

BAB I

PENDAHULUAN

Melahirkan merupakan salah satu peristiwa yang terpenting dalam kehidupan seorang wanita. Peristiwa tersebut membawa kebahagiaan tersendiri bagi seorang wanita dan keluarganya, akan tetapi hamil dan melahirkan juga dapat menjadi sesuatu hal yang menakutkan. Seorang ibu mengalami perubahan fisik dan psikis yang luar biasa selama proses tersebut. Perubahan ini membawa dampak negatif jika tidak ditangani secara tepat, selain itu juga akan mengakibatkan efek yang serius bagi ibu dan bayinya. Dampak negatif selama masa nifas ini antara lain terjadinya perdarahan, infeksi dan terjadi postpartum blues.

Dalam menghadapi masa nifas setiap orang memiliki tantangan yang berbeda. Tidak sedikit seorang ibu mengalami komplikasi selama masa ini (Khasanah, 2019). Salah satu masalah yang dapat timbul saat masa nifas yaitu postpartum blues atau baby blues. Postpartum blues merupakan kondisi perasaan sedih yang sangat dan sering terlihat pada 2 minggu setelah ibu melahirkan (Purwati & Nofiyana, 2020). Apabila gangguan psikiatrik ini tidak tertangani dengan baik, maka dapat menimbulkan gangguan mental berat yaitu depresi postpartum. Depresi postpartum yang tidak tertangani akan memicu terjadinya *psikosis postpartum* (Annisa & Natalia, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2021) angka kejadian *baby blues* di dunia yang dialami ibu setelah melahirkan sekitar 70-80%, dimana sekitar 13% ibu yang mengalami *baby blues* berlanjut menjadi *depresi postpartum*. Angka kejadian di Asia dengan prevalensi 26-85% yang mengalami *baby blues syndrome* (USAID, 2021). Menurut *BBC News Indonesia* (BBC news Indonesia, 2021), sekitar 10% wanita hamil dan 13% wanita yang baru melahirkan mengalami gangguan mental, terutama depresi. Angka kejadian postpartum blues di Indonesia berada di rentang 50-70%. Di Jawa Tengah khususnya di RS Umi Barokah Boyolali dilakukan studi pendahuluan dari 10 ibu yang melahirkan ada 7 orang ibu melahirkan yang mengalami post partum blues. Penanganan yang sudah dilakukan oleh tenaga kesehatan yaitu memberikan edukasi tentang postpartum blues, dan setelah dilakukan evaluasi kunjungan berikutnya sudah tidak ditemukan tanda-

tanda terjadinya postpartum blues. Pada ibu postpartum gangguan kecemasan ini dapat mengganggu proses adaptasi ibu di masa nifas, penelitian lain menunjukkan bahwa *postpartum anxiety* menjadi salah satu gejala mengarah pada depresi postpartum yang dapat menimbulkan efek jangka panjang tidak hanya pada ibu tapi juga bayi, *selfharm* bahkan bunuh diri adalah efek jangka panjang yang dapat terjadi apabila depresi postpartum ini tidak ditangani dengan baik (women's mental health, 2019).

Postpartum blues yang tidak tertangani dengan baik akan menyebabkan terjadinya depresi postpartum. Dampak negatif dari *depresi postpartum* tidak hanya berpengaruh pada peran ibu, namun berdampak pada anak dan keluarganya juga. Ibu yang mengalami depresi tersebut, minat dan ketertarikan terhadap bayinya dapat berkurang (Sari, 2020). Akhirnya ibu tidak mampu merawat bayinya secara optimal termasuk menjadi malas memberikan ASI secara langsung, pada kondisi yang paling berat, ibu dapat membunuh bayinya sendiri, kondisi tersebut dinamakan dengan *psikosis postpartum* (Fitriyani & Gea, 2023).

Pencegahan postpartum blues dapat dilakukan dengan cara mencari dukungan dari orang lain untuk mendapatkan bantuan langsung (Handayani & Purwati, 2021). Dukungan dapat diperoleh dari keluarga yang terdiri dari suami, orang tua, ataupun keluarga dekat lainnya. Dukungan yang penuh dari anggota keluarga penting bagi ibu melahirkan terutama dukungan dari suami (Machmudah, 2010).

Suami secara fisik dan emosi dekat dengan istri saat pasca melahirkan. Suami merupakan orang pertama yang memberi perhatian dan dukungan pada istri, memberikan cinta kasih dan membuat istri merasa terlindungi secara jasmani maupun rohani. Dukungan yang dirasakan oleh istri dari suaminya akan mengurangi kekhawatiran, ketakutan atau kepanikan yang timbul setelah melahirkan anak. Dukungan yang didapat oleh ibu membuat mereka dapat mengutarakan apa yang dirasakan, sehingga suami dan istri mampu memecahkan

masalah dan ketakutan yang dihadapi pasca melahirkan secara bersama – sama (Sapkota, dkk., 2017). Adanya dukungan dari suami, ibu nifas akan merasa diperhatikan, disayangi serta dihargai.

Salah satu peran dan fungsi bidan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan yaitu sebagai pendidik. Salah satu media yang mendukung dalam upaya ini adalah Video. Video merupakan media promosi kesehatan yang paling efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan seseorang dan video menjadi salah satu media yang dapat digunakan bidan dalam memberikan asuhan dan pelayanan berupa Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) kepada masyarakat khususnya ibu nifas dan keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Afriyani and Salafas (2019) mengenai efektivitas media promosi kesehatan, didapatkan hasil bahwa penggunaan media video menjadi salah satu media yang paling efektif dalam memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait promosi kesehatan sehingga dapat dipahami dengan mudah oleh masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh Ni Putu (2022) mengenai efektivitas promosi kesehatan media video tentang postpartum blues, didapatkan hasil Promosi kesehatan media video tentang postpartum blues efektif terhadap pengetahuan dan sikap suami ibu hamil trimester III di UPTD. Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan.

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa video dengan judul “Mencegah post partum blues dengan dukungan suami dengan media video”. Tujuan membuat media edukasi berupa video ini untuk memberikan informasi serta wawasan kepada masyarakat terutama ibu nifas dan keluarga terutama seorang suami yang sedang menjalankan peran barunya menjadi orang tua, dan dapat digunakan untuk belajar mandiri dirumah. Sehingga video ini dapat memberikan pengetahuan kepada ibu dan keluarga bahwa dengan adanya dukungan dari suami dapat mencegah terjadinya postpartum blues.

