

HUBUNGAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN ANGKA KEJADIAN POST PARTUM BLUES DI WILAYAH KELURAHAN BUNGURSARI PUSKESMAS BUNGURSARI KOTA TASIKMALAYA

Iis Istianah^{1*}, Riza Faulina²

¹⁻²Fakultas Ilmu Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: iisistiana088@gmail.com

Disubmit: 25 Juli 2023

Diterima: 16 Maret 2024

Diterbitkan: 01 April 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11197>

ABSTRACT

Postpartum blues or what is more commonly known by the public as baby blues is a psychological disorder experienced by mothers during the postpartum period. If not handled properly, this is prone to developing into postpartum depression or postpartum psychosis. The incidence of postpartum blues is between 50-70% of postpartum women, one in 10 women who have just given birth have a tendency to postpartum blues. The husband is the first and foremost support in providing social support to the wife before other parties provide it. To determine the relationship between husband's support and the incidence of post partum blues in mothers in the Bungursari Village, Bungursari Health Center, Tasikmalaya City. Researchers used quantitative methods with a correlational design with a cross-sectional approach. The time of this research was conducted from April to June 2023. The population in this study were all postpartum mothers in the Bungursari Village, Bungursari Health Center, Tasikmalaya City, totaling 35 people. Samples were taken using total sampling technique so that 35 people were taken. Data were analyzed using univariate analysis and chi square bivariate analysis. The results of the univariate study were obtained from 75 respondents, mostly 55 respondents (73.3%) had husband's support in the good category. The results of the chi-square test showed that $p = 0.036 < \alpha = 0.05$ with $r = 0.25$. There is a relationship between husband's support and the occurrence of postpartum blues in postpartum mothers in the Bungursari Village Area, Bungursari Health Center, Tasikmalaya City.

Keywords: Husband Support, Postpartum Blues

ABSTRAK

Postpartum blues atau yang oleh masyarakat lebih sering dikenal dengan istilah baby blues merupakan suatu gangguan psikologis yang dialami ibu pada masa postpartum. Jika tidak tertangani dengan tepat hal ini rentan berkembang menjadi penyakit/gangguan mental postpartum depression atau postpartum psychosis. Angka kejadian postpartum blues antara 50-70% dari wanita pasca persalinan, satu dari 10 wanita yang baru saja melahirkan memiliki kecenderungan postpartum blues. Suami merupakan dukungan pertama dan utama dalam memberikan dukungan sosial kepada istri sebelum pihak lain yang memberikan. Untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan tingkat

kejadian post partum blues pada ibu di Kelurahan Bungursari Puskesmas Bungursari Kota Tasikmalaya. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan korelasional pendekatan *cross sectional*. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April sampai dengan Juni 2023. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu *postpartum* di Kelurahan Bungursari Puskesmas Bungursari Kota Tasikmalaya sebanyak 35 orang. Sampel diambil menggunakan teknik *total sampling* sehingga diambil 35 orang. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat *chi square*. Hasil penelitian univariat diperoleh dari 75 responden, sebagian besar sebanyak 55 responden (73.3%) memiliki dukungan suami pada kategori baik. Hasil uji *chi-square* menunjukkan hasil $p = 0.036 < \alpha = 0.05$ dengan $r = 0.25$. Terdapat hubungan antara dukungan suami dengan terjadinya *postpartum blues* pada ibu *postpartum* di Wilayah Kelurahan Bungursari Puskesmas Bungursari Kota Tasikmalaya.

Kata Kunci: Dukungan Suami, *Post Partum Blues*

PENDAHULUAN

Postpartum merupakan peristiwa yang paling dinamis dalam siklus kehidupan seorang wanita yang dapat mempengaruhi fisik dan psikologis. Setelah melahirkan, wanita dituntut untuk beradaptasi dengan peran baru sebagai ibu, yang mengakibatkan perubahan dalam hubungan suami maupun anggota keluarga lain serta perubahan dalam fungsi keluarga (Takahashi & Tamakoshi dalam Arisani & Noordiati, 2021). Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi sebagian lagi tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan emosional pasca persalinan terdapat tiga bentuk yaitu *postpartum blues*, depresi *postpartum*, dan psikologis *postpartum*. Gangguan emosional yang buruk pada masa *postpartum* juga ditemukan terkait dengan penurunan berat badan bayi, peningkatan masalah kesehatan bayi, dan peningkatan masalah perilaku seperti pola asuh anak dan kekerasan pada bayi (Takahashi & Tamakoshi dalam Arisani & Noordiati, 2021). Gangguan emosional yang paling serius dijumpai pada ibu yang baru melahirkan adalah *postpartum blues*.

Hutagaol dalam Hanifah et al. (2017) menjelaskan *postpartum blues* merupakan sindrom gangguan mood ringan yang sering tidak diperdulikan oleh ibu *postpartum*, keluarganya atau petugas kesehatan. Seringkali *postpartum blues* berkembang menjadi depresi bahkan psikosis, yang dapat berdampak buruk pada ibu yang mengalami masalah hubungan perkawinan dengan suami dan perkembangannya anaknya. Sekitar 10% perempuan diseluruh dunia mengalami masalah kesehatan mental, dan 13% wanita mengalami ini setelah melahirkan (World Health Organization, 2015).

Berbagai studi mengenai *postpartum blues* di luar negeri (jepang) dengan angka kejadian yang cukup tinggi dan sangat bervariasi antara 26-85 %, secara global diperkirakan terdapat 20% wanita melahirkan menderita *postpartum blues*. Sedangkan di Indonesia, angka kejadian *postpartum blues* antara 50-70% dari wanita pasca persalinan, satu dari 10 wanita yang baru saja melahirkan memiliki kecenderungan *postpartum blues* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). beberapa penelitian yang pernah dilakukan

pada tahun 2006 di rumah sakit di Surabaya didapatkan hasil 22,35% responden mengalami postpartum blues. Penelitian ini dilakukan rumah sakit di Surabaya dengan jumlah populasi pada tahun 2018 mencapai lebih dari 2183 ibu melahirkan dirumah sakit. Terdapat 100 lebih ibu melahirkan tiap bulannya yang belum diketahui mengalami postpartum blues sehingga dapat mendeteksi dan meminimalisir adanya postpartum blues akibat kurangnya dukungan suami.

Postpartum blues atau yang oleh masyarakat lebih sering dikenal dengan istilah baby blues merupakan suatu gangguan psikologis yang dialami ibu pada masa postpartum yang ditandai beberapa gejala seperti perubahan mood, merasa terlalu emosional, mudah menangis, letih, serta bingung dan pikiran kacau (Adila et al. dalam Setyaningrum et al., 2023).

Dalam beberapa penelitian faktor yang mempengaruhi postpartum blues yaitu usia, pendidikan, hubungan sosial, hubungan keluarga, dukungan suami, budaya tempat tinggal, pengalaman melahirkan dan mengasuh anak, kebiasaan hamil, stress, perubahan hormon, status pekerjaan suami maupun ibu, ekonomi, dan kepuasan pernikahan. Dari beberapa faktor yang disebutkan, ibu rentan mengalami resiko yang lebih besar terutama pada faktor kurangnya dukungan suami, terutama perempuan yang baru saja mengalami periode postpartum belum bisa beradaptasi dengan perubahan peran dan fungsi baru dikeluarganya sehingga hal itu menjadi pengaruh untuk terjadi postpartum blues (Takahashi & Tamakoshi dalam Arisani & Noordiati, 2021).

Jika tidak tertangani dengan tepat hal ini rentan berkembang menjadi penyakit/gangguan mental

postpartum depression atau postpartum psychosis (Ernawati et al., 2020). Perempuan yang menderita postpartum psikosis tidak menyadari bahwa pikiran dan perasaan mereka adalah milik mereka sendiri. Dan sering bertindak berdasarkan kecenderungan delusi mereka, di antaranya menyebabkan pembunuhan bayi dan diperkirakan bahwa kesalahan delusi tentang ketidakmampuan pribadi untuk merawat atau mencintai bayi tersebut memicu pembunuhan bayi, dan Sebagian besar ibu yang membunuh bayi mereka akan melakukan bunuh diri (Setyaningrum et al., 2023).

Ibu hamil yang mendapatkan dukungan yang lebih kuat dari pasangan (suami) dipertengahan kehamilan memiliki tekanan emosional pasca melahirkan (postpartum) yang lebih rendah (Stapleton, 2012). Dalam ulasan Stapleton (2012), penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan yang diberikan pasangan (suami) yang menjalani kehamilan dapat memprediksi kesehatan mental ketika hamil dan saat postpartum ibu. Dari hasil penelitian Jeli et al. (2015) menunjukkan 70% primipara yang kurang memiliki dukungan social, baik dalam bentuk dukungan emosional, informasi, instrumental, penghargaan dari suami, keluarga, tetangga, maupun tenaga kesehatan akan mengalami postpartum syndrome, hal ini menunjukkan betapa pentingnya dukungan keluarga (suami) yang diberikan kepada ibu primipara untuk mengurangi dampak dari munculnya postpartum syndrome.

Menurut Baumeister et al. dalam Ummah (2021) suami merupakan dukungan pertama dan utama dalam memberikan dukungan sosial kepada istri sebelum pihak lain yang memberikan. Wanita memiliki dukungan suami cenderung memiliki

tingkat depresi postpartum yang rendah dikarenakan adanya keharmonisan dan kemampuan komunikasi yang baik serta adanya saling menghargai dan mengasihi sehingga para suami mampu untuk memahami kondisi psikologis dari istri, terlebih pada seorang istri yang baru pertama melahirkan dengan kondisi bayi hidup dan sehat (primipara) (Shirjang & Maryam, 2013 dalam Oktaputring et al., 2018).

Upaya pencegahan terjadinya postpartum blues terdiri dari yaitu ibu, mempersiapkan diri sebelum melahirkan, senam hamil, mempelajari sendiri atau mencari informasi tentang postpartum blues, tidur makan yang cukup, olahraga yang cukup, sering curhat atau ungkapkan perasaan pada suami atau keluarga terdekat, dukungan dari orang-orang terdekat seperti suami maupun kelompok. Terutama dukungan dari suami seperti dukungan instrmental (material), dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan emosi. Sehingga ibu dapat mengurangi resiko terjadinya postpartum blues.

Berdasarkan ulasan diatas penelitian ini sangat penting dilakukan untuk mendeteksi secara dini terjadinya postpartum blues sehingga dapat dilakukan suatu penatalaksanaan yang baik agar ibu tidak jatuh pada kondisi yang lebih buruk, serta untuk mengetahui dukungan suami seperti apakah yang mempengaruhi terjadinya postpartum blues pada Ibu di wilayah Kelurahan Bungursari Puskesmas Bungursari Kota Tasikmalaya.

TINJAUAN PUSTAKA

Dukungan Sosial

Menurut Taylor (2019) dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seorang

dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi. Dukungan sosial adanya hubungan yang akrab atau kualitas hubungan pernikahan dan keluarga. Dukungan sosial merupakan bentuk dari kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia untuk seseorang dari orang atau kelompok lain (Sarafino, 2019).

Dukungan sosial adalah kebutuhan mendasar bagi individu untuk melanjutkan hubungan sosial, mengatasi kesepian, beradaptasi dengan masyarakat, dan mempertahankan keadaan psikologis yang stabil (Gunuc & Dogan, 2013). Menurut Brownel dan Shumaker Sulistyawati (2010) terdapat efek tidak langsung dari dukungan sosial berarti dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan individu dengan mempengaruhi tingkat keparahan stress dari suatu peristiwa.

Dukungan Suami

Dukungan suami berperan positif dan signifikan bagi kesejahteraan psikologis pada perempuan, Ditemukan bahwa semakin besar dukungan maka berkontribusi meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan dukungan suami yang tinggi perempuan akan merasa lebih menerima darinya mempunyai tujuan hidup, memiliki keterampilan untuk mengambil kesempatan yang muncul, mempunyai keinginan untuk mengembangkan potensi dan dapat membangun hubungan positif dengan orang lain (Putriyani & Listiyandini, 2018).

Hal ini mungkin dapat terjadi pula pada ibu postpartum sehingga suami akan meningkatkan dukungannya dan kejadian pemanjangan gejala *postpartum blues* tidak terjadi. Adanya hubungan positif yang sangat

signifikan antara dukungan sosial suami dengan motivasi menjaga kesehatan selama kehamilan pada ibu hamil semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan suami maka semakin tinggi pula motivasi ibu untuk menjaga kesehatan selama kehamilan. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diberikan suami maka semakin rendah pula motivasi ibu untuk menjaga kesehatan selama kehamilan (Melati & Raudatussalimah, 2012).

Nifas

Dalam bahasa latin, waktu setelah melahirkan anak disebut *peurperium* yaitu kata *peur* yang artinya bayi dan *parous* melahirkan. Masa nifas (*peurperium*) dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil. Masa nifas atau *peurperium* dimulai sejak 2 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari) (Risa, 2019).

Postpartum blues

Postpartum blues atau yang oleh masyarakat lebih sering dikenal dengan istilah baby blues merupakan suatu gangguan psikologis yang dialami ibu pada masa postpartum yang ditandai beberapa gejala seperti perubahan mood, merasa terlalu emosional, mudah menangis, letih, serta bingung dan pikiran kacau (Adila et al. dalam Setyaningrum et al., 2023).

Dalam beberapa penelitian faktor yang mempengaruhi postpartum blues yaitu usia, pendidikan, hubungan sosial, hubungan keluarga, dukungan suami, budaya tempat tinggal, pengalaman melahirkan dan mengasuh anak, kebiasaan hamil, stress, perubahan hormon, status pekerjaan suami maupun ibu, ekonomi, dan kepuasan pernikahan.

Dari beberapa faktor yang disebutkan, ibu rentan mengalami resiko yang lebih besar terutama pada faktor kurangnya dukungan suami, terutama perempuan yang baru saja mengalami periode postpartum belum bisa beradaptasi dengan perubahan peran dan fungsi baru dikeluarganya sehingga hal itu menjadi pengaruh untuk terjadi postpartum blues (Takahashi & Tamakoshi dalam Arisani & Noordiati, 2021).

Jika tidak tertangani dengan tepat hal ini rentan berkembang menjadi penyakit/gangguan mental postpartum depression atau postpartum psychosis (Ernawati et al., 2020). Perempuan yang menderita postpartum psikosis tidak menyadari bahwa pikiran dan perasaan mereka adalah milik mereka sendiri. Dan sering bertindak berdasarkan kecenderungan delusi mereka, di antaranya menyebabkan pembunuhan bayi dan diperkirakan bahwa kesalahan delusi tentang ketidakmampuan pribadi untuk merawat atau mencintai bayi tersebut memicu pembunuhan bayi, dan Sebagian besar ibu yang membunuh bayi mereka akan melakukan bunuh diri (Setyaningrum et al., 2023).

Dukungan suami ditunjukkan dengan adanya interaksi suami saat sebelum dan sesudah persalinan. Bentuk interaksi tersebut diberikan dalam bentuk dukungan baik moril seperti perhatian, dorongan semangat, dukungan spiritual, maupun dukungan lain yang mempengaruhi psikologis ibu. Penurunan *postpartum blues* dipengaruhi oleh dukungan suami, semakin tinggi dukungan yang diberikan suami semakin besar pula peluang penurunan *postpartum blues* (Soep dalam Aisyah, 2022).

Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dan pertanyaan pada penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara dukungan suami dengan tingkat kejadian postpartum blues pada ibu?”.

Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan suami dengan tingkat kejadian post partum blues pada ibu di Kelurahan Bungursari Puskesmas Bungursari Kota Tasikmalaya.

METODOLOGI PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan korelasional pendekatan *cross sectional*. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April sampai dengan Juni 2023. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu *postpartum* di Kelurahan Bungursari Puskesmas Bungursari Kota Tasikmalaya sebanyak 35 orang. Sampel diambil menggunakan teknik *total sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga diambil 35 orang. Adapun kriteria inklusi berupa ibu *postpartum* yang kontrol pada hari ke 7- 14 setelah melahirkan; Ibu *postpartum* yang

setuju sebagai responden; dan Ibu *postpartum* yang dapat berkomunikasi dengan baik. Begitu pula dengan kriteria eksklusi berupa Ibu *postpartum* dengan keadaan sehat lemah karena komplikasi saat melahirkan; Ibu yang tidak dapat berbahasa Indonesia; Ibu yang tidak dapat membaca; Ibu yang memiliki riwayat gangguan jiwa; dan Ibu yang tidak memiliki suami. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel independen yaitu dukungan suami. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel dependen yaitu *postpartum blues*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan data demografi. Kuesioner dukungan suami yang merupakan modifikasi dari kuesioner *inventory of socially supportive behaviors* (ISSB) (Stomborg & Oslen, 2004) terdiri 26 item pertanyaan yang telah diuji validitas dengan r hitung $> r$ tabel. Adapun kuesioner kejadian *postpartum blues* menggunakan *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS). Setelah kuesioner diisi oleh responden, data dikelola melalui langkah *editing, coding, scoring, dan tabulating*. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat *chi square*.

HASIL PENELITIAN

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan dukungan suami

Dukungan suami	Jumlah (n)	Presentase
Baik	55	73.3
Cukup	16	21.3
Kurang	4	5,3
Total	75	100

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan suami

baik (72,5%), dan sebagian kecil responden memiliki dukungan suami kurang (5%).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan kejadian *postpartum blues*

Post Partum Blues	Jumlah (n)	Presentase
Terjadi	18	24
Tidak Terjadi	57	76
Total	75	100

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan sebagian besar responden tidak terjadi *postpartum*

blues (76%) dan sebagian kecil responden terjadi *postpartum blues* (24%).

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 3. Analisis hubungan antara dukungan suami dengan terjadinya *postpartum blues*

Post Partum Blues	Dukungan Suami						Total	Persentase
	Kurang		Cukup		Baik			
	N	%	N	%	N	%		
Terjadi	2	2,7	7	9,4	9	12	18	24
Tidak Terjadi	2	2,7	9	12	46	61,3	57	76
Jumlah	4	5,4	16	21,3	55	73,3	75	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan suami baik dengan tidak terjadi *postpartum blues* (61.3%) dan sebagian kecil responden memiliki

dukungan kurang dengan terjadi *postpartum blues* (2.7%).

Berdasarkan hasil uji statistik chi kuadrat nilai $p : 0.036 < \alpha : 0.05$ menunjukkan terdapat hubungan dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues*.

PEMBAHASAN

Identifikasi dukungan suami pada ibu *postpartum*

Berdasarkan tabel 1 dari 75 responden Sebagian besar sebanyak 55 responden (73.3%) memiliki dukungan suami pada kategori baik. Dukungan suami merupakan dukungan yang didapatkan pertama kali dan utama dalam pemberian dukungan sosial sebelum dukungan dari pihak lain yang akan dirasakan individu (istri) dalam siklus sosial (Baumeister et al. dalam Ummah, 2021). Suami merupakan suatu peranan penting dalam rumah tangga. Sebagian besar responden menganggap suami merupakan teman, sahabat, saudara terdekat yang berada disampingnya baik suka

maupun duka. Ibu dengan tinggal serumah dengan suami akan mendapatkan dimensi dukungan yang lengkap dan baik. Ibu yang berada dekat dan intim dengan pasangan, dalam keluarga inti menjalankan hubungan antara suami istri bersifat saling membutuhkan, melindungi, membantu dan mendukung layaknya sahabat dan bertanggung jawab dalam peran rumah tangga hal ini akan menyebabkan ibu *postpartum* memiliki dukungan suami pada tingkat yang baik sehingga gangguan perasaan yang berisiko terjadi bisa diminimalisir. Rata-rata responden mengungkapkan bahwa suami selalu mendampingi, memberi semangat,

dan turut khawatir dengan keadaan ibu. Dukungan yang dirasakan ibu dibutuhkan untuk psikologis dan peran yang dialami akibat proses persalinan. Perubahan-perubahan tersebut terkadang membuat ibu khawatir, cemas, dan takut sehingga ibu mengalami perasaan kecemasan berlebihan hingga perubahan suasana yang ekstrem. Dukungan dari suami merupakan motivasi dan dorongan dasar untuk ibu beradaptasi dari perubahan dan penambahan peran yang ibu alami.

Berdasarkan tabel 1 Mayoritas responden dalam penelitian ini tinggal serumah dengan suami sebanyak 72 orang (96%) dan merupakan keluarga inti sebanyak 53 orang (70.7%). Putriyani & Listiyandini (2018) menjelaskan dukungan suami berperan positif dan signifikan bagi kesejahteraan psikologis pada perempuan, perempuan yang menerima dukungan semakin besar akan merasa lebih menerima dirinya, mempunyai tujuan hidup, dan berkeinginan untuk mengembangkan potensi membangun hubungan positif dengan orang lain. Wanita dengan masa nifas yang tinggal serumah dengan orang tua maupun tinggal dengan mertua cenderung mengalami postpartum depresi dibandingkan dengan wanita yang hanya tinggal dengan suami (Wang et al., 2017).

Menurut peneliti, Ibu postpartum yang tinggal serumah dengan suami memiliki kedekatan yang lebih intim antar pasangan hal ini meminimalisir ibu memiliki resiko terjadinya postpartum blues hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya ibu yang tinggal dengan keluarga besar cenderung memiliki stress tersendiri akibat adat istiadat yang harus dianut oleh ibu tetapi keuntungan dengan keluarga besar pasangan suami istri yang baru bisa

mendapatkan pengetahuan akan merawat bayi mereka.

Analisa hubungan dukungan suami dengan terjadinya *postpartum blues* pada ibu

Hasil uji chi-square menunjukkan hasil $p = 0.036 < \alpha = 0.05$ dengan $r = 0.25$ dengan arti terdapat hubungan antara dukungan suami dengan terjadinya *postpartum blues*. Berdasarkan tabel 3 Mayoritas responden memiliki dukungan suami yang baik dan tidak mengalami *postpartum blues* sebanyak 49 orang (61%) dan Terdapat 2 (2.5%) orang yang dukungan suaminya kurang dan tidak terjadi *postpartum blues*.

Soep dalam Aisyah (2022) mengatakan penurunan *postpartum blues* dipengaruhi oleh dukungan suami, semakin tinggi dukungan yang diberikan suami semakin besar pula peluang penurunan *postpartum blues*. dukungan suami yang kuat memenuhi 4 dimensi dukungan sehingga yang diberi dukungan merasa dihargai, dilindungi, dicintai dan dibimbing oleh orang yang paling dekat yaitu suami. Melahirkan dibawah usia 20 tahun menyebabkan kurang matangnya dalam berpikir, sehingga akan menyebabkan kurangnya kesiapan mental dalam mengurus anak dan berumah tangga (Mastuti & Febriyanti, 2022).

Peran suami istri yang berkesinambungan dan saling melengkapi akan mampu memahami satu sama lain, keharmonisan yang timbul akibat komunikasi yang positif, manajemen konflik yang baik dapat dan pembagian rumah tangga menyebabkan dukungan kuat yang dirasakan oleh ibu sehingga relasi suami istri saling memahami kondisi fisik dan psikologis dari masing-masing. Pada karakteristik responden yang memiliki dukungan kurang berada di umur lebih dari 20 tahun. Ibu dengan umur lebih dari 20 tahun akan lebih menyiapkan

kehamilannya dan memprediksi kemungkinan - kemungkinan yang terjadi dengan matang, sehingga ibu dapat mengurangi harapan yang berlebihan saat ibu melahirkan maupun mengurus anak.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara dukungan suami dengan terjadinya *postpartum blues* pada ibu postpartum di Wilayah Kelurahan Bungursari Puskesmas Bungursari Kota Tasikmalaya.

Saran

Diharapkan calon ayah lebih mendukung ibu dalam masa hamil, melahirkan, dan merawat bayi sehingga kesejahteraan ibu dan anak semakin meningkat.

Diharapkan perawat dapat memotivasi ibu dengan layanan yang diberikan sehingga mengurangi resiko postpartum blues akibat layanan yang kurang memuaskan.

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan menambah faktor-faktor yang tidak di temukan dalam penelitian ini.

Diharapkan mahasiswa menambah bahan acuan penelitian skripsi selanjutnya dan pengembangan penemuan baru.

Diharapkan puskesmas meningkatkan layanan kesehatan yang mendukung ibu setelah melahirkan guna mencegah terjadinya *postpartum blues*

DAFTAR PUSTAKA

Adila, D. R., Saputri, D., & Niriyah, S. (2019). Pengalaman Postpartum Blues Pada Ibu Primipara. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(2), 156. <https://doi.org/10.31258/jni.9.2.156-162>

Aisyah, T. R. (2022). *Studi Literatur Hubungan Dukungan Suami*

Dengan Kejadian Depresi Pada Ibu Postpartum. Universitas Jambi.

Arisani, G., & Noordiati, N. (2021). Hubungan Kecemasan, Cara Persalinan Dan Onset Laktasi Dengan Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 149. <https://doi.org/10.26714/jk.10.2.2021.149-160>

Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model Of Self-Control. *Current Directions In Psychological Science*, 16(6), 351-355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>

Ernawati, D., Merlin, W. O., & Ismarwati, I. (2020). Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal Of Ners And Midwifery)*, 7(2), 203-212. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.art.p203-212>

Gunuc, S., & Dogan, A. (2013). The Relationships Between Turkish Adolescents' Internet Addiction, Their Perceived Social Support And Family Activities. *Computers In Human Behavior*, 29(6), 2197-2207. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.011>

Hanifah, Salma, R., & Kusumawati, Y. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Depresi Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar Kabupaten Karanganyar Tahun 2017*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Hutagaol, E. T. (2010). *Efektivitas Intervensi Edukasi Pada Depresi Postpartum*. Universitas Indonesia.

Jeli, I. A., Sumarni, & Rustamaji. (2015). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Rambangaru*

- Kecamatan Haharu Kabupaten Sumba Timur Provinsi Nusa Tenggara Timur. Universitas Gadjah Mada.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*.
- Mastuti, H., & Febriyanti, H. (2022). Hubungan Dukungan Suami Dan Peran Petugas Kesehatan Dalam Pemilihan Penolong Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Gedung Rejo Sakti Kecamatan Penawar Aji Tulang Bawang Tahun 2021. *Ners Akademi*, 1(1).
- Melati, R., & Raudatussalamah. (2012). Hubungan Dukungan Sosial Suami Dengan Motivasi Dalam Menjaga Kesehatan Selama Kehamilan. *Jurnal Psikologi*, 8(2). <https://doi.org/10.24014/Jp.V8i2.194>
- Oktaputring, D., C., S., & Suroso, S. (2018). Post Partum Blues: Pentingnya Dukungan Sosial Dan Kepuasan Pernikahan Pada Ibu Primipara. *Psikodimensia*, 16(2), 151. <https://doi.org/10.24167/Psiko.V16i2.1217>
- Putriyani, R., & Listiyandini, R. A. (2018). Peran Dukungan Suami Bagi Kesejahteraan Psikologis Jurnalis Perempuan. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 35-45. <https://doi.org/10.24854/Jps.V6i1.630>
- Risa, P. R. A. (2019). *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal*. Deepublish.
- Sarafino, E. P. (2019). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons.
- Setyaningrum, D. T., Metra, L. A., & Sukmawati, V. E. (2023). The Phenomenon Of Postpartum Blues In Primiparas (Mothers With The Birth Of The First Baby). *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 10(1). <https://doi.org/10.54867/Jkm.V10i1.158>
- Shirjang, L., & Maryam, G. (2013). Relationship Between Social Adjustment And Marital Satisfaction With Postpartum Depression. *American Journal Of Sustainable Cities And Society*, 1(2).
- Soep. (2009). *Pengaruh Intervensi Psikoedukasi Dalam Mengatasi Depresi Postpartum Di RSUD Dr. Pirngadi Medan*. Universitas Sumatera Utara.
- Stapleton, A. (2012). Coaching Clients Through The Quarter-Life Crisis: What Works? *International Journal Of Evidence Based Coaching And Mentoring*, 6, 130-145.
- Sulistyawati, I. (2010). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan *Jurnal Psikologi Sosial*, 1(1), 4-5.
- Taylor, S. E. (2019). *Health Psychology*. Mc. Graw Hill Book Company.
- Ummah, S. N. (2021). *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Orangtua Dengan Adaptabilitas Karir Pada Mahasiswa Di Yogyakarta*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Wang, Y.-Y., Li, H., Wang, Y.-J., Wang, H., Zhang, Y.-R., Gong, L., Ma, J., Wang, Y., Wang, M.-Z., Qiu, S.-X., & Yuan, S.-X. (2017). Living With Parents Or With Parents In Law And Postpartum Depression: A Preliminary Investigation In China. *Journal Of Affective Disorders*, 218, 335-338. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.04.052>
- World Health Organization. (2015). *Integrated Management Of Pregnancy And Childbirth, Pregnancy, Childbirth, Postpartum And Newborn Care: A Guide For Essential Practice* (3rd Ed.). World Health Organization.