

**PENGARUH PEMBERIAN KONSELING MASA NIFAS TERHADAP  
KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES* DI RSU RACHMA HUSADA  
BANTUL YOGYAKARTA  
TAHUN 2010**

Nesfi Nurmalasari<sup>1</sup>, Umu Hani Edi Nawangsih<sup>2</sup>, Amin Subargus<sup>3</sup>

**INTISARI**

Related to this research, the objective of the research is to know the influence of giving postpartum period counseling towards postpartum blues syndrome in Rachma Husada Hospital. This research type is Eksperimental Quasi research that used static group comparison. The population and sample of this research are taken from the mother who born their baby in Rachma Husada Hospital on May till June 2010. This research use accidental sampling technique for taking sample. This research used t-test form to analize the data. Conclusions there is an influence of giving postpartum period counseling towards postpartum blues syndrome at Rachma Husada Hospital in Bantul Yogyakarta 2010.

**Kata Kunci:** Pengaruh, konseling, postpartum blues, ibu nifas



---

<sup>1</sup> Mahasiswa STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Selama masa setelah *postpartum*, sekitar 70-80% perempuan dimungkinkan mengalami berbagai macam reaksi afek dan emosional. Kondisi yang mungkin timbul antara lain *postpartum blues* disebut juga *baby blues*, depresi pasca persalinan hingga psikosis pasca persalinan. Depresi yang dialami para ibu pasca persalinan mereka sering merupakan kondisi yang kurang mendapat perhatian baik oleh mereka yang mengalaminya maupun oleh orang lain yang berada di sekitarnya. Kondisi ini memberikan dampak yang sangat signifikan baik bagi ibu maupun bagi perkembangan dan perilaku anaknya (Hidayat, [www.lib.atmajaya.ac.id](http://www.lib.atmajaya.ac.id)).

Postpartum blues dapat berkembang menjadi postpartum depression kemudian menjadi postpartum psikosis. Hal tersebut merupakan penyakit yang sangat serius dan semua gejala depresi postpartum dialami oleh penderita postpartum psikosis serta bisa sampai melukai diri sendiri, bahkan hingga membunuh anak-anaknya.

Melihat kemungkinan pemunculan peristiwa psikis setelah ibu melahirkan bayinya, maka bidan secara hati-hati harus melakukan komunikasi terapeutik, karena kestabilan emosi belum pulih seperti semula. Orientasi pembicaraan lebih berkisar penerimaan terhadap bayi, serta kondisi fisik dan psikis ibu nifas (Dalami. et.al. 2009: 142-143).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan di RS Rachma Husada pada tanggal 27 Oktober 2009, RS Rachma Husada merupakan rumah sakit rujukan dari Bidan Praktek Swasta. Ditemukan jumlah ibu bersalin pada bulan September sebanyak 58 orang,

persalinan SC 47 orang, persalinan spontan 11 orang. Dirumah sakit tersebut tidak melakukan pengkajian jumlah ibu nifas yang mengalami masalah psikologi. Saat dilakukan wawancara pada 3 ibu nifas di RS tersebut, didapatkan bahwa 2 ibu nifas mengatakan cemas karena khawatir tidak dapat mengurus anak dengan baik nantinya.

Jika hal tersebut kurang mendapat perhatian baik oleh mereka yang mengalaminya maupun oleh orang lain yang berada di sekitarnya, maka akan berlanjut menjadi postpartu blues.

Dari latar belakang dan studi pendahuluan yang telah dilakukan, mendorong penulis untuk mengetahui adakah pengaruh pemberian konseling masa nifas terhadap kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di RS Rachma Husada Bantul Yogyakarta tahun 2010.

## METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan *Quasi Eksperiment* dengan rancangan *Statis Group Comparasion*. Variabel yang diteliti adalah konseling masa nifas sebagai variabel bebas dan kejadian postpartum blues sebagai variabel terikat dan pendidikan, umur, paritas, hormonal merupakan variabel pengganggu. Sampel penelitian adalah 30 ibu yang melahirkan di RSU Rachma Husada bulan April-Mei 2010 yang diambil dengan teknik *Accidental Sampling*. Data penelitian merupakan data primer yang diperoleh melalui kuisioner. Data hasil penelitian dianalisis dengan Uji T-Test.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dengan judul: Pengaruh Pemberian Konseling Masa Nifas

terhadap Kejadian Postpartum Blues di RSU Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010” ini telah dilakukan pada bulan Mei – Juni 2010. Jumlah ibu bersalin pada tahun 2010 di RSU Rachma Husada Bantul sebanyak 587 orang. Penelitian menggunakan 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok responden yang diberikan konseling dan leaflet berjumlah 15 orang dan kelompok yang diberikan leaflet berjumlah 15 orang. Berikut ini disajikan hasil penelitian yang telah dilakukan.

### Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Ibu Nifas yang Diberikan Konseling dan Leaflet Berdasarkan Umur di RSU Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	<20 tahun	2	13,3
2	20-25 tahun	9	60,0
3	25-30 tahun	1	6,7
4	>30 tahun	3	20,0
	Jumlah	15	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa ibu nifas di RSU Rachma Husada Bantul yang menjadi responden penelitian dan diberikan konseling dan leaflet paling banyak berumur antara 20-25 tahun yaitu 9 orang ibu nifas (60%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Ibu Nifas yang Diberikan Leaflet Berdasarkan Umur di RSU Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	<20 tahun	3	20,0
2	20-25 tahun	6	40,0
3	25-30 tahun	3	20,0
4	>30 tahun	3	20,0
	Jumlah	15	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa ibu nifas di RSU Rachma Husada Bantul yang menjadi responden penelitian dan diberikan konseling dan leaflet paling banyak berumur 20-25 tahun yaitu 6 orang ibu nifas (40%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Ibu Nifas yang Diberikan Konseling dan Leaflet Berdasarkan Pendidikan di RSU Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SLTP	2	13,3
2	SLTA	12	80,0
3	PT	1	6,7
	Jumlah	15	100,0

Tabel 4 menunjukkan bahwa ibu nifas di RSU Rachma Husada Bantul

yang menjadi responden penelitian dan diberikan leaflet paling banyak berpendidikan SLTA yaitu 12 ibu nifas (80%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Ibu Nifas yang Diberikan Leaflet Berdasarkan Pendidikan di RSUD Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010

	Pendidikan	Frekuensi	Persentase
1	SLTP	2	13,3
2	SLTA	12	80,0
3	PT	1	6,7
	Jumlah	15	100,0

Tabel 4 menunjukkan bahwa ibu nifas di RSUD Rachma Husada Bantul yang menjadi responden penelitian dan diberikan leaflet paling banyak berpendidikan SLTA yaitu 12 ibu nifas (80%).

#### Kejadian Postpartum Blues Setelah Diberikan Konseling dan Leaflet

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Ibu Nifas yang Diberikan Konseling dan Leaflet Berdasarkan Kejadian Postpartum Blues di RSUD Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010

No	Kejadian Postpartum Blues	Frekuensi	%
1	Terjadi Postpartum Blues	2	13,3
2	Tidak terjadi Postpartum Blues	13	86,7
		15	100,0

Tabel 5 menunjukkan bahwa ibu nifas di RSUD Rachma Husada yang menjadi responden penelitian dan diberikan konseling serta leaflet paling banyak 13 orang (86,7%) tidak mengalami postpartum blues.

#### Kejadian Postpartum Blues Setelah Diberikan Leaflet

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Ibu Nifas yang Diberikan Leaflet Berdasarkan Kejadian Postpartum Blues di RSUD Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010

No	Kejadian Postpartum Blues	Frekuensi	%
1	Terjadi Postpartum Blues	5	33,3
2	Tidak terjadi Postpartum Blues	10	66,7
		15	100,0

Tabel 7 menunjukkan bahwa ibu nifas di RSUD Rachma Husada yang menjadi responden penelitian dan diberikan leaflet paling banyak 10 orang (66,7%) tidak mengalami postpartum blues.

#### Analisis Pengaruh antara Pemberian Konseling Masa Nifas terhadap Kejadian Postpartum Blues

Tabel 8. Hasil Analisis T-Test antara Pemberian Konseling dan Leaflet terhadap Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Nifas di RSUD Rachma Husada Bantul Yogyakarta Tahun 2010

		Signifikansi
F	5,116	0,032
t- equal variances not assumed	2,158	0,040

Berdasarkan Tabel 8 dapat dilihat bahwa hasil analisis T-Tes menemukan nilai  $F = 5,116$  dengan signifikansi sebesar  $0,032 < 0,05$  yang berarti variances kedua responden adalah tidak sama. Oleh karena itu, nilai yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh antara pemberian konseling dan leaflet adalah nilai t-equal variances not assumed yang diketahui sebesar 2,158 dengan signifikansi sebesar  $0,040 < 0,05$ . Hal ini berarti menerima hipotesis yang menyatakan ada pengaruh antara pemberian konseling masa nifas terhadap kejadian postpartum blues di RSUD Rachma Husada Bantul Yogyakarta tahun 2010 atau pemberian konseling yang disertai leaflet lebih efektif dalam mengurangi kejadian postpartum blues dibandingkan dengan yang hanya diberi leaflet.

## A. Pembahasan

### 1. Karakteristik Ibu Nifas di RSUD Rachma Husada

Ibu nifas di RSUD Rachma Husada Bantul paling banyak mempunyai karakteristik berumur antara 20-25 tahun dan berpendidikan SLTA. Hal ini menunjukkan bahwa ibu nifas di RSUD Rachma Husada yang menjadi penelitian ini relatif homogen dilihat dari karakteristik umur dan tingkat pendidikan, sehingga tujuan

penelitian untuk mengetahui pengaruh antara konseling dan leaflet terhadap kejadian postpartum dapat lebih murni karena karakteristik merupakan faktor yang dapat mempengaruhi pemahaman seseorang dalam hal ini adalah pemahaman terhadap konseling dan leaflet yang diberikan.

Ibu nifas yang berumur 20-25 tahun pada umumnya lebih mempunyai pemahaman yang baik terhadap informasi yang diterima karena didukung oleh panca indera yang berfungsi dengan baik, seperti telinga dan mata. Fungsi indera seseorang semakin menurun mulai umur 40 tahun. Ibu nifas yang berpendidikan SLTA pada umumnya cukup mudah dalam memahami informasi yang diperoleh meskipun lebih mudah pada ibu yang berpendidikan tinggi. Ibu yang berpendidikan tinggi mempunyai pola pikir yang lebih baik dibandingkan yang berpendidikan SLTA sehingga kemudahan dalam memahami informasi pun menjadi lebih mudah.

### 2. Kejadian Postpartum Blues Setelah Diberikan Konseling dan Leaflet

Ibu nifas di RSUD Rachma Husada yang diberikan konseling serta leaflet 86,7% tidak mengalami postpartum blues. Ibu nifas yang tidak mengalami postpartum blues berarti ibu tidak mempunyai kecemasan pada masa setelah persalinan. Ibu yang mengalami postpartum blues biasanya berkaitan dengan



perasaan bahwa bayi yang dilahirkan menjadi beban dirinya. Berbagai bentuk kecemasan yang dialami ibu setelah persalinan dapat mengganggu ibu dalam usaha perawatan bayi yang baru lahir sehingga pada akhirnya dapat berakibat pada kesehatan dan kesejahteraan bayinya. Kecemasan ini dapat timbul karena ibu merasa tidak mampu merawat bayi sehingga ibu berfikir bayinya dapat memperoleh bahaya karena dirinya. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Saleha (2009:49), yang menyatakan bahwa pasien yang mengalami *baby blues*, kecemasan sangat menonjol akibat ibu terlalu khawatir, bahkan sering kali terobsesi pada kesehatan dan kesejahteraan bayinya karena ibu mungkin menganggap bayi sebagai beban baginya, sehingga hal ini menimbulkan kecemasan dan perasaan bersalah pada diri ibu.

Kekhawatiran dan kecemasan ibu sering terjadi pada ibu nifas karena orang tua khususnya ibu mempunyai tanggung jawab untuk mengasuh dan memberikan kesejahteraan kepada anaknya segera mulai dari lahir sampai dengan anak menjadi anak dewasa kelak bagaimanapun keadaan anaknya. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Bobak (2005: 510-512) yang menyatakan bahwa orang tua harus menerima keadaan fisik, jenis kelamin, temperamen, dan status fisik bayinya. Orang tua harus meyakini bahwa bayinya

memiliki banyak kebutuhan dan memerlukan perawatan. Orang tua harus tahu dan bisa cara merawat bayinya, termasuk memperhatikan gerakan komunikasi yang dilakukan bayi. Orang tua harus menetapkan suatu tempat bagi bayi baru lahir didalam keluarganya, dan seluruh keluarga harus menyesuaikan perannya dalam menerima kedatangan bayi baru lahir tersebut.

Kejadian postpartum blues pada ibu nifas dapat disebabkan oleh faktor alamiah seperti perubahan hormon pada ibu yang mempunyai efek terhadap perasaan ibu atau dapat disebabkan oleh faktor ketidaknyamanan fisik ibu seperti kondisi payudara yang bengkak atau puting datar sehingga ibu merasa tidak dapat memberikan ASI bagi bayinya. Kejadian postpartum blues dapat juga disebabkan oleh kondisi ekonomi keluarga yang kurang sehingga ibu merasa tidak mampu membiayai kehidupan anaknya kelak secara layak. Hal ini seperti dikemukakan oleh Suherni et all (2007:93-94) yang menyebutkan bahwa faktor penyebab terjadinya postpartum blues adalah faktor hormonal, ketidaknyamanan fisik, faktor umur, paritas, latar belakang psikososial wanita stress dalam keluarga, kelelahan persalinan, perubahan peran ibu, rasa memiliki bayi yang berlebihan dan problem anak.

### 3. Kejadian Postpartum Blues Setelah Diberikan Leaflet

Ibu nifas di RSUD Rachma Husada yang diberikan leaflet 66,7% tidak mengalami postpartum blues. Dapat dilihat bahwa kejadian postpartum blues pada ibu nifas setelah diberikan leaflet lebih banyak dibandingkan setelah ibu nifas diberikan konseling dan leaflet. Postpartum blues pada ibu nifas yang hanya diberikan leaflet dapat disebabkan oleh kelelahan yang terjadi setelah persalinan dan ditunjang oleh perubahan peran yang dialami ibu. Setelah ibu melahirkan bayi maka status ibu tidak hanya menjadi istri tetapi berubah menjadi seorang ibu. Perubahan status ini dapat menimbulkan emosi yang labil sehingga ibu membutuhkan dukungan baik informasi maupun emosional dari keluarga atau tenaga kesehatan. Pemberian leaflet tidak dapat memberikan dukungan secara langsung kepada ibu, karena leaflet memberikan pemahaman kepada ibu secara pasif, tidak secara aktif seperti halnya konseling yang dapat bertemu langsung antara pemberi konseling dengan penerima konseling.

Banyak faktor yang mempengaruhi postpartum blues pada ibu nifas. Saleha (2009:50) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang dapat mengurangi postpartum blues adalah pemberian dukungan baik dari tenaga profesional maupun keluarga pada pasca persalinan, mencari tahu tentang gangguan

psikologis yang mungkin terjadi pada ibu hamil dan ibu yang baru saja melahirkan termasuk dalam hal ini dapat diberikan melalui konseling, konsumsi makanan sehat, istirahat cukup, olah raga, mencegah pengambilan keputusan yang berat selama kehamilan, mempersiapkan diri secara mental dengan membaca buku atau artikel tentang kehamilan dan persalinan termasuk dalam hal ini adalah pemberian leaflet, menyiapkan seseorang untuk membantu keperluan sehari-hari dan dengan pengobatan profilaksis dan terapi psikologis.

### 4. Analisis Pengaruh Kejadian Postpartum Blues

Ada pengaruh antara pemberian konseling masa nifas terhadap kejadian postpartum blues di RSUD Rachma Husada Bantul Yogyakarta tahun 2010. adanya pengaruh konseling dan leaflet yang besar terhadap kejadian postpartum blues pada ibu nifas dibandingkan jika ibu hanya diberikan leaflet ini karena melalui konseling bidan atau tenaga kesehatan dapat memberikan penekanan mengenai materi konseling yang diberikan dalam hal ini adalah materi konseling tentang postpartum blues. Berbeda dengan leaflet, maka leaflet tidak dapat memberikan tekanan pada pembaca dalam hal ini adalah ibu nifas untuk melaksanakan berbagai hal agar dapat terhindar dari postpartum blues. Leaflet sering kali diabaikan oleh ibu nifas karena kebiasaan ibu yang

kurang untuk membaca sehingga ibu tidak memperoleh informasi yang terkandung dalam leaflet tersebut.

Dalam proses konseling juga dapat terjadi tanya jawab antara tenaga kesehatan yang memberikan konseling dan ibu nifas, sehingga ketika terdapat hal-hal yang belum atau tidak dipahami oleh ibu nifas dapat segera diminta penjelasan secara langsung. Namun demikian, tanya jawab ini dapat terjadi apabila tenaga kesehatan yang memberikan konseling dan ibu nifas yang diberikan konseling mempunyai komunikasi dan keterbukaan yang baik. Hal ini seperti dikemukakan oleh Tyastuti (2008:42) yang menyatakan bahwa sikap yang terbuka dan bersahabat sangat mendukung komunikasi, tetapi sebaliknya orang yang tertutup dan kurang bersahabat akan sulit untuk diajak komunikasi, biasanya orang seperti ini sulit untuk mengungkapkan masalah yang dihadapi.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Jumlah ibu yang bersalin di RSUD Rachma Husada Bantul tahun 2010 sebanyak 587 orang. Ibu nifas di RSUD Rachma Husada yang diberikan konseling serta leaflet 86,7% tidak mengalami postpartum blues dan yang diberikan leaflet 66,7% tidak mengalami postpartum blues. Hasil Uji T dapat disimpulkan ada pengaruh antara pemberian konseling masa nifas terhadap kejadian postpartum blues di

RSU Rachma Husada Bantul Yogyakarta tahun 2010.

### **A. Saran**

Bagi Ibu Nifas: Hendaknya selalu berusaha memahami materi konseling yang diberikan oleh Bidan dan membaca leaflet yang diberikan sebagai bahan pengulas materi yang telah diberikan melalui konseling sehingga ibu dapat terhindar dari terjadinya postpartum blues.

Bagi Bidan: hendaknya memberikan penekanan materi konseling kepada ibu nifas mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi pada masa nifas untuk mencegah ketidaknyamanan fisik sehingga konsentrasi ibu terhadap segala sesuatu yang dihadapi tidak terganggu.

Bagi RSUD Rachma Husada: hendaknya selalu memonitor pemberian konseling tentang postpartum blues yang diberikan bidan kepada ibu nifas secara rinci dan jelas agar pemahaman ibu tentang pentingnya postpartum blues dapat meningkat sehingga dapat mengurangi kejadian postpartum blues di RSUD Rachma Husada.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Admin*, Inisiasi Menyusu Dini (IMD). 13 Mei 2009.  
[www.dinkes.kulonprogokab.go.id](http://www.dinkes.kulonprogokab.go.id).  
*Arikunto*, S. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta  
*Bobak, dkk.* 2005. Keperawatan Maternitas Edisi 4. Jakarta: EGC  
*Dalami, Ermawati dkk.* 2009. *Komunikasi dan Konseling Dalam Praktik Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.



- Dese. 2005. *Pengaruh Pemberian Konseling Masa Nifas Terhadap Kecemasan Ibu Nifas Primipara di Ruang Sakina RSUD Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2005*. Karya Tulis Ilmiah D III Kebidanan Stikes Aisyiyah Yogyakarta
- Hidayat, *Pendekatan Psikologi Pada Depresi Pasca Persalinan (Postpartum Depression)*, 2008. [www.lib.atmajaya.ac.id](http://www.lib.atmajaya.ac.id)
- Notoatmodjo, Soekijo. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno, dkk. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ratri. 2006. *Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kemampuan Mobilisasi Dini Ibu Post Partum SC Hari Pertama di RSD Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta tahun 2006*. Karya Tulis Ilmiah D III Kebidanan Stikes Aisyiyah Yogyakarta
- Saleha, Sitti. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Setyo, Nur Adi, *Beban Hidup Pemicu Ibu Bunuh Anak kandungnya*, 02 April 2008, [www.depsos.go.id](http://www.depsos.go.id)
- Sintia. 2007. *Hubungan Paritas Dengan Tingkat Kebutuhan Bonding Support Pada Ibu Post Partum Hari 1 di BP/RB Estu Utomo Kecamatan Karanggede Kabupaten Boyolali Tahun 2007*. Karya Tulis Ilmiah D III Kebidanan Stikes Aisyiyah Yogyakarta
- Stright, Barbara R. 2001. *Keperawatan Ibu-Bayi Baru Lahir Edisi 3*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta
- Suherni, dkk. 2008. *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya
- Tyastuti, siti dkk. 2008. *Komunikasi & Konseling dalam Pelayanan Kebidanan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Yulifah, Rita dkk. 2009. *Komunikasi dan Konseling dalam Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.