup tinggi berkisar 50-70%. Namun untuk Kota Pekanbaru tidak ditemukan angka pasti mengenai kejadian *postpartum blues*. Hal ini menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan untuk menerapkan skrining EPDS (Edinburgh Postnatal Depression Scale) sehingga didapatkan gambaran kejadian *postpartum blues* di Kota Pekanbaru. (Ratna, 2019) di Indonesia beberapa penelitian sudah dilakukan tentang *postpartum blues*, menurut penelitian yang dilakukan oleh Edward (2017) angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia mencapai 23% sedangkan skrining dengan menggunakan EPDS didapatkan bahwa 14-17% wanita *postpartum* berisiko mengalami *postpartum blues*. Tingginya angka kejadian *postpartum blues* pada ibu pasca melahirkan dapat menimbulkan dampak yang signifikan terhadap keadaan psikologis ibu.

Berdasarkan proporsi gangguan/komplikasi masa nifas pada perempuan umur 10-54 tahun menurut karakteristik di Provinsi Sumatera Utara, terdapat 10,17% yang mengalami gangguan/komplikasi di masa nifas sedangkan angka kejadian Baby Blues/Post Partum Blues di Sumatera Utara yaitu sebanyak 0,76%. (Risikesdas, 2018). berdasarkan karakteristik di Kec.Lintong Nihuta terdapat 50,68% yang mengalami gangguan/komplikasi *postpartum blues*.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *postpartum blues* pada umumnya tidak berdiri sendiri sehingga tanda dan gejala *postpartum blues* merupakan hasil suatu mekanisme multi faktorial. Faktor pertama yaitu faktor hormonal, berupa perubahan kadar estrogen, progesteron, prolaktin, dan kortisol. Faktor kedua yaitu faktor aktivasi fisik yang disebabkan kelelahan fisik karena aktivitas mengasuh bayi, menyusui, memandikan, mengganti popok. Faktor ketiga yaitu faktor psikososial yang meliputi usia, pendidikan, pekerjaan, dukungan suami dan keluarga, dan status kehamilan. Penyebab tertinggi terjadinya *postpartum blues* adalah kurangnya dukungan suami dan keluarga terhadap ibu mulai masa kehamilan hingga pasca persalinan (Nirwana, 2011).

Postpartum blues dapat berkembang menjadi gejala depresi mayor. Lebih dari 20% wanita yang mengalami *postpartum blues* akan berkembang menjadi gejala depresi mayor

dalam satu tahun setelah melahirkan. Apabila *postpartum blues* tidak ditangani dengan serius, maka akan berkembang menjadi *depressipostpartum* dan kondisi yang paling berat bisa sampai *postpartum psychosis*. *Postpartum blues* sering menyebabkan terputusnya interaksi ibu dan anak, dan mengganggu perhatian dan bimbingan yang dibutuhkan bayinya untuk berkembang secara baik. 10-15% ibu yang melahirkan mengalami gangguan ini dan hampir 90% mereka tidak mengetahui *postpartum blues* (Diah Ayu, 2015).

Berdasarkan penelitian sebelumnya Dayang Mardhatillah (2019) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *postpartum blues* tahun menunjukkan sebanyak 40% ibu nifas mengalami *postpartum blues*, hal ini terjadi pada 34,4% ibu dengan usia tidak beresiko ($p=0,229$), 40,9% ibu dengan paritas sedang/multipara ($p=1,00$), 41,2% ibu dengan latar belakang pendidikan sedang/SMA ($p=0,516$) dan 53,6% ibu yang tidak bekerja ($p=0,012$).

Hasil penelitian Maya Marina (2020) dengan judul faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *postpartum blues* didapatkan berdasarkan hasil uji statistic, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *postpartum blues* tahun 2020. Ketidak nyamanan Fisik (p -value 0,014) usia (p -value 0,004) Paritas (p -value 0,035). Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kabupaten Humbang Hasundutan pada periode Januari-Mei tahun 2023 sebanyak 80 orang. Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan dukungan suami terhadap kejadian *postpartum Blues* pada ibu primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab. Humbang Hasundutan Tahun 2022”

METODE

Jenis penelitian ini bersifat analitik yang bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *postpartum blues*, dengan pendekatan *cross secsional* yaitu suatu penelitian yang dilakukan sekali saja tidak ada pengulangan dalam pengambilan data. Waktu penelitian yang diperlukan untuk menyelesaikan penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Juli 2022 mulai survey awal sampai penelitian responden. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang akan diteliti (Arikunto, 2018). Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu pospartum/nifas 21 hari di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec. Lintong Nihuta Kab. Humbang Hasundutan Tahun 2022 sebanyak 80 orang.

Sampel adalah objek yang di teliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2012). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Teknik Total Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan

populasi. Sampel yang di gunakan dalam penelitian ini sebanyak 80 orang diWilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec. Lintong Nihuta Kab. HumbangHasundutan Tahun 2022.

Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah variabel bebas (Independent Variable) dan variabel terikat (Dependent Variable)

a. Variabel bebas (Independent Variable)

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau variabel yang menyebabkan berubahnya atau timbulnya variabel terikat (Masturoh dan Anggita, 2018: 93). Variabel bebas yang digunakan pada penelitian ini adalah dukungan suami, terhadap peran baru sebagai ibu.

b. Variabel terikat (Dependent Variable)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Masturoh dan Anggita, 2018: 93). Variabel terikat yang digunakan pada penelitian ini adalah postpartum blues.

Dalam penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan, Seleksi data (*Editing*), Membuat Lembar Kode (*Coding Sheet*), Pengelompokan (*Tabulating*), Memasukan Data (*Entry*), Pembersihan Data (*cleaning*). Menurut Arikunto (2018), analisa data merupakan pengolahan data terhadap data yang sudah terkumpul dengan menggunakan rumus atau aturan yang sesuai dengan pendekatan penelitian atau desain yang dipergunakan sehingga memperoleh suatu kesimpulan. Analisis data dilakukan dengan 2 tahap yaitu dengan *analisis Univariat* dan *analisis Bivariat* yang menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 24.0*.

1. Analisa Univariat

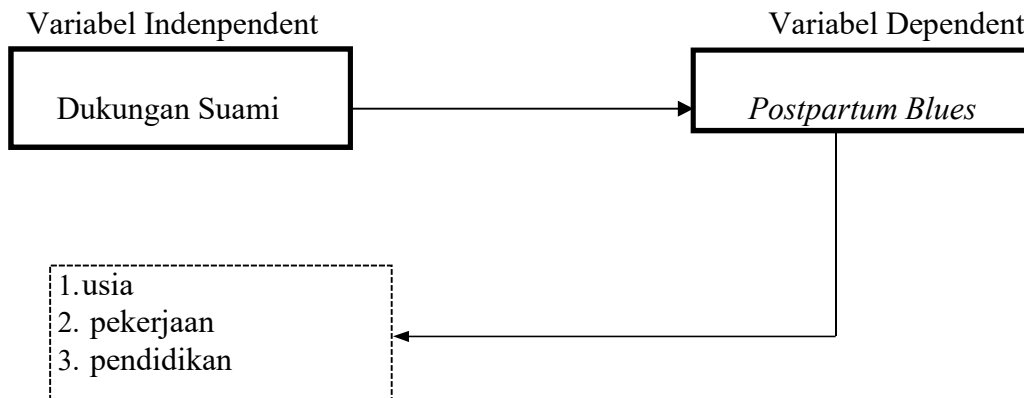
Analisa Univariat dimaksudkan untuk menggambarkan (mendeskripsikan) masing masing variabel independen dan dependen dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi.

2. Analisis Bivariat

Analisa Bivariat dimaksudkan untuk melihat hubungan kedua variabel yaitu hubungan antara variabel independen dengan dependen yang diolah dengan menggunakan SPSS dan uji kali kuadrat (uji Chi Square) dengan tingkat kepercayaan 95%.

Kerangka Konsep

Kerangka konsep pada dasarnya adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep lainnya atau antara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang diteliti. (Notoadmojo, 2012).



Sumber; Diolah oleh penulis, 2022

Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban atas pernyataan penelitian yang telah dirumuskan dalam perencanaan penelitian. Hipotesis dalam penelitian berarti jawaban sementara yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut (Notoatmojo, 2012).

Ha : Ada Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec. Lintong Nihuta Kab. Humbang Hasundutan Tahun 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 12-14 Juli 2023 terhadap 80 responden *Postpartum Blues* Di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec. Lintong Nihuta Kab. Humbang Hasundutan. Data yang diambil dalam penelitian ini untuk mengetahui adanya Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Primipara Di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec. Lintong Nihuta Kab. Humbang Hasundutan Tahun 2023. Penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 1.
Karakteristik Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Pekerjaan Dan Pendidikan

No	Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	<20 tahun	20	25,0 %
2.	20-35 tahun	44	55,0 %
3.	>35 tahun	16	20,0%
Jumlah		80	100,0 %
Pekerjaan			
1.	Wiraswasta	20	25,0 %
2.	PNS	9	11,3 %
3.	Petani	13	16,3%
4.	IRT	38	47,5%
Jumlah		80	100,0 %
Pendidikan			
1.	SD	5	6,3%
2.	SMP	10	13,5%
3.	SMA	55	68,8%
4.	Perguruan Tinggi	10	15,5%
Jumlah		80	100,0 %

Sumber; Diolah oleh penulis, 2022

Berdasarkan Tabel.1 distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok umur 20-35 tahun yaitu 55,0%. Sebagian besar responden juga berstatus sebagi ibu rumah tangga yaitu 47,5%. Pendidikan terakhir responden terbanyak Di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kab. Humbang Hasundutan yaitu tamatan SMA yakni sebesar 68,8%.

Analisa Univariat

Analisa Univariat adalah analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari setiap penelitian. Pada umumnya analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dari tiap- tiap variabel.

Distribusi Frekuensi Kejadian Postpartum Blues

Variabel dependen pada penelitian ini adalah *postpartum blues*. Distribusi frekuensi kejadian *postpartum blues* yang didapatkan pada penelitian ini pada tabel berikut .

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Si Gompul

No.	Postpartum Blues	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Iya	42	52,5
2.	Tidak	38	47,5
Jumlah		80	100,0

Sumber; Diolah oleh penulis, 2022

Berdasarkan tabel. 2 dapat diketahui bahwa 42 dari 80 responden mengalami *postpartum blues*, atau sekitar 52,5% mengalami *postpartum blues* sedangkan 47,5% responden lainnya tidak mengalami *postpartum blues* .di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hsundutan.

Distribusi Frekuensi Dukungan Suami

Distribusi frekuensi dukungan suami yang di dapatkan pada penelitian ini bisa dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Suami

No.	Dukungan Suami	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak Ada	45	56,3
2.	Ada	35	43,8
Jumlah		80	100,0

Sumber; Diolah oleh penulis, 2022

Berdasarkan tabel 3. dapat diketahui bahwa 45 (56,3%) responden tidakmendapatkan dukungan suami dan 35 (43,8%) responden lainnya mendapatkan dukungan suami.Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa jumlah responden yangmendapatkan dukungan suami lebih sedikit dibandingkan jumlah responden yangtidak mendapatkan dukungan suami di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbanh Hasundutan.

Analisa Bivariat

Analisa Bivariat yang dilakukan yaitu untuk mengetahui adanya hubungandukungan suami terhadap kejadian *postpartum blues* pada ibu primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan.dilihat pada tabel berikut.\

Tabel 4. Tabel Distribusi Responden Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Postpartum Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul

Dukungan Suami	<i>Postpartum Blues</i>						<i>P Value</i>
	Ya		Tidak		Jumlah		
	f	%	f	%	f	%	
Tidak Ada	42	34,3	42	66,7	42	47,5	0,004
Ada	38	65,7	38	33,0	38	52,5	
Jumlah	80	100	45	100	80	100,0	

Sumber; Diolah oleh penulis, 2022

Dari tabel 4. dapat diketahui bahwa responden yang tidak mendapatkan dukungan suami cenderung mengalami *postpartum blues* sebesar 65,7%, sedangkan responden yang mendapatkan dukungan suami cenderung tidak mengalami *postpartum blues* yaitu sebesar 66,7%. Setelah dilakukan uji *chi square*, didapatkan nilai *p-value* 0,004 ($p < 0,05$), artinya ada hubungan antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* di wilayah kerja puskesmas sigompul kec.lintong nihuta kab.Humbang Hasundutan.

Pembahasan

Kejadian Postpartum Blues

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa angka kejadian *postpartum blues* di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan pada Tahun 2023 adalah 57,5% , artinya hampir setengah responden mengalami *postpartum blues*. Hasil penelitian ini sama dengan hasil penelitian Okunola, et al (2021) di negeria yang menyatakan bahwa hamper setengah responden mengalami *postpartum blues* yaitu 45,5%. Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian Rezaie, et al (2020) di iran yang menyatakan bahwa prevelensi kejadian *postpartum blues* adalah 39%, artinya hamper setengah responden mengalami *postpartum blues*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Nurhayati (2021) di jawabarat yang menyatakan bahwa sekitar 40% responden mengalami *postpartum blues*. Hal serupa juga ditemukan pada penelitian Astri, et al (2020) yang menyatakan lebih dari sepertiga responden mengalami *postpartum blues* (40,6%). Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian Manoppo dan Wongkar (2018) yang menyatakan bahwa sepertiga responden mengalami *postpartum blues* atau sekitar 33,9% ibu mengalami *postpartum blues*. Hasil serupa juga pada

penelitian Salet et al (2021) yang menyatakan bahwa hampir setengah responden mengalami *postpartum blues* yaitu 38%.

Postpartum blues merupakan gangguan psikologis pada masa nifas yang biasanya muncul sekitar 2 hari hingga 2 minggu pasca persalinan yang ditandai dengan perasaan sedih, takut, cemas, sering menangis, sensitif, serta kurang percaya diri (Febriyanti, 2021: 78). Banyak faktor yang menjadi penyebab dari *postpartum blues* seperti kurangnya dukungan dari suami dan keluarga, kurangnya informasi terkait cara merawat bayi serta kurangnya kesiapan untuk menerima dan menjalankan peran baru sebagai ibu (Febriyanti, 2021: 78). Faktor penyebab *postpartum blues* lainnya adalah seperti kurangnya dukungan sosial, ketidakharmonisan perkawinan, sosial ekonomi yang rendah dan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) (Ntaouti et al., 2018: 3)

Secara psikologis, ibu yang baru melahirkan akan mengalami tekanan pada psikisnya, mereka sekilas mungkin tampak bahagia akan tetapi sejalan dengan itu juga muncul perasaan sedih, rasa tertekan dan gangguan suasana hati, dimana hal ini merupakan gejala dari *postpartum blues* (Qiftiyah, 2018: 17). Ibu dengan *postpartum blues* harus diobservasi dan diperhatikan supaya tidak berlanjut menjadi keadaan yang lebih serius seperti *depresi postpartum* dan *psikosis postpartum* (Okunola, 2021: 1). Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa 20 dari 58 responden mengalami *postpartum blues*. Responden yang mengalami *postpartum blues* diantaranya mengalami gejala seperti terkadang merasa khawatir, takut dan menyalahkan diri sendiri, kurang senang atau tidak bersemangat melakukan aktivitas sehari-hari, sesekali sedih, sulit tidur dan sering menangis serta merasa banyak hal yang menjadi beban dan terkadang mereka tidak dapat mengatasinya.

Dukungan Suami

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir setengah responden (56,3%) tidak mendapatkan dukungan suami, di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec. Lintong Nihuta Kab. Humbang Hasundutan Tahun 2023. Hal ini sejalan dengan penelitian di Sulawesi Barat tentang hubungan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* di wilayah perkotaan yang menyatakan bahwa hampir setengah responden (47,5%) tidak mendapatkan dukungan suami yang menyebabkan terjadinya *postpartum blues* (Samria, 2021: 55). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Nurhayati (2021) tentang hubungan dukungan suami pada ibu pasca melahirkan dengan *postpartum blues* yang menyatakan bahwa hampir setengah responden tidak mendapatkan dukungan suami (40%).

Suami merupakan pasangan dari istri dan seorang suami bertanggung jawab penuh serta

memiliki peranan yang penting dalam sebuah keluarga (Rahman dan Suhita, 2018: 44). Dukungan suami dapat diartikan sebagai sikap perhatian yang diberikan suami dalam bentuk memberikan bantuan secara psikologis, dukungan moral, perhatian dan penerimaan, serta melakukan kerjasama yang baik dengan ibu dalam berbagai aktifitas selama masa nifas (Febriyanti, 2021: 79). Dukungan suami juga dapat dilakukan dengan cara membantu ibu dalam perawatan bayi, seperti memandikan bayi, mengganti popok, menyiapkan makanan untuk ibu, menemani ibu menyusui dan membantu ibu mengurus bayi ketika malam hari (Ristanti dan Masita, 2020: 66).

Dukungan suami sangat dibutuhkan ibu pasca melahirkan untuk menciptakan ketenangan, motivasi dan semangat dalam menjalani masanifasnya, hal ini disebabkan karena dukungan suami memiliki pengaruh yang besar terhadap coping ibu dalam menghadapi berbagai perubahan setelah melahirkan (Nurhayati, 2021: 216).

Dukungan suami dalam penelitian ini menggambarkan bentuk dukungan yang diberikan suami kepada istrinya pada masa nifas yang dapat menjadi pencegahan terjadinya *postpartum blues*. Bentuk dukungan suami terdiri dari dukungan emosional, instrumental, penghargaan dan informasi.

Dukungan emosional yang diberikan suami dalam penelitian ini seperti suami meluangkan waktu untuk bermain bersama bayi, suami memberikan semangat ketika ibu kelelahan, suami mudah menerima keadaan bahwa saat ini telah memiliki bayi dan ketika bersedih, suami selalu mendengarkan keluh kesah dan memberi nasehat, hal inilah yang membuat ibu merasa dicintai oleh suaminya. Dalam penelitian ini, suami juga memberikan dukungan instrumental seperti memberikan uang untuk mencukupi kebutuhan bayi, membantu mengurus bayi ketika dirumah dan terkadang ada membantumengerjakan pekerjaan rumah seperti mencuci, menyapu, dan lainnya. Bentuk dukungan penghargaan yang diberikan suami, seperti memuji ibu dan tidak membandingkan ibu dengan orang lain. Dan bentuk dukungan informasi yang diberikan suami dalam penelitian ini seperti suami terkadang mencari informasi terkait cara merawat bayi.

Hubungan Dukungan Suami dengan Kejadian *Postpartum Blues*

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari uji *chi-square* antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* Di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hsundutan Tahun 2023. didapatkan nilai *p-value* 0,004 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues*, sehingga H_0 diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Samria (2021) tentang hubungan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* di wilayah perkotaan yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* ($p\text{-value} = 0,003$). Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian Febriyanti (2021) tentang hubungan karakteristik ibu dan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* dengan nilai $p\text{-value} 0,000$.

Suami merupakan anggota keluarga yang paling dekat dengan ibu, hal ini menjadikan segala bentuk perlakuan maupun tindakan suami akan berdampak pada kondisi psikologis ibu. Dukungan suami sangat dibutuhkan ibu dalam menjalani masa nifasnya, apabila ibu tidak mendapatkan dukungan suami yang adekuat maka hal ini akan membuat ibu sedih dan kewalahan dalam mengurus bayi yang pada akhirnya akan membuat ibu mengalami *postpartum blues* (Samria, 2021: 55).

Hasil penelitian yang sama juga ditemukan pada penelitian Nurhayati (2021) tentang hubungan dukungan suami pada ibu pasca melahirkan dengan *postpartum blues* yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan dengan kejadian *postpartum blues*, dengan nilai $p\text{-value} 0,000$ dan dari penelitian ini juga diketahui bahwa apabila ibu tidak mendapatkan dukungan suami yang adekuat maka ibu 77 kali beresiko akan mengalami *postpartum blues*. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian Fitrah dan Helina (2018) yang dilakukan di Kota Pekanbaru tentang hubungan dukungan suami terhadap kejadian *postpartum blues* yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* dengan $p\text{-value} 0,000$.

Hasil yang sama juga ditemukan pada penelitian Renata dan Agus (2021) tentang hubungan dukungan suami dengan *postpartum blues* pada ibu pasca melahirkan yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* dengan nilai $p\text{-value} 0,042$ dan ibu yang tidak mendapatkan dukungan suami yang baik memiliki resiko 2,331 kali lebih besar mengalami *postpartum blues* dibandingkan ibu yang mendapatkan dukungan suami yang baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Distribusi karakteristik frekuensi responden berdasarkan umur dari 80 responden mayoritas pada ibu yang mengalami *postpartum blues* di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul

Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan Tahun 2023.dengan umur <21 tahun sebanyak 20 orang (25,0%) ,umur 22- 35 tahun sebanyak 44 orang (55,0%),>35 tahun sebanyak 16 orang (20,0).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan dari 80 responden mayoritas pada ibu yang mengalami *postpartum blues* di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan Tahun 2023.dengan pekerjaan IRT sebanyak 38 orang (47,5%),petani sebanyak 13 orang (16,3%),PNS sebanyak 9 orang (11,3%), wiraswasta sebanyak 20 orang (25,5%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan dari 80 responden mayoritas pada ibu yang mengalami *postpartum blues* di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan Tahun 2023.SD sebanyak 5 orang (6,3%),SMP sebanyak 10 orang(12,5%),SMA sebanyak 55 orang (68,8%),Perguruan Tinggi sebanyak 38 orang (47,5%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan suami dari 80 responden terdapat sebanyak 35 orang (43,8%) yang mengalami ada dukungan suami , dan tidak ada mengalami dukungan suami terdapat sebanyak 45 orang (56,3%).di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan Tahun 2023.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan *postpartum blues* dari 80 responden ibu yang menyatakan iya terdapat sebanyak 42 orang (52,5%) dan ibu yang menyatakan tidak terdapat sebanyak 38 orang (47,5%).Hasil analisis diketahui bahwa nilai probabilitasnya $(0,004) < \text{sig}_a = 0,05$. Analisis ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan suami terhadap kejadian *postpartum blues* paa ibi primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Sigompul Kec.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan Tahun 2023.

Saran

1. Peneliti selanjutnya di harapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang berkaitan dalam penelitian ini.
2. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk memperluas atau menambahkan lagi ruang lingkup penelitian mengenai *postpartum blues* antara lain dalam pendidikan ibu,pekerjaan ibu,dan usia pada ibu *postpartum blues*.karena dalam penelitian ini saya membahas dukungan suami dalam *postpartum blues*.
3. Untuk Puskesmas Sigompul Ke.Lintong Nihuta Kab.Humbang Hasundutan agar lebih meningkatkan peran sertanya dalam memberikan edukasi kepada masyarakat melalui kegiatan penyuluhan tentang kesehatan psikologis masa nifas dan bertujuan untuk

meningkatkan hubungan dukungan suami terhadap kejadian postpartum blues.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati. 2019. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta : Penata laksanaa yang diberikan pada pasien mulai dari saat setelah lahirnya bayi sampai dengan kembali tubuh dalam keadaan seperti hamil atau sebelum mendekati keadaan sebelum hamil. Mitra Cendika Pres.
- Arikunto, S. 2018. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bahiyatun. (2009). Buku ajar asuhan kebidanan nifas normal. Jakarta: EGC. Bobak I.M., Lowdermilk, D.L., & Jensen, M.D., Perry, S.E. 2018. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Alih Bahasa : Maria & Peter. Jakarta : EGC
- Diah Ayu, F. (2015). Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal EduHealth*, 5(2), 82–93.
- Edward. 2017. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Ernawati, Dewi, Merlin & Ismawarti, 2020, Postpartum Blues. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 7 (2):203-12
- Fatimah. (2019). Dukungan Suami dengan Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Primipara di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang. Dukungan Suami dengan Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Primipara di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang eprints.undip.ac.id
- Fitrah, A. K., Helina, S., & Kunci, K. (2017). Hubungan Dukungan Suami terhadap kejadian Postpartum Blues di Wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017. 7, 45–51.
- Hutagaol, E. 2019. Hubungan Dukungan Suami dengan Kemauan Ibu Memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Tuminting Kecamatan Tuminting. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 3 (1), 1-7
- Marmi. (2012). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas “Puerperium Care.”* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Munawaroh. 2018. Hubungan Antara Paritas dengan Kejadian Mekanisme Koping Menghadapi Post Partum Blues Pada Ibu Sectio Caesaria Di Bangsal Mawar 1 RSUD Dr. Moewardi
- Nirwana Ade B, 2011. *Psikologi Ibu Bayi dan Anak*. Yogyakarta: Nuha Medika. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Notoatmodjo. 2010. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : PT. Rineka Cipta. 2005. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. Notoatmodjo. (2012b). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nur Aflah Lubis. (2019). Hubungan Dukungan Suami dan Petugas Kesehatan Dengan Kejadian Postpartum Blues Di Klinik Bersalin Putri Maulida Siregar Tembung

Kabupaten Deli Serdang

- Sulistyawati, A. (2009). Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. Yogyakarta: ANDI OFFSET.
- Susanti, L. W., & Sulistiyanti, A. (2018). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Baby Blues Syndrom Pada Ibu Nifas. 121–132.
- Varney, H. (2010). Buku Ajar Asuhan Kebidanan (Edisi 4). Jakarta: EGC. Winkjosastro. (2010). Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.\
- World Health Organization (WHO). 2018. Panduan Kesehatan Dalam Kebidanan. Amerika: WHO; 2018
- Yuliawan, D., & Betty Rahayuningsih, F. (2014). Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kesejahteraan Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Miri Kabupaten Sragen.