

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Periode *postpartum* adalah masa setelah melahirkan ketika tubuh ibu mengalami perubahan untuk kembali ke kondisi sebelum hamil (Nadhiroh et al., 2022). Pada masa ini, ibu menghadapi tantangan fisik, psikologis, dan sosial, seperti kelelahan akibat persalinan, perubahan hormonal, dan tekanan dalam mengasuh bayi (Puspita et al., 2021). Salah satu gangguan psikologis yang sering muncul adalah *postpartum blues* atau *baby blues syndrome*, yang ditandai dengan perasaan sedih, mudah menangis, perubahan suasana hati, dan kecemasan berlebihan. Gejala ini biasanya muncul dalam beberapa hari setelah melahirkan dan berlangsung hingga dua minggu (Marwiyah, 2020). Meskipun tergolong umum, jika tidak ditangani, kondisi ini dapat berkembang menjadi depresi atau psikosis *postpartum* yang berisiko bagi ibu dan bayi (Setyowati, 2022).

Data Indonesia, kejadian *postpartum blues* masih cukup tinggi. Berdasarkan data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), sekitar 57% ibu di Indonesia mengalami gejala baby blues, dengan estimasi prevalensi nasional berkisar antara 50–70% (BKKBN, 2021). Angka ini menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan kasus *postpartum blues* tertinggi di Asia (Vedasari, 2024). Risiko kegawatdaruratan akibat gangguan psikiatri pasca persalinan mencakup psikosis *postpartum*, dengan prevalensi 1 dari 500 ibu *postpartum* di seluruh dunia (WHO, 2020). Kondisi ini dapat berujung pada risiko lebih serius, seperti keinginan bunuh diri atau tindakan kekerasan terhadap bayi (Rahmawati & Dwi, 2022).

Tingkat provinsi Jawa Timur, angka *postpartum blues* juga cukup tinggi. Studi di RSUD Dr. Soetomo Surabaya menemukan bahwa 50% dari 40 ibu nifas mengalami *postpartum blues*, sementara penelitian di Kabupaten Jember menunjukkan bahwa 63,8% ibu mengalami kondisi yang sama (Darsono, 2023). Selain itu, berdasarkan studi pendahuluan di Kecamatan Wonocolo, angka depresi *postpartum* mencapai 66% (Rosyida, 2023). Tahun 2022, terdeteksi 1 kasus seorang ibu yang mengalami *postpartum blues* di

Desa Sumberejo. Kasus ini dipicu oleh minimnya dukungan dari keluarga, khususnya suami, yang menyebabkan tekanan emosional tinggi dan kesulitan dalam menyusui. Dampaknya sangat serius, hingga mengakibatkan kematian bayi. Hal ini menunjukkan bahwa *postpartum blues* bukanlah gangguan ringan, melainkan kondisi yang dapat berdampak fatal jika tidak ditangani dengan tepat (Racmahwati, 2022).

Menurut data bidan desa jumlah ibu yang melahirkan di Desa Sumberejo, Kecamatan Ambulu, mengalami variasi setiap bulannya. Pada bulan Januari, tercatat sebanyak 25 orang ibu melahirkan. Jumlah ini mengalami peningkatan pada bulan Februari, di mana terdapat 28 orang ibu yang melahirkan. Data ini menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka kelahiran di awal tahun di desa tersebut. Dari total ibu yang melahirkan tersebut. Menurut data dari puskesmas Ambulu, peneliti menemukan bahwa dari total 53 orang diantaranya terdapat 10 yang orang mengalami *postpartum blues*, tetapi hanya 1 orang saja yang terdata di puskesmas. Ditemukan pula beberapa alasan mayoritas ibu lainnya dimana pasca melahirkan tidak melakukan pendataan di puskesmas, dikarenakan mereka seringkali merasa malu dan kentalnya stigma negatif dari masyarakat. Kasus yang sering terjadi pada ibu yang mengalami *postpartum blues* salah satunya adalah akibat kurangnya dukungan dari keluarga dan hadirnya peran suami. Hal itulah yang menyebabkan para ibu mengalami stres serta kesulitan dalam menyusui karena produksi ASI yang tidak lancar (Data Desa Sumberejo, 2025).

Postpartum blues dapat mengganggu pola asuh karena ibu merasa cemas, kurang percaya diri, dan kesulitan merawat bayi (Salma, 2022). Kondisi ini dipicu oleh perubahan hormon, kelelahan, dan kurangnya dukungan sosial (Dyah, 2024). Dukungan dari pasangan dan keluarga sangat penting, karena ibu tanpa dukungan suami 29 kali lebih berisiko mengalami *postpartum blues* (Salma, 2022), sementara dukungan sosial menyumbang 30,2% dari faktor yang mempengaruhi kondisi ini (Hidayah & Taufik, 2021).

Postpartum blues berdampak besar pada perkembangan anak karena ibu cenderung kesulitan merespons kebutuhan bayi, merasa cemas, dan kurang percaya diri (Achmada, 2022). Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat

mengganggu ikatan emosional dan menyebabkan gangguan *attachment* pada anak (Dyah, 2024). Ketidakstabilan emosi juga memicu pola asuh yang permisif atau *neglectful*, yang dapat membingungkan dan merugikan perkembangan anak (Susilawati, 2020). Dukungan sosial dan intervensi dari tenaga kesehatan sangat penting untuk membantu ibu dan meningkatkan kualitas pengasuhan (Hidayah & Taufik, 2021; Kia, 2020).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *postpartum blues* berdampak negatif pada pola asuh, karena menurunkan kualitas interaksi ibu-anak (Koenarso et al., 2024; Putri, 2024). Namun, Syarif et al. (2024) menekankan bahwa pengaruhnya tergantung pada kesiapan mental ibu, sehingga ibu yang siap secara mental tetap dapat mengasuh dengan baik. Perbedaan temuan ini menunjukkan perlunya dilakukan penelitian secara berkelanjutan. Diharapkan hasilnya dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan sosial dan intervensi tenaga kesehatan guna mencegah *postpartum blues* dan mendukung pola asuh yang optimal.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh kejadian *postpartum blues* pada ibu terhadap pola asuh anak di Desa Sumberejo, Kecamatan Ambulu?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *postpartum blues* pada ibu terhadap pola asuh anak di Desa Sumberejo, Kecamatan Ambulu

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kejadian *postpartum blues* yang dialami oleh ibu di Desa Sumberejo, Kecamatan Ambulu.
2. Mengidentifikasi pola asuh yang diterapkan oleh ibu yang mengalami *postpartum blues* di Desa Sumberejo, Kecamatan Ambulu.
3. Menganalisis pengaruh *postpartum blues* terhadap pola asuh anak di Desa Sumberejo, Kecamatan Ambulu.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Menyediakan informasi, pengetahuan, dan wawasan yang bermanfaat untuk kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya terkait dengan *baby blues*, yang merupakan salah satu dampak psikologis yang dapat muncul setelah proses persalinan.
2. Memberikan pemahaman tentang betapa pentingnya dukungan keluarga bagi ibu *postpartum* untuk mencegah terjadinya *postpartum blues*.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. **Tenaga Kesehatan** : Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam melakukan edukasi untuk meningkatkan partisipasi suami dan anggota keluarga lainnya dalam mendukung ibu, sehingga cara pengasuhan anak menjadi lebih baik.
2. **Masyarakat**: Menyediakan tambahan pengetahuan dan wawasan yang lebih mendalam, khususnya bagi suami dan ibu, mengenai *postpartum blues* selama masa nifas. Hal ini bertujuan untuk mencegah terjadinya komplikasi dan dampak jangka panjang yang dapat muncul akibat *postpartum blues*.
3. **Peneliti Selanjutnya**: hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan, sumber informasi, dan referensi untuk penelitian selanjutnya, sehingga materi-materi yang relevan dapat dikembangkan lebih lanjut.