

JURNAL SKRIPSI

**FAKTOR PSIKOSOSIAL YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN
POSTPARTUM BLUES PADA IBU NIFAS DI POLI OBSTETRI DAN
GINEKOLOGI RUMAH SAKIT UMUM ANWAR MEDIKA**



NADIYA RAHMAWATI

NIM. 2425201025

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT

MOJOKERTO

2026

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : NADIYA RAHMAWATI

NIM : 2425201025

Program Studi : S1 Kebidanan

Setuju naskah jurnal yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari pembimbing, dipublikasikan dengan mencantumkan nama pembimbing sebagai co-author.

Mojokerto, 23 Februari 2026



Nadiya Rahmawati
NIM 2425201025)

Mengetahui,

Pembimbing I



Bdn. Sari Priyanti, S.Si.T., S. KM., M.Kes
NIK. 220 250 066

Pembimbing II



Fitria Edni Wari, S.Keb., Bd., M.Keb.
NIK. 220 250 184

JURNAL SKRIPSI

FAKTOR PSIKOSOSIAL YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES* PADA IBU NIFAS DI POLI OBSTETRI DAN GINEKOLOGI RUMAH SAKIT UMUM ANWAR MEDIKA



NADIYA RAHMAWATI

NIM. 2425201025

Pembimbing I



Bdn. Sari Priyanti, S.Si.T., S. KM., M.Kes
NIK. 220 250 066

Pembimbing II



Fitria Edni Wari, S.Keb., Bd., M.Keb.
NIK. 220 250 184

**FAKTOR PSIKOSOSIAL YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN
POSTPARTUM BLUES PADA IBU NIFAS DI POLI OBSTETRI DAN
GINEKOLOGI RUMAH SAKIT UMUM ANWAR MEDIKA**

Nadiya Rahmawati

Program Studi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

nadiyarahma988@gmail.com

Bdn. Sari Priyanti, S.Si.T., S. KM., M.Kes

Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

achazillasari@gmail.com

Fitria Edni Wari, S.Keb., Bd., M.Keb.

Dosen Prodi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

fitriedni@gmail.com

Abstrak

Postpartum blues merupakan gangguan emosional ringan yang sering dialami ibu pada masa awal sampai setelah persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor psikososial yang berhubungan dengan kejadian *postpartum blues* pada ibu nifas di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika.

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 52 ibu nifas menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner dukungan suami dan kuisioner EPDS.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 50% ibu nifas mengalami *post partum blues* dengan uji statistik chi square nilai p value $< 0,05$ diperoleh nilai variabel yaitu adanya hubungan signifikan antara usia ($p = 0,001$), paritas ($p = 0,011$), pendidikan ($p = 0,026$), pekerjaan ($p = 0,011$), dan dukungan suami ($p < 0,05$) dengan kejadian *postpartum blues*. Pendapatan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan ($p = 0,126$) dengan kejadian *postpartum blues*.

Ibu dengan usia < 20 tahun dan > 35 tahun memiliki kesiapan fisik dan mental yang kurang, primipara belum memiliki pengalaman dalam menghadapi proses persalinan dan perawatan bayi. Tingkat pendidikan yang rendah dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam memahami informasi terkait kesehatan, sementara ibu bekerja berpotensi mengalami beban peran ganda yang meningkatkan stres. Dukungan suami, kualitas dan bentuk dukungan yang diberikan juga dapat memengaruhi kondisi psikologis ibu.

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat untuk mendeteksi dini kejadian *postpartum blues* yaitu dengan melakukan skrining kesehatan mental pranikah, edukasi kesehatan reproduksi, penilaian faktor psikososial, konseling pranikah, serta keterlibatan suami dalam persiapan kehamilan.

Kata kunci: *postpartum blues*, faktor psikososial, ibu nifas, dukungan suami

Abstract

Postpartum blues is a mild emotional disorder often experienced by mothers from the early stages to the postpartum period. This study aims to determine the psychosocial factors associated with postpartum blues in postpartum mothers at the Obstetrics and Gynecology Clinic at Anwar Medika General Hospital.

This study used an observational analytical design with a cross-sectional approach. The sample size was 52 postpartum mothers using a simple random sampling technique. Data collection used a husband support questionnaire and the EPDS questionnaire.

The results showed that 50% of postpartum mothers experienced postpartum blues. A chi-square statistical test with a p-value <0.05 revealed a significant association between age ($p = 0.001$), parity ($p = 0.011$), education ($p = 0.026$), occupation ($p = 0.011$), and husband support ($p < 0.05$) with postpartum blues. Income did not show a significant association ($p = 0.126$) with the incidence of postpartum blues.

Mothers aged <20 and >35 years were less physically and mentally prepared, and primiparas lacked experience in dealing with childbirth and infant care. Low levels of education can impact a mother's ability to understand health-related information, while working mothers are more likely to experience dual role burdens that increase stress. Husband support, the quality and form of support provided, can also impact a mother's psychological well-being.

This study is expected to provide benefits for early detection of postpartum blues through premarital mental health screening, reproductive health education, psychosocial factor assessment, premarital counseling, and husband involvement in pregnancy preparation.

Keywords: *postpartum blues, psychosocial factors, postpartum mothers, husband support*

PENDAHULUAN

Postpartum blues merupakan gangguan emosional sementara yang umumnya muncul pada hari ke-2 hingga ke-5 pascapersalinan, dengan gejala seperti mudah menangis, perubahan suasana hati, kecemasan, gangguan tidur, penurunan konsentrasi, dan kelelahan berlebih. Kondisi ini biasanya berlangsung beberapa hari hingga maksimal dua minggu, namun bila tidak ditangani dapat berkembang menjadi postpartum depression atau bahkan postpartum psychosis (Ginting, 2024). Tidak semua ibu mampu beradaptasi dengan perubahan pascapersalinan; sebagian mengalami gangguan psikologis dengan berbagai gejala yang disebut postpartum blues (Susilawati dkk., 2020).

Secara global, prevalensi postpartum blues cukup tinggi, berkisar 30–85%. Di beberapa negara tercatat Jepang 15–50%, Amerika Serikat 27%, Prancis 31,3%, dan Yunani 44,5%. WHO (2020) melaporkan prevalensi global sekitar 3–8%, namun lebih tinggi di Asia yaitu 26–85%, yang berarti hampir 1 dari 4 ibu mengalaminya. Di Indonesia, prevalensi mencapai 57% dan termasuk tertinggi di Asia (Kemenkes, 2023). Indonesia juga berada di peringkat keempat tertinggi di ASEAN dalam angka kelahiran setelah Laos dan Kamboja (Yolanda, 2024).

Data pengabdian masyarakat di RSUD Sidoarjo (April 2024) pada 18 ibu postpartum menunjukkan 44,5% mengalami baby blues dan 55,4% tidak. Sementara itu, studi awal di RS Anwar Medika Sidoarjo menemukan dari 15 ibu nifas, 66,7% mengalami gejala postpartum blues dan 33,3% tidak. Kejadian postpartum blues dipengaruhi oleh berbagai faktor yang bersifat multifaktorial.

Walaupun gejalanya ringan dan dapat sembuh sendiri, ibu tetap perlu diskriminasi secara hati-hati terhadap kemungkinan ide bunuh diri, paranoid, atau menyakiti bayi. Dukungan seperti bantuan di rumah penting untuk memastikan ibu mendapat istirahat cukup. Jika insomnia berlanjut, dapat diberikan terapi kognitif atau farmakoterapi (Yuliani, 2022).

Penanganan yang dapat dilakukan meliputi deteksi dini menggunakan EPDS, edukasi dan konseling kepada ibu dan keluarga, peningkatan dukungan sosial (suami dan keluarga), intervensi non-farmakologis seperti istirahat dan relaksasi, serta rujukan ke psikolog atau psikiater bila diperlukan (Lestari, 2022). Terapi psikologis berperan penting dalam memberikan dukungan emosional, membantu ibu memahami dan mengelola perasaan, serta mengembangkan strategi coping, sehingga mendukung pemulihan ibu dan perkembangan anak (Anita dkk., 2023).

Berdasarkan tingginya angka kejadian postpartum blues baik secara global maupun di Indonesia, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji faktor psikososial yang berhubungan dengan kejadian postpartum blues di RS Anwar Medika tahun 2024.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan metode observasional-analitik. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional*

Variabel independen usia ibu, paritas, pekerjaan, penghasilan dan dukungan suami. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kejadian *postpartum blues*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas ≥ 1 minggu yang kontrol pada bulan Januari 2026 sebanyak 60 ibu nifas tingkat signifikansi 0,05 maka besarnya sampel penelitian ini adalah 52 ibu nifas. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dikatakan Tempat dilaksanakan dalam penelitian ini adalah Di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika. Waktu penelitian pada Tanggal 1 Januari sampai dengan 31 Januari 2026. Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan cara mendokumentasikan hasil jawaban kuisiomer dari responden. Faktor psikososial diukur dari usia, pekerjaan, penghasilan, paritas, dan dukungan. Untuk dukungan menggunakan kuisiomer dukungan suami. Sedangkan, Instrumen untuk menilai kejadian *postpartum blues* menggunakan kuisiomer EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*).

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi karakteristik Ibu Nifas Di Poli Obstetri Dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika Sidoarjo Pada Bulan Januari 2026

Jenis Karakteristik	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Usia		
>20 tahun dan <35 tahun	28	53,8
20-35 tahun	24	46,2
Paritas		
Primipara	21	40,4
Multipara	31	59,6
Pendidikan		
SD-SMP	24	46,2
SMA-Perguruan Tinggi	28	53,8
Pekerjaan		
Bekerja	31	59,6
Tidak bekerja	21	40,4
Pendapatan		
< UMR	37	71,2
$\geq$ UMR	15	28,8
Dukungan Suami		
ADA	41	78,8
TIDAK ADA	11	21,2
Postpartum blues		
YA	26	50
TIDAK	26	50

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukan dari 52 responden sebagian besar responden usia >20 tahun dan <35 tahun yaitu sebesar 28 (53,8%). Sebagian besar responden paritas multipara yaitu sebesar 31 (59,6 %).

Sebagian besar responden SMA - Perguruan Tinggi yaitu sebesar 28 (53,8 %). Sebagian besar responden bekerja yaitu sebesar 31 (59,6 %). Sebagian besar responden pendapatan < UMR yaitu sebesar 37 (71,2 %). Bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (78.8 %) atau sebanyak 41 ibu nifas mendapat dukungan suami. Bahwa dari 52 ibu nifas (50%) atau sebanyak 26 ibu nifas mengalami *postpartum blues*.

Tabel 4.2 Tabulasi Silang Faktor Psikososial Dengan Kejadian *Postpartum Blues* Di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika Sidoarjo Pada Bulan Januari 2026

Karakteristik	Kejadian <i>Postpartum blues</i>				Total		Nilai	
	Ya		Tidak					
	n	%	n	%	n	%	P	OR (CI 95%)
Usia							0,001	7,500
>20 tahun dan <35 tahun	20	38,5	8	15,4	28	53,8		
20-35 tahun	6	11,5	18	34,6	24	46,2		
Paritas							0,011	4,545
Primipara	15	28,8	6	11,5	21	40,4		
Multipara	11	21,2	20	38,5	31	59,6		
Pendidikan							0,026	3,600
SD-SMP	16	30,8	8	13,4	24	46,2		
SMA-Perguruan Tinggi	10	19,2	18	34,6	28	53,8		
Pekerjaan							0,011	4,545
Bekerja	20	38,5	11	21,2	31	59,6		
Tidak bekerja	6	11,5	15	28,8	21	40,4		
Pendapatan							0,126	0,381
< UMR	16	30,8	21	40,4	37	71,2		
≥ UMR	10	19,2	5	9,6	15	28,8		
Dukungan Suami							0,017	6,353
ADA	24	46,2	17	32,7	41	78,8		
TIDAK ADA	2	3,	9	17,3	11	21,2		

Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (38,5%) atau sebanyak 20 ibu nifas yang usia <20 tahun dan >35tahun mengalami *postpartum blues*. Dengan nilai p value sebesar 0,001 yang menunjukan bahwa ada hubungan antara usia dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika.

Bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (28,8%) atau sebanyak 15 ibu nifas primipara mengalami *postpartum blues*. Dengan nilai p value sebesar 0,011 yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara paritas dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika

Bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (30,8%) atau sebanyak 16 ibu nifas pendidikan SD-SMP mengalami *postpartum blues*. Dengan nilai p value sebesar 0,026 yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pendidikan dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika.

Bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (38,5%) atau sebanyak 20 ibu nifas yang bekerja mengalami *postpartum blues*. Dengan nilai p value sebesar 0,011 yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pekerjaan dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika.

Bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (30,8%) atau sebanyak 16 ibu nifas yang mempunyai pendapatan < UMR. Dengan nilai P value sebesar 0,126 yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pendapatan dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika

Bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (46,2%) atau sebanyak 24 ibu nifas mendapat dukungan suami mengalami *postpartum blues*. Dengan nilai p value sebesar 0,017 yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan suami dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar.

PEMBAHASAN

Hubungan Faktor Psikososial Dengan *Postpartum Blues*

a. Hubungan Usia dengan Kejadian *Postpartum Blues*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara usia ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* dengan nilai p value 0,001 dengan nilai $X^2 = 11,143$ diketahui bahwa dari 52 ibu nifas sebagian

besar (38,5%) atau sebanyak 20 ibu nifas yang usia <20 tahun dan >35 tahun mengalami *postpartum blues*. Oleh karena nilai $p < \alpha$ maka H1 diterima dengan demikian bahwa ada hubungan antara usia ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika. Usia yang beresiko tinggi dalam kehamilan dan persalinan yaitu kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun mempunyai kemungkinan 7,500 kali mengalami *postpartum blues*.

Usia memengaruhi kematangan fisik dan psikologis seseorang. Usia ideal untuk kehamilan adalah 20–35 tahun, karena organ reproduksi telah berkembang optimal dan kesiapan mental lebih baik. Sebaliknya, usia <20 tahun atau >35 tahun berisiko tinggi terhadap komplikasi seperti keguguran, kegagalan persalinan, preeklampsia, hipertensi, dan diabetes.

Pada usia muda (<20 tahun), ibu sering belum siap secara fisik maupun psikologis, termasuk dalam menghadapi peran sebagai ibu. Hal ini diperparah pada ibu primipara yang baru pertama kali melahirkan, sehingga meningkatkan risiko *postpartum blues*. Remaja juga cenderung mengalami kesulitan dalam transisi peran, dipengaruhi oleh egosentrisitas, ketidakmatangan emosi, serta kesulitan memenuhi tugas perkembangan sebagai orang tua.

Pada usia >35 tahun, risiko meningkat karena penurunan kondisi fisik serta meningkatnya beban psikologis dan kecemasan. Meskipun secara fisik beberapa aspek lebih matang dibanding usia muda, risiko morbiditas dan mortalitas tetap lebih tinggi.

Sebaliknya, usia 20–30 tahun (atau 20–35 tahun) merupakan masa optimal karena ibu lebih siap secara fisik dan emosional, memiliki kemampuan coping yang lebih baik, serta lebih mampu beradaptasi dengan peran baru sebagai orang tua (Handajani dkk., 2024).

Menurut asumsi peneliti, ibu usia 20–35 tahun lebih mampu mengontrol emosi dan menjalani peran sebagai ibu, sedangkan usia <20 tahun cenderung mengalami kesulitan adaptasi, dan usia >35 tahun lebih rentan terhadap stres dan kecemasan.

Penanganan postpartum blues perlu dilakukan secara adekuat karena berpengaruh pada perkembangan anak dan hubungan keluarga. Dukungan sosial dan konseling sangat penting, terutama bagi ibu primipara, untuk membantu adaptasi dan mengatasi masalah psikologis pasca persalinan.

b. Hubungan Paritas dengan Kejadian *Postpartum Blues*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara paritas ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* dengan nilai p value 0,011 dengan nilai $X^2 = 6,470$ diketahui bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (28,8%) atau sebanyak 15 ibu nifas primipara mengalami *postpartum blues*. Oleh karena nilai $p < \alpha$ maka H_1 diterima dengan demikian ada hubungan antara paritas dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika. Ibu primipara mempunyai kemungkinan 4,545 kali mengalami *post partum blues*.

Terdapat hubungan yang bermakna antara paritas ibu nifas dengan kejadian postpartum blues (p value 0,011; $X^2 = 6,470$). Dari 52 responden, sebagian besar yang mengalami postpartum blues adalah ibu primipara sebanyak 15 orang (28,8%). Karena $p < \alpha$, maka H_1 diterima, yang berarti ada hubungan antara paritas dengan kejadian postpartum blues di Poli Obstetri dan Ginekologi RSUD Anwar Medika. Ibu primipara memiliki risiko 4,545 kali lebih besar mengalami postpartum blues.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Fatimah Nuril Alifah (2016) yang menunjukkan bahwa postpartum blues lebih banyak terjadi pada ibu primipara (32,5%) dengan nilai signifikansi 0,038 ($p < \alpha$), sehingga terdapat hubungan antara paritas dan kejadian postpartum blues.

Secara teoritis, ibu yang baru pertama kali melahirkan lebih rentan mengalami depresi karena sedang dalam proses adaptasi terhadap peran baru sebagai ibu. Perubahan dari hanya memikirkan diri sendiri menjadi harus merawat bayi dapat menimbulkan kebingungan jika tidak siap. Sebaliknya, ibu multipara cenderung lebih siap secara psikologis karena sudah memiliki pengalaman sebelumnya.

Setelah melahirkan, wanita umumnya mengalami kelemahan fisik dan mental, disertai perubahan fisiologis, psikologis, dan lingkungan yang drastis, yang dapat menjadi faktor pemicu postpartum blues. Ketidakmampuan beradaptasi dengan peran dan aktivitas baru ini dapat menyebabkan gangguan psikologis, termasuk postpartum blues.

Menurut asumsi peneliti, ibu primipara lebih berisiko mengalami depresi karena proses adaptasi terhadap peran baru yang belum dipahami dengan baik, sehingga menimbulkan kebingungan dalam merawat bayi..

c. Hubungan Pendidikan dengan Kejadian *Postpartum Blues*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara Pendidikan ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* dengan nilai p value 0,026 dengan nilai $X^2 = 4,952$ diketahui bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (30,8%) atau sebanyak 16 ibu nifas Pendidikan SD-SMP mengalami *postpartum blues*. Oleh karena nilai $p < \alpha$ maka H_1 diterima dengan demikian ada hubungan antara paritas dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika. Ibu yang berpendidikan SD-SMP mempunyai kemungkinan 3,600 kali mengalami *postpartum blues*

Terdapat hubungan yang bermakna antara pendidikan ibu nifas dengan kejadian postpartum blues (p value 0,026; $X^2 = 4,952$). Dari 52 responden, sebagian besar yang mengalami postpartum blues adalah ibu dengan pendidikan SD–SMP sebanyak 16 orang (30,8%). Karena $p < \alpha$, maka H_1 diterima, sehingga terdapat hubungan antara pendidikan dengan kejadian postpartum blues di Poli Obstetri dan Ginekologi RSUD Anwar Medika. Ibu dengan pendidikan SD–SMP memiliki risiko 3,600 kali lebih besar mengalami postpartum blues.

Hasil ini didukung oleh penelitian Fatimah Nuril Alifah (2016) yang menunjukkan postpartum blues lebih banyak terjadi pada ibu berpendidikan SD–SMP (31,7%) dengan nilai signifikansi 0,041 ($p < \alpha$), sehingga terdapat hubungan antara pendidikan dan kejadian postpartum blues.

Secara konsep, pendidikan adalah proses pembelajaran yang bertujuan mengubah sikap dan perilaku serta meningkatkan kedewasaan melalui pengajaran dan pelatihan. Pendidikan juga berperan sebagai upaya pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan individu dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan. Menurut Arikunto, pendidikan dikategorikan menjadi pendidikan rendah (tidak sekolah, SD, SMP) dan pendidikan tinggi (SMA–perguruan tinggi).

Tingkat pendidikan sangat memengaruhi pengetahuan ibu tentang postpartum blues. Ibu dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mudah menerima informasi, memiliki wawasan lebih luas, serta lebih mampu memahami kondisi kehamilan, persalinan, dan masa nifas, termasuk dalam mengenali dan mencegah postpartum blues. Sebaliknya, pendidikan rendah dapat menghambat penerimaan informasi dan perkembangan sikap terhadap hal baru.

Penelitian lain, seperti Susilowati, menunjukkan bahwa ibu dengan pendidikan rendah lebih banyak mengalami depresi postpartum. Pendidikan tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga membentuk pola pikir sistematis, sikap, dan kemampuan menghadapi masalah.

Ibu dengan pendidikan rendah (SD–SMP) lebih rentan mengalami postpartum blues dibandingkan ibu dengan pendidikan SMA ke atas karena keterbatasan dalam memahami informasi kesehatan, mengenali perubahan emosional, dan menentukan strategi koping. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi berkaitan dengan risiko depresi postpartum yang lebih rendah karena individu lebih aktif, realistis, dan mudah mengakses informasi melalui berbagai media (Handajani, dkk, 2024).

Menurut asumsi peneliti, ibu dengan pendidikan tinggi memiliki pengetahuan yang lebih baik dan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres psikologis setelah melahirkan, sehingga pendidikan berperan penting dalam membentuk pola pikir dan kesiapan mental ibu dalam menghadapi masa nifas.

d. Hubungan Pekerjaan dengan Kejadian *Postpartum Blues*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pekerjaan ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* dengan

nilai p value 0,011 dengan nilai $X^2 = 6,470$, diketahui bahwa dari 52 ibu nifas sebagian besar (38,5%) atau sebanyak 20 ibu nifas yang bekerja mengalami *postpartum blues*. Oleh karena nilai $p < \alpha$ maka H_1 diterima dengan demikian bahwa ada hubungan antara pekerjaan ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika. Ibu yang bekerja mempunyai kemungkinan 4,545 kali mengalami *postpartum blues*

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Fatimah Nuril Alifah (2016) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pekerjaan ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* dengan p -value 0,019.

Ibu yang bekerja lebih banyak mengalami *postpartum blues* dibandingkan ibu yang tidak bekerja. Hal ini berkaitan dengan adanya konflik peran ganda, tuntutan pekerjaan, keterbatasan waktu istirahat, serta tekanan untuk segera kembali bekerja setelah melahirkan.

Menurut asumsi peneliti, Ibu bekerja memiliki risiko lebih tinggi mengalami *postpartum blues* akibat stres psikososial dan beban peran yang meningkat. Kondisi ini menunjukkan bahwa pekerjaan dapat menjadi faktor stresor yang memengaruhi keseimbangan emosional ibu nifas.

e. Hubungan Pendapatan dengan Kejadian *Postpartum Blues*

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendapatan ibu nifas dengan kejadian *postpartum blues* (p value 0,126; $X^2 = 2,342$). Dari 52 responden, sebagian besar yang mengalami *postpartum blues* adalah ibu dengan pendapatan $<$ UMR sebanyak 16 orang (30,8%). Karena $p > \alpha$, maka H_1 ditolak, sehingga tidak ada hubungan antara pendapatan dengan kejadian *postpartum blues* di Poli Obstetri dan Ginekologi RSUD Anwar Medika.

Hasil ini didukung oleh penelitian Dina Rizki Sepriani (2020) yang juga menyatakan tidak ada hubungan antara pendapatan ibu nifas dengan *postpartum blues*. Penelitian ini sejalan dengan Haryanti & Puspitasari (2021) yang menunjukkan p value $> 0,05$, sehingga tidak terdapat keterkaitan antara pendapatan keluarga dengan depresi pascapersalinan. Namun, hasil ini bertentangan dengan penelitian Yanti (2014) yang menemukan adanya hubungan

signifikan ($p = 0,012$), dengan risiko postpartum blues pada ibu berpenghasilan rendah sebesar $OR = 4,76$ dibandingkan yang berpenghasilan baik.

Meskipun secara deskriptif ibu dengan pendapatan di bawah UMR lebih banyak mengalami postpartum blues, perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa postpartum blues tidak hanya dipengaruhi oleh faktor ekonomi, tetapi lebih berkaitan dengan faktor psikologis dan dukungan sosial.

Menurut asumsi peneliti, tidak terdapat keterkaitan langsung antara pendapatan dan kejadian postpartum blues. Hal ini dibuktikan dengan masih tingginya kejadian postpartum blues pada ibu dengan pendapatan keluarga $< Rp5.191.541$ per bulan, serta adanya kasus dimana ibu dengan pendapatan baik tetap mengalami postpartum blues. Secara teori, pendapatan yang tinggi seharusnya memungkinkan pemenuhan kebutuhan hidup (pangan, sandang, papan, dan pelayanan kesehatan) sehingga meningkatkan kenyamanan dan menurunkan risiko stres. Namun, hasil penelitian menunjukkan sebaliknya, sehingga kemungkinan dipengaruhi oleh ketidakmampuan individu dalam menyikapi kondisi ekonomi atau adanya faktor psikologis lain yang lebih dominan memengaruhi kondisi emosional ibu nifas.

f. Hubungan Dukungan Suami dengan Kejadian *Postpartum Blues*

Terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues (p value $0,017$; $X^2 = 5,650$). Dari 52 responden, sebagian besar (46,2%) atau 24 ibu nifas yang mendapat dukungan suami mengalami postpartum blues. Karena $p < \alpha$, maka H_1 diterima, sehingga ada hubungan antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues di Poli Obstetri dan Ginekologi RSUD Anwar Medika. Ibu yang mendapat dukungan suami memiliki kemungkinan 6,353 kali mengalami postpartum blues.

Hasil ini didukung oleh penelitian Dina Rizki Sepriani (2020) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan suami dengan kejadian postpartum blues (p -value $0,001$; $X^2 = 11,259$).

Secara teoritis, peran suami sangat penting dalam membantu istri menghadapi masa nifas. Suami perlu memahami kondisi postpartum blues, termasuk gejala dan penyebabnya, agar tidak menambah beban psikologis istri. Komunikasi yang baik menjadi kunci, di mana suami memberikan ruang bagi istri untuk berbagi perasaan tanpa menghakimi sehingga istri merasa diperhatikan dan dipahami.

Selain itu, keterlibatan suami dalam mengurus rumah tangga dan bayi dapat meringankan beban istri serta memberi waktu untuk istirahat dan pemulihan. Dukungan emosional seperti pujian, dorongan, serta membantu istri melakukan aktivitas yang menyenangkan dan menjalin interaksi sosial juga berkontribusi positif terhadap kesehatan mental ibu.

Dukungan suami yang optimal—baik emosional, instrumental, maupun informasional—berperan penting dalam membantu adaptasi psikologis ibu setelah melahirkan, memperkuat hubungan suami istri, serta menciptakan lingkungan yang sehat bagi bayi. Ibu yang tidak mendapatkan dukungan suami lebih banyak mengalami postpartum blues dibandingkan yang mendapatkan dukungan.

Menurut asumsi peneliti, kurangnya dukungan suami meningkatkan risiko postpartum blues, sedangkan dukungan yang baik dapat meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, dan mengurangi kecemasan ibu setelah melahirkan..

SIMPULAN DAN SARAN

Karakteristik responden berusia kurang dari 20 dan lebih dari 35 tahun sebanyak 28 ibu nifas sebesar (53.8 %), paritas multipara sebanyak 31 ibu nifas atau sebesar (59.6 %), dengan pendidikan SMA-Perguruan tinggi sebanyak 28 ibu nifas sebesar (53.8 %), ibu nifas yang bekerja sebanyak 31 ibu nifas sebesar (59,6 %), pendapatan kurang dari UMR sebanyak 37 ibu nifas sebesar (71,2 %), dan pasien yang mendapatkan dukungan suami sebanyak 41 ibu nifas atau sebesar (78,8 %), Kejadian *Postpartum blues* di Poli Obsteri dan Ginekologi Rumah Sakit Umum Anwar Medika yaitu sebesar 50% sebanyak 26 ibu nifas mengalami *postpartum blues*. Ada hubungan antara usia, paritas, pendidikan, pekerjaan dan dukungan suami

terhadap kejadian *post partum blues* berdasarkan berdasarkan hasil uji statistik yaitu didapatkan nilai $P < 0,05$ artinya Ada hubungan kejadian *postpartum blues*.

Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai *postpartum blues* dengan jumlah sampel yang lebih besar serta menambahkan variabel lain yang belum diteliti dalam penelitian ini, seperti dukungan keluarga, kondisi psikologis selama kehamilan, serta faktor sosial budaya. Diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan upaya deteksi dini terhadap risiko terjadinya *postpartum blues* pada ibu sejak sebelum kehamilan. Deteksi dini dapat dilakukan melalui skrining kesehatan mental pranikah pada calon pengantin di fasilitas pelayanan kesehatan seperti puskesmas, menggunakan instrumen seperti Self Reporting Questionnaire (SRQ-20)

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, V.I., Rosdianto, N.O., Fitri, H.N., Nissa, D.A. dan Rusyanti, S. (2024) *Asuhan Masa Nifas dan Menyusui*. Penerbit NEM.
- Afrillia, I., Sari Kasoema, R. dan Ida Miharti, S. (2019) “Faktor Yang Berhubungan Dengan Depresi Postpartum (Studi Literature),” *LPPM Universitas Fort De Kock Bukittinggi*, 3(1), hal. 1–13.
- Anita, N., Raehan, Prastiwi, R.S., Rosmayanti, L.M., Masruroh, Nurafifah, D., Stellata, A.G., Ekawati, D., Sriyanti, C. dan Meyliya Qudriani (2023) *Asuhan Kebidanan Pasca Persalinan dan Menyusui: Konsep, Faktor, dan Tantangan*. Kaizen Media Publishing.
- BKKBN (2023) “Kesehatan Reproduksi Remaja,” hal. 1–606.
- Diana Yusup, P., Recky, Nuradina, K. dan Wiryany, D. (2024) “Pengaruh Pelatihan Kerja Dan Kompetensi Terhadap Kinerja Karyawan Di Pt. Balimukti Shoes Factory,” *Jurnal Economica*, 12(2), hal. 327–336.
- Fitriani, L. dan Wahyuni, S. (2021) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Deepublish.
- Ggreni, D. (2022) *Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar*.
- Ginting, A.S.B. (2024) “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian *Postpartum blues* di TPMB I Tahun 2024,” *Journal Of Midwifery*, 12(2), hal. 280–285.
- Handajani, D.O., Sukarsih, R.I. dan Wilujeng, A.R. (2024) “Dampak Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pascapersalinan Di Gresik IJMT : Jurnal Kebidanan | 95 IJMT : Jurnal Kebidanan | 96,” 3(2), hal. 95–100.
- Hardani, Andriani, H., Ustiawaty, J., Utami, E.F., Istiqomah, R.R., Fardani, R.A., Sukmana, D.J. dan Auliya, N.H. (2023) *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*.

- Hastanti, H., Budiono, N. dan Febriyana, N. (2021) “Primigravida Memiliki Kecemasan Yang Lebih Saat Kehamilan,” *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(2), hal. 167–178. Tersedia pada: <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i2.2019.167-178>.
- Hidayah, A., Sianipar, I.M., Maryam dan Kiftiyah (2024) “Buku Ajar Psikologi dalam Praktik Kehamilan.”
- Kemkes RI (2018) “Riset Kesehatan Dasar (Riskedas),” *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 44(8), hal. 181–222. Tersedia pada: [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf).
- Khasanah, N., Widayati, R.W., Fitriawan, A.S. dan Syafitri, E.N. (2023) *Psikososial Dalam Keperawatan*. Tersedia pada: [file:///C:/Users/User/Downloads/272895e11c6f9ef84689e8c1fc8bcdce \(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/272895e11c6f9ef84689e8c1fc8bcdce(1).pdf).
- Lestari, P.P. (2022) *Depresi pada Masa Nifas dan Laktasi: Dilengkapi Instrumen Untuk Skrinning Depresi Ibu Nifas*. UrbanGreen Central Media.
- Mahendra, D., Jaya, I.M.M. dan Lumban, A.M.R. (2021) “Buku Ajar Promosi Kesehatan,” in *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*, hal. 1–107.
- Nur Anita (2023) *Post-partum blues, Neuro-Psy*. Tersedia pada: <https://doi.org/10.1016/b978-2-294-71024-7.00011-6>.
- Nurseha, Kusumastuti, Farida, S.N., Mardianingsih, S. dan Marlinawati, I.T. (2024) *Buku Psikologi Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. Tersedia pada: https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Psikologi_Kehamilan_Persalinan_dan/Hq61EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0.
- Octarianingsih, F., Ladyani, F., Pramesti, W. dan Fathin Nabilah, N. (2020) “Karateristik Distribusi Frekuensi Ibu Pascamelahirkan dengan Kejadian *Postpartum blues* Bandar Lampung 2019,” *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(4), hal. 255–262. Tersedia pada: <https://doi.org/10.37148/arteri.v1i4.72>.
- Priansiska, N. dan Aprina, H. (2024) *Psikologi pada Ibu Nifas*. Penerbit NEM. Tersedia pada: <https://books.google.co.id/books?id=WpL0EAAAQBAJ>.
- Purwati AI, Fitria N dan Aifa WE (2023) “Faktor faktor yang mempengaruhi *postpartum blues* di BPM Elizabet Pekanbaru,” *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 12(1), hal. 171–176.
- Putra, A.W. (2019) “Gambaran Tingkat Depresi Pada Ibu Nifas (Post Partum) di Ruang Bersalin Rumah Sakit Kabupaten Gresik,” *BMC Health Services Research* [Preprint].
- Rahayu, S.F., Sunanto dan Ekasari, T. (2023) “Hubungan Dukungan Suami dengan Terjadinya *Postpartum blues* pada Ibu Nifas,” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(2), hal. 87–95. Tersedia pada: <https://doi.org/10.55500/jikr.v10i2.192>.
- Rusli R.A., T.M. dan Warni., W.E. (2021) “Perbedaan Depresi Pasca Melahirkan pada Ibu Primipara Ditinjau dari Usia Ibu Hamil,” hal. 13(1):21-30.
- Salwa Tsabitah Althaf Mujab, Theresa, R.M., Saleh, A.Y. dan Lardo, S. (2023) “Social Determinants in Association with *Postpartum blues* during the

- Transition Period of COVID-19 Pandemic,” *Journal of Maternal and Child Health*, 8(2), hal. 227–236. Tersedia pada: <https://doi.org/10.26911/thejmch.2023.08.02.10>.
- Sepriani, D.R. (2020) “Faktor yang berhubungan dengan kejadian *postpartum blues* di wilayah puskesmas remaja,” *Jurnal Kesehatan*, 8, hal. 99–100.
- Sinaga, R.D., Kurniati, S.R. dan Nirnasari, M. (2025) “Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian *Postpartum blues* Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Kuala Sempang,” *Excellent Health Journal*, 1(2), hal. 62–66. Tersedia pada: <https://doi.org/10.70437/excellent.v1i2.16>.
- Sugianto (2022) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*.
- Susanti, E. (2024) “Skrining Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) dan Pencegahan Baby Blues Pada Ibu Post Partum,” 08(April), hal. 1348–1363.
- Susilawati, B., Dewayani, E.R., Oktaviani, W. dan Subekti, A.R. (2020) “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Post Partum Blues,” *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 5(1), hal. 77–86.
- Wijaya (2023) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas, Nasya Expanding Management*.
- Yayah Hilmiah, D.M.N.F.F.N.T.R.D.S.M. (2023) *Asuhan Masa Nifas di Keluarga*. Langgam Pustaka .
- Yolanda, H., Hediya Putri, R., Palupi, R. dan Aisyah, P. (2024) “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Baby Blues Syndrome pada Ibu Post Partum,” *Journal Of Nursing Education Practice*, 4(1), hal. 31–42.
- Yuliana, W. dan Hakim, B.N. (2020) *Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Yuliani, E. (2022) *Asuhan kebidanan masa nifas & menyusui*. Rena Cipta Mandiri.
- Yuriadi, Y. dan Yanuar, R. (2024) “Dukungan Sosial Dan Pospartumblues Pada Ibu-Ibu Pasca Melahirkan,” *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), hal. 11–18. Tersedia pada: <https://doi.org/10.31943/counselia.v5i1.163>.