



PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG *BABY BLUES*

Peby Romadonni Lubis¹, Maryam Latifah Harahap²

Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Darmas Padangsidiempuan¹

Dosen STIKes Darmas Padangsidiempuan²

e-mail: ¹pebylubis@gmail.com, ²maryamlatifahharahap@gmail.com

ABSTRACT

The incidence of baby blues was recorded as 22.4% of mothers experiencing depression after giving birth. Baby blues are caused by hormonal and social changes after giving birth. (Ministry of Health, 2019). Baby Blues in general in the world population is 3-8% with 50% of cases occurring in the productive age group, namely 20-50 years. In the United States, it is known that the incidence of baby blues in new mothers is 14.1% higher than in European countries and Australia. The purpose of this research is to determine the knowledge of postpartum mothers about baby blues in Salambue Village, Padang Sidempuan Tenggara District in 2023. The benefits of this research can increase insight and knowledge as well as be a valuable experience for researchers. This research is descriptive using total sampling where a sample of 25 respondents using a questionnaire was examined based on age, education, occupation, parity, and source of information. The results of research from 25 respondents obtained a frequency distribution based on knowledge, the majority had less knowledge, 18 people (72%), the majority had less knowledge, aged 20-39 years, 18 people (72%), the majority had less knowledge, with a high school education, 9 people (36%), the majority 18 people (72%) had less knowledge, with 18 people being housewives (72%), the majority had less knowledge with 7 people (28%) being multiparous mothers. It can be concluded that respondents can get various sources of information from various media, especially from health workers and social media. From health workers, respondents can ask how to prevent baby blues. If you use other media, respondents are free to ask questions whenever they want without having to wait for health workers.

Keywords: Knowledge, Postpartum Mother, Baby Blues

ABSTRAK

Angka kejadian *baby blues* tercatat sebanyak 22,4% ibu mengalami depresi setelah melahirkan. Baby blues disebabkan oleh perubahan hormonal dan sosial setelah melahirkan. (Kemenkes, 2019). *Baby Blues* secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. Negara-negara Amerika Serikat diketahui angka kejadian *baby blues* pada ibu baru mencapai 14,1% lebih tinggi di bandingkan dari negara Eropa dan Australia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* di Desa Salambue Kecamatan Padang Sidempuan Tenggara Tahun 2023. Manfaat penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan sekaligus merupakan pengalaman berharga bagi peneliti. Penelitian ini bersifat deskriptif menggunakan total sampling dimana sampel 25 responden dengan menggunakan kuesioner yang diteliti berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, sumber informasi. Hasil penelitian dari 25 responden diperoleh distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan mayoritas berpengetahuan kurang 18 orang (72%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-39 tahun 18 orang (72%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA 9 orang (36%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT 18 orang (72%), mayoritas berpengetahuan kurang dengan ibu Multipara 7 orang (28%). Dapat disimpulkan bahwa responden bisa mendapatkan berbagai sumber informasi dari berbagai media, terutama dari tenaga kesehatan dan sosial media, Dari tenaga kesehatan responden bisa menanyakan bagaimana cara mencegah terjadinya *baby blues*. Dan

jika menggunakan media lain responden bebas bertanya kapan saja mereka mau tanpa harus menunggu tenaga kesehatan.

Kata Kunci: Pengetahuan, Ibu Nifas, Baby Blues

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Masa nifas merupakan hal penting untuk diperhatikan guna menurunkan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia. Dari berbagai pengalaman dalam menanggulangi kematian ibu dan bayi di banyak negara, para pakar kesehatan menganjurkan upaya pertolongan difokuskan pada periode intrapartum. Upaya ini terbukti telah menyelamatkan lebih dari separuh ibu bersalin dan bayi baru lahir yang disertai dengan penyulit proses persalinan atau komplikasi yang mengancam keselamatan jiwa. Namun, tidak semua intervensi yang sesuai bagi suatu negara dapat dengan serta merta dijalankan dan memberi dampak menguntungkan bila diterapkan di negara lain. (Saleha, 2009; Harahap, 2022).

Menurut Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) *Baby Blues* secara umum dalam populasi dunia adalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. (WHO, 2018).

Menurut Pan American organisasi kesehatan (PAHO), Negara-negara Amerika Serikat diketahui angka kejadian *baby blues* pada ibu baru mencapai 14,1% lebih tinggi di bandingkan dari negara Eropa dan Australia. (Wardiah, 2013).

Di Indonesia, angka kejadian *baby blues* tercatat sebanyak 22,4% ibu mengalami depresi setelah melahirkan. *Baby blues* disebabkan oleh perubahan hormonal dan sosial (seperti perubahan peran menjadi ibu) setelah melahirkan. Gejala-gejala *baby blues* yang dialami oleh ibu akan hilang dengan sendirinya, setelah ibu mampu menyesuaikan diri dengan peran barunya. (Kemenkes, 2019).

Baby blues adalah kondisi yang dialami oleh hampir 80% perempuan yang baru melahirkan. Kondisi ini dapat terjadi sejak hari pertama setelah persalinan dan cenderung akan memburuk pada hari ketiga sampai kelima. *Baby blues* biasanya menyerang dalam rentang waktu 14 hari terhitung setelah persalinan. *Baby blues* dapat dikategorikan sebagai depresi ringan yang dialami oleh ibu pasca persalinan. Gejalanya berupa gangguan emosi, sering menangis, murung, panik, mudah marah dan tersinggung, sering disertai gejala depresi, seperti *mood* yang berubah-ubah, gangguan tidur, gangguan selera makan, juga gangguan konsentrasi yang disebabkan terutama oleh perubahan hormon. *Baby blues* sering tidak dipandang serius karena dianggap sebagai manifestasi dari kelelahan ibu sehingga banyak terabaikan. (Arfian, 2012)

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang *baby blues* di Desa Salambue Kecamatan Padangsidiempuan Tenggara Tahun 2023.

Hipotesis

Analisa data dilakukan secara *deskriptif* dengan melihat presentase data yang terkumpul dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisa data kemudian dilanjutkan dengan menggunakan teori keputusan yang ada serta hasil penelitian lain yang berhubungan dengan judul diatas yang pernah dilakukan.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *deskriptif*, merupakan jenis penelitian yang menghasilkan temuan-temuan baru yang dapat dicapai

(diperoleh) dengan menggunakan prosedur-prosedur secara statistic atau cara lainnya dari suatu kuantitatif (pengukuran). Penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif lebih memusatkan perhatian pada beberapa gejala yang mempunyai karakteristik tertentu didalam kehidupan manusia, yaitu variabel. Dalam pendekatan kuantitatif, hakikat hubungan antara variabel-variabel selanjutnya akan dianalisis dengan alat uji statistik serta menggunakan teori objektif (Syahputra, 2020).

Sampel penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *total sampling*, yaitu dengan menjadikan semua ibu nifas di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2023 sebagai sampel penelitian yaitu sebanyak 25 orang.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan sekunder. Data pendokumentasian Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara.

Sedangkan data primer adalah data yang langsung diperoleh dari responden yang kuisioner yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2023 yang terdiri dari 20 pertanyaan.

Pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan kuisioner kepada responden dengan terlebih dahulu meminta persetujuan apakah bersedia untuk dijadikan sebagai responden dengan mendatangi surat perjanjian, selanjutnya peneliti memberikan penjelasan singkat serta menjelaskan cara pengisian hal-hal yang tidak dimengerti oleh responden. Agar pengumpulan data berjalan dengan baik dan teliti, peneliti mengawasi atau mendampingi responden kemudian hasilnya akan dikumpulkan kembali.

HASIL

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues*

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	1	4
2	Cukup	6	24
3	Kurang	18	72
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh bahwa pengetahuan responden tentang Pengetahuan ibu nifas tentang *baby blues* mayoritas berpengetahuan kurang yaitu 18 orang (72%), dan minoritas berpengetahuan baik yaitu 1 orang (4%).

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues*

No	Umur	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kuran			
		g							
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	<20 Tahun	-	-	-	-	1	4	1	4
2	20-39 Tahun	1	4	6	24	18	72	24	96
3	40-59 Tahun	-	-	-	-	-	-	-	-
Jumlah		1	4	6	24	18	72	25	100

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh bahwa dari 25 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 20-39 tahun sebanyak 18 orang (72%). Dan minoritas berpengetahuan kurang dengan umur <20 tahun sebanyak 1 orang (4%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas
Tentang Baby Blues

No	Pendidikan	Pengetahuan						Jumlah	
		Bai k		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Tidak Sekolah	-	-	-	-	-	-	-	-
2	SD	-	-	-	-	1	4	1	4
3	SMP	-	-	1	4	7	28	8	32
4	SMA	1	4	5	20	9	36	15	60
5	Pergurua	-	-	-	-	1	4	1	4
	Tinggi								
Jumlah		1	4	6	24	18	72	25	100

Berdasarkan tabel 4.3 diperoleh bahwa dari 25 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA sebanyak 9 orang (36%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan pendidikan SMP sebanyak 1 orang (4%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas
Tentang Baby Blues

No	Pekerjaan	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Tani	-	-	-	-	-	-	-	-
2	PNS	-	-	-	-	-	-	-	-
3	Karyawan Swasta	-	-	-	-	-	-	-	-
4	Buruh Pabrik	-	-	-	-	-	-	-	-
5	IRT	1	4	6	24	18	72	25	100
Jumlah		1	4	6	24	18	72	25	100

Berdasarkan tabel 4.4 diperoleh bahwa dari 25 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 18 orang (72%), minoritas berpengetahuan Baik dengan pekerjaan IRT sebanyak 1 orang (4%).

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas
Tentang Baby Blues

No	Paritas	Pengetahuan											
		Baik				Cukup				Kurang		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
1	Primipara	-	-	1	4	5	20	6	24				
2	Sekundipara	1	4	5	20	6	24	12	48				
3	Multipara	-	-	-	-	7	28	7	28				
Jumlah		1	4	6	24	18	72	25	100				

Berdasarkan tabel 4.5 diperoleh bahwa dari 25 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan paritas ibu Multipara sebanyak 7 orang (28%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan paritas ibu Scundipara sebanyak 1 orang (4%).

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas
Tentang Baby Blues

No	Sumber Informa si	Pengetahuan						Jumlah	
		Bai k		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Media Cetak	-	-	-	-	-	-	-	-
2	Media Elektron ik	-	-	6	24	17	68	23	92

3	Media Papan	-	-	-	-	-	-	-	-
4	Tenaga Kesehatan	1	4	-	-	1	4	2	8
Jumlah		1	4	6	24	17	72	25	100

Berdasarkan tabel 4.6 diperoleh bahwa dari 25 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi media elektronik sebanyak 17 orang (68%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan sumber informasi tenaga kesehatan sebanyak 1 (4%).

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang diperoleh mengenai “Pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2023”, mayoritas responden ini disebabkan oleh factor umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, dan sumber informasi. Sehingga perlu untuk ditingkatkan pengetahuannya dengan cara memberikan penyuluhan serta pemasangan poster di Desa tersebut agar wawasan responden semakin bertambah.

Menurut hasil yang diperoleh bahwa penelitian ini tidak sejalan dengan teori karena responden umur <20 tahun lebih baik pengetahuannya daripada umur 20-39 tahun, yang ditemukan dilapangan bahwa ibu yang memiliki umur lebih muda pengetahuannya lebih baik daripada umur yang lebih tua tentang pengetahuan Ibu Nifas tentang *Baby Blues*.

Hal ini disebabkan kurangnya tingkat pengetahuan ibu di pengaruhi beberapa faktor seperti kurangnya informasi yang didapat tentang *baby blues*.

Menurut hasil yang diperoleh bahwa peneliti tidak sejalan dengan teori, karena responden yang berpendidikan Perguruan Tinggi dan memiliki pengetahuan lebih rendah dibandingkan responden

yang berpendidikan SMA, SMP, dan SD. Hal ini disebabkan karena responden yang berpengetahuan baik, sangat mudah berinteraksi dengan orang sekelilingnya sehingga responden bisa bertukar pikiran dan saling berbagi informasi satu sama lain. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pendidikan sangat mempengaruhi pengetahuan dan kemampuan responden dalam menjawab pertanyaan yang berbentuk kuesioner tentang Pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues*.

Menurut hasil yang diperoleh bahwa penelitian ini sejalan dengan teori karena responden yang memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga cenderung memiliki informasi yang lebih banyak. Fakta yang ditemukan dilapangan bahwa keingintahuan Ibu tentang *baby blues* banyak, walaupun di rumah tidak bekerja tetapi responden aktif mencari informasi melalui internet terutama responden yang mengikuti perkembangan ilmu teknologi dan dari berbagai kalangan dilingkungan sekitarnya.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa peneliti tidak sejalan dengan teori karena diperoleh bahwa responden yang berparitas rendah lebih baik pengetahuannya daripada responden yang paritas tinggi, Hal ini disebabkan karena kurangnya rasa peduli responden dengan informasi-informasi kesehatan dan menganggap bahwa Pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* adalah hal yang susah. Seperti fakta yang ditemukan dilapangan bahwa responden mengatakan jika ia tidak mengetahui apa itu *baby blues*.

Menurut hasil yang diperoleh bahwa penelitian ini sejalan dengan teori karena responden yang memperoleh sumber informasi dari tenaga kesehatan akan berpengetahuan lebih baik karena informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan menggunakan bahasa yang langsung dimengerti oleh responden, Lebih akurat dan tepat sasaran. Dari fakta yang ditemukan dilapangan pun bahwa responden

mengatakan sangat sering mengunjungi penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. Hal ini disebabkan karena adanya kesadaran responden dan mau melakukan apa yang telah diarahkan dari tenaga kesehatan

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang Pengetahuan Ibu Nifas Tentang *Baby Blues*, Maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengetahuan responden tentang Pengetahaun Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* minoritas berpengetahuan pengetahuan baik sebanyak 1 orang (4%), pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (24%), dan mayoritas pengetahuan kurang sebanyak 18 orang (72%).
2. Pengetahuan responden tentang Pengetahaun Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* minoritas berpengetahuan berdasarkan umur < 20 tahun berpengetahuan kurang sebanyak 1 orang (4%), mayoritas umur 20-39 tahun adalah berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (4%), cukup sebanyak 6 orang (24%), dan berpengetahun Kurang sebanyak 18 orang (72%), dan umur 40-59 tahun adalah berpengetahuan baik, cukup, dan kurang tidak ada (0).
3. Pengetahuan responden tentang Pengetahaun Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* mayoritas responden berpengetahuan berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA sebanyak 9 orang (36%), dan minoritas berpengetahuan cukup dengan pendidikan SMP sebanyak 1 orang (4%).
4. Pengetahuan responden tentang Pengetahaun Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* mayoritas responden berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 18 orang (72%), minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan IRT sebanyak 1 orang (4%). Dan pekerjaan PNS,

Tani, dan Karyawan Swasta dengan masing-masing kategori tidak ada (0%).

5. Pengetahuan responden tentang Pengetahaun Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* mayoritas responden berpengetahuan kurang dengan paritas ibu Multipara sebanyak 7 orang (28%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan paritas ibu Scundipara sebanyak 1 orang (4%).
6. Pengetahuan responden tentang Pengetahaun Ibu Nifas Tentang *Baby Blues* mayoritas responden berpengetahuan kurang dengan sumber informasi media elektronik sebanyak 17 orang (68%), dan minoritas berpengetahuan Baik dengan sumber informasi Tenaga Kesehatan sebanyak 1 (4%).

DAFTAR PUSTAKA

- Arfian, (2012). *Baby Blues*. Solo: Metagraf.
- Harahap, L. J. (2022). Penyuluhan Peningkatan Pengetahuan Pus dalam Memilih Jenis Kontrasepsi Suntik untuk Meminimalisir Efek Samping di Desa Huta Holbung Kecamatan Angkola Muaratais. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(1), 98-104.
- PAHO 2013 (*Pan American Health Organization ,World Health Organization*) PAHO/WHO | *Health in the Americas in 2013: PAHO/WHO Reviews the Year's Work, tentang baby blues - Search (bing.com)*.
- Saleha, (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Syaputra, (2020) *Buku Ajar Metodologi Penelitian*: CV Feniks Muda Sejahtera.
- WHO (*World Health Organization*) Tahun 2018, melalui <http://repository.unism.ac.id/id/eprint/2057>