

## Pengaruh *Parentcraft Education* Terhadap Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Di Kota Bogor

Suhartika<sup>1\*</sup>, Gilang Purnamasari<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung Jalan Dr. Sumeru No. 116 Bogor Jawa Barat

### ABSTRAK

Perubahan fisiologis yang cukup drastis setelah persalinan akan mempengaruhi perubahan psikologis khususnya pada ibu baru. Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi sebagian lagi tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan psikologis seperti merasa sedih, jengkel, lelah, marah, dan putus asa. Perasaan-perasaan itulah yang membuat seorang ibu enggan mengurus bayinya yang oleh para peneliti disebut *post partum blues*.

*Parentcraft education* sangat diperlukan karena bisa membantu ibu dan keluarga untuk memahami fase-fase yang sedang dialaminya sehingga tidak terjadi kebingungan dan mampu menyesuaikan setiap tahap perkembangannya menjadi orang tua.

Penelitian ini merupakan penelitian *analitik* dengan rancangan penelitian *quasi experiment*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester 3 di Puskesmas Gang Kelor dan Sindangbarang. Sampelnya adalah ibu hamil trimester 3 yang memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut: tidak ada komplikasi pada kehamilannya. Besar sampel minimal adalah 24 orang pada kelompok intervensi maupun kontrol. Untuk menganalisis pengaruh *parentcraft education* terhadap peningkatan pengetahuan dilakukan uji *wilcoxon* dan untuk mengetahui pengaruh *parentcraft education* terhadap kejadian postpartum blues pada ibu postpartum dengan uji statistik *chi square*.

Hasil penelitian terdapat pengaruh yang bermakna antara *parentcraft education* terhadap peningkatan pengetahuan ( $p = 0,01$ ) dan pengaruh yang tidak bermakna terhadap kejadian postpartum blues ( $p = 0,143$ ). Perlu adanya penelitian lanjutan yang mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejadian postpartum blues.

**Kata kunci:** *parentcraft education*, pengetahuan, *postpartum blues*

### *The Influence of Parentcraft Education To Postpartum Blues Occurrence in Postpartum Mothers in Bogor City*

*Quite drastic physiological changes after delivery will affect psychological changes, especially in new mothers. Some women manage to adjust well, but some fail to adapt and experience psychological disorders such as feeling sad, irritated, tired, angry, and hopeless. These feelings make a mother reluctant to take care of her baby, which researchers call post partum blues. Parentcraft education is very necessary because it can help mothers and families to understand the phases that are being experienced so that there is no confusion and be able to adjust each stage of development into parents.*

*This research is an analytic study with a quasi-experimental research design. The population of this study was all 3 trimester pregnant women in Puskesmas Gang Kelor and Sindangbarang. The sample was trimester 3 pregnant women who met the inclusion criteria as follows: there were no complications in her pregnancy. The minimum sample size is 24 people in the intervention and control groups. To analyze the effect of parentcraft education on increasing knowledge, Wilcoxon test was performed and to determine the effect of parentcraft education on postpartum blues events in postpartum mothers with chi square statistical tests.*

*The results of the study have a significant effect between parentcraft education on increasing knowledge ( $p = 0.01$ ) and a non-significant effect on the incidence of postpartum blues ( $p = 0.143$ ). Further research is needed that examines other factors that influence the incidence of postpartum blues.*

**Keywords:** *parentcraft education*, knowledge, *postpartum blues*

## PENDAHULUAN

Melahirkan merupakan karunia terbesar bagi wanita dan momen yang sangat membahagiakan, tetapi kadang harus menemui kenyataan bahwa tidak semua menganggap seperti itu (Kurniasari,2014). Beberapa penyesuaian dibutuhkan oleh beberapa wanita dalam menghadapi aktivitas dan peran baru sebagai ibu pada minggu-minggu pertama setelah melahirkan, baik dari segi fisik maupun psikologis (Fatimah,2009). Perubahan fisiologis yang cukup drastis setelah persalinan akan mempengaruhi perubahan psikologis khususnya pada ibu baru (Wijayanti,2013).

Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi sebagian lagi tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan psikologis seperti merasa sedih, jengkel, lelah, marah, dan putus asa. Perasaan-perasaan itulah yang membuat seorang ibu enggan mengurus bayinya yang oleh para peneliti disebut *post partum blues*. Reaksi dapat terjadi setiap waktu setelah melahirkan, tetapi seringkali memuncak pada hari kelima (Adewuya,2004).

Banyak faktor yang diduga berperan pada sindrom ini antara lain adalah kesiapan melahirkan bayi dan menjadi ibu. Untuk itu diperlukan pendidikan kepada ibu maupun keluarganya untuk persiapan menghadapi kelahiran dan juga persiapan untuk menjadi orang tua. Pendidikan seperti ini dikenal dengan istilah *parentcraft education*. *Parentcraft education* adalah pendidikan dan penyuluhan yang diberikan kepada orang tua untuk persiapan menghadapi kelahiran dan juga persiapan untuk menjadi orang tua.

Tujuan dari *parentcraft education* adalah memberikan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan para calon orang tua untuk mengatasi stres selama kehamilan, persalinan, dan

kelahiran, membantu para orang tua dalam mencapai pengalaman persalinan dan kelahiran yang positif, aman, dan memuaskan, sehingga peran menjadi orang tua dapat dicapai terutama melalui penyuluhan. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menambahkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. (Purwoastuti, 2015)

Tanpa kita sadari gangguan ini mulai menunjukkan presentasi yang cukup besar dan penelitian-penelitian yang dilakukan masih jarang sehingga perlu diadakan penelitian-penelitian tentang *postpartum blues*.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *analitik* dengan rancangan *quasi experiment* pada 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kontrol. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: variabel bebas: *Parentcraft education* dan variabel terikat: kejadian *postpartum blues* pada ibu *postpartum*.

Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Gang Kelor dan Puskesmas Sindangbarang dikarenakan kedua wilayah tersebut mempunyai program kelas ibu hamil yang berjalan dengan konsisten dan cakupan ibu hamil yang besar. Pengambilan data dilakukan pada bulan Juli-Oktober tahun 2017.

Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester 3 di wilayah Puskesmas Gang Kelor dan Puskesmas Sindangbarang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu hamil trimester 3 yang memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut: tidak ada komplikasi pada kehamilannya.

Bab ini berisi informasi yang terstruktur tentang metode dan pendekatan, lokasi penelitian, waktu penelitian, populasi dan sampel, pengumpulan data dan analisis data. Bagian-bagian lainnya bisa ditambahkan sesuai dengan kebutuhan penelitian, seperti prosedur penelitian, prosedur pengambilan data, dan prosedur analisis data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel 1 Pengaruh *parentcraft education* terhadap *postpartum blues***

		Postpartum blues				Nilai p
		Tidak		Ya		
		n	%	n	%	
<i>Parentcraft Education</i>	Ya	13	27	11	23	0,143
	Tidak	7	15	17	35	

Ket : Uji *Chi Square*

Berdasarkan tabel 1 *parentcraft education* tidak mempunyai pengaruh yang bermakna ( $p > 0,05$ ) terhadap kejadian *postpartum blues*. Sebagian besar responden pada kelompok control mengalami *post partum blues* yaitu sebanyak 17 responden (70,8%), ibu merasa cemas, sedih, dan gangguan mood setelah kelahiran bayinya sehingga dapat menyebabkan ibu kurang perhatian dalam merawat bayinya. Hal tersebut kemungkinan disebabkan karena ibu kurang informasi atau pengetahuan tentang persiapan persalinan dan perawatan bayi baru lahir sehingga ibu merasa kurang siap. Hal ini di dukung juga oleh teori(Suherni,2007) Gejala-gejala *post partum blues* ini bisa terlihat dari perubahan sikap seorang ibu. Gejala tersebut biasanya muncul pada hari ke-3 atau ke-6 hari setelah melahirkan. Beberapa perubahan sikap tersebut diantaranya ibu sering tiba-tiba

menangis karena merasa tidak bahagia, penakut, tidak mau makan, tidak mau bicara, sakit kepala, sering berganti mood, mudah tersinggung (iritabilitas), merasa terlalu sensitif dan cemas berlebihan, tidak bergairah, khususnya terhadap hal yang semula sangat diminati, tidak mampu berkonsentrasi dan sangat sulit membuat keputusan, merasa tidak mempunyai ikatan batin dengan si kecil yang baru saja di lahirkan , insomnia yang berlebihan. Gejala-gejala itu mulai muncul setelah persalinan dan pada umumnya akan menghilang dalam waktu antara beberapa jam sampai beberapa hari. Namun jika masih berlangsung beberapa minggu atau beberapa bulan itu dapat disebut *post partum depression*.Sebagian besar responden pada kelompok intervensi tidak mengalami *post partum blues* yaitu sebanyak 13 responden (54,2%) karena ibu tidak merasa sedih, cemas, serta mendapat dukungan dari keluarganya saat kelahiran bayinya bahkan ibu sangat senang dan mengharapkan kelahiran bayi pertamanya, ibu menjadi lebih merasa siap karena telah diberikan *parentcraft* mengenai persiapan persalinan, perawatan pada bayi baru lahir sehingga tidak mengalami *post partum blues*.

Menurut Ambarwati (2009), *post partum blues* merupakan suatu keadaan dimana ibu mengalami perasaan sedih yang diakibatkan oleh berbagai peristiwa kehidupan yang bersifat stressor, seperti masalah perkawinan, keuangan, pekerjaan, maupun dalam hal perawatan bayi. Penilaian kategori *post partum blues* ini dapat dilakukan dengan *screening* menggunakan kuesioner EPDS. Setelah ibu mengisi jawaban dari pertanyaan yang berisikan gejala-gejala depresi *post partum*, maka dilakukan penghitungan skor untuk mengetahui ibu memiliki kecenderungan mengalami *post partum blues* atau tidak.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan, namun bila dianalisis lebih jauh proses terbentuknya suatu kesadaran tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan.

Selain itu, pengetahuan saja belum cukup untuk membuat seseorang merubah perilakunya. Perubahan atau adopsi perilaku adalah suatu proses yang kompleks dan memerlukan waktu yang relatif lama. Walaupun domain kognitif merupakan ranah yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang, dengan kata lain bahwa pengetahuan mempunyai pengaruh sebagai motivasi awal bagi seseorang dalam berperilaku, namun perubahan pengetahuan tidak selalu menyebabkan perubahan perilaku. (Notoatmodjo, S. 2010).

Pemberian parentcraft merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan kepada ibu, yaitu dengan membantu memecahkan masalah yang dialami saat itu melalui pengkajian simtoma biologis dan psikologis. Akan tetapi pada penelitian ini Parentcraft education tidak mempunyai pengaruh yang bermakna ( $p > 0,05$ ) terhadap kejadian postpartum blues.

Selain pemberian parentcraft, kejadian post partum blues ibu dapat dipengaruhi oleh karakteristik ibu, seperti usia, pendidikan, paritas dan pekerjaan. Dari faktor usia, jika usia ibu < 20 tahun sistem reproduksi cenderung belum siap untuk kehamilan dan persalinan dan ibu cenderung labil, sedangkan jika usia ibu > 35 tahun ibu termasuk dalam resiko tinggi melahirkan namun ibu dapat memecahkan masalah yang dihadapinya dengan baik. Dari faktor pendidikan, ibu yang memiliki

pendidikan tinggi cenderung memiliki pengetahuan lebih mengenai melahirkan dan perawatan bayi serta akan mencari bantuan tenaga kesehatan ketika memiliki masalah dibandingkan dengan ibu yang memiliki pendidikan rendah. Sedangkan dari faktor pekerjaan, ibu yang bekerja cenderung dapat mengalami kelelahan dalam pekerjaan dan tugas rumah sehingga tidak dapat fokus dalam merawat bayinya dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja. Berdasarkan hasil uji *Pearson Chi Square* diperoleh tidak ada pengaruh antara usia, pendidikan, paritas dan pekerjaan terhadap kejadian post partum blues pada ibu..

## KESIMPULAN

Dari hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa *Parentcraft education* mempunyai pengaruh yang tidak signifikan terhadap kejadian postpartum blues.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Baston H., Jennifer Hall. (2012). *Midwifery Essential, Antenatal, Volume 2*. Jakarta : EGC.
- Bobak. (2005). *Buku ajar Keperawatan Maternitas*, edisi 4. Jakarta : EGC.
- Gondo, H.,K. (2012). *Skrinning Edinburgh Postpartum Depression Scale (EPDS) Pada Post Partum Blues*. Jurnal FK. Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Bagian Obstetri dan Ginekologi. Volume 1 no. 2 edisi Oktober 2012. Diunduh 13 Oktober 2016.  
<http://elib.fk.uwks.ac.id/asset/archieve/jurnal/pdf>

- Fatimah, Siti. (2009). Hubungan dukungan suami dengan kejadian postpartum blues pada ibu primipara di Ruang Bougenville RSUD Tugurejo Semarang. Artikel riset keperawatan. Semarang: UNDIP.
- Indriyani. (2011). Buku ajar Asuhan Kehamilan. Cetakan pertama. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Irianti, I., Herlina, E.N. (2012). Buku Ajar Psikologi untuk mahasiswa kebidanan. Jakarta : EGC.
- Kurniasari, Dewi dan Astuti, Yetti amir. (2015). Hubungan antara karakteristik ibu, kondisi bayi dan dukungan sosial suami dengan postpartum blues pada ibu dengan persalinan SC di Rumah Sakit Umum Ahmad Yani tahun 2014. Jurnal Kesehatan Holistik : Vol 9, No 3, Juli 2015: 115-125.
- Machmudah. (2010). Pengaruh persalinan komplikasi terhadap kemungkinan terjadinya postpartum blues di kota Semarang. Jakarta : Universitas Indonesia.
- Notoatmodjo, S, 2010. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan, Rineka Cipta, Jakarta.
- Profil Kesehatan Kota Bogor Tahun 2015.
- Purwoastuti, E., Walyani, E.S. (2015). Komunikasi dan konseling kebidanan. Yogyakarta : PT Pustaka Baru.
- Saifuddin AB. (2009). Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta: EGC.
- Saputra, Lyndon. (2014). Pengantar Asuhan Neonatus, Bayi, dan Balita. Tangerang, Binarupa Aksara Publisher
- Setyaningsih, D. (2010). Gambaran postpartum blues pada wanita postpartum di ruang Melati RSUD Saras Husada Purworejo. Diunduh 14 Oktober 2016.  
<http://digilib.stikesmuhgombong.ac.id>
- Sopiyudin. (2012). Langkah-langkah membuat proposal penelitian bidang kedokteran dan kesehatan seri 3. Jakarta : Sagung Seto.
- Walyani, E., S. (2015). Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. Yogyakarta : PT. Pustaka Baru.
- Wijayanti, K., Nurjayanti, Erni. (2013). Gambaran faktor-faktor risiko postpartum blues di wilayah kerja Puskesmas Blora. Jurnal Kebidanan: Vol 2 No 5, Oktober 2013 : 57 – 63.
- Keterangan : Jumlah artikel Full Paper minimal 10-15 halaman