




DUKUNGAN KELUARGA DAN RISIKO DEPRESI *POSTPARTUM* PADA IBU *POSTPARTUM* DI RSIA BANDA ACEH

Wilda Ahrisna¹, Dara Ardhia², Elka Halifah²

¹ Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala, Aceh, Indonesia

² Bagian Ilmu Keperawatan Maternitas, Fakultas Keperawatan, Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia

 daraardhia@usk.ac.id

 <https://doi.org/10.56186/jkbb.221>

Abstrak

Latar Belakang: Dukungan keluarga yang rendah dapat meningkatkan kejadian depresi setelah persalinan. Depresi *postpartum* merupakan depresi yang terjadi pada wanita setelah melahirkan, yang terjadi dalam waktu 4 minggu dan kondisi ini bisa berlangsung selama beberapa bulan. Di Indonesia, jumlah kasus depresi *postpartum* mengalami peningkatan yang signifikan hingga 22%. Dukungan keluarga yang dapat diberikan berupa dukungan informasional, penilaian, instrumental, dan emosional. **Tujuan:** Mengetahui gambaran dukungan keluarga dan risiko depresi *postpartum* pada ibu *postpartum* di RSIA Banda Aceh. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah sebuah penelitian dengan desain deskriptif dengan desain *cross sectional study*. Populasi penelitian adalah ibu *postpartum* yang dirawat di RSIA Cempaka Azzahra. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* (n=79). Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) dan Dukungan Keluarga terdiri dari 20 pernyataan dan telah dilakukan uji validitas. Analisa data menggunakan deskriptif eksploratif. **Hasil:** Dukungan keluarga pada Ibu *Postpartum* berada pada kategori baik yaitu sebanyak 78 responden (98,7%) dan Risiko Depresi *Postpartum* berada pada kategori tidak berisiko yaitu sebanyak 67 responden (84,8%). Disarankan kepada ibu *postpartum* untuk tetap menerapkan perawatan diri yang baik seperti, tidur yang cukup, nutrisi yang cukup dan olahraga dapat mengurangi gejala depresi *postpartum* dan membuat ibu merasa tenang, tidak mudah lelah dan stres.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga; Ibu *Postpartum*; Risiko Depresi *Postpartum*

Abstract

Background: Low family support has been associated with an increased incidence of *postpartum* depression. *Postpartum* depression is a condition that occurs in women after childbirth, typically within four weeks, and may persist for several months. In Indonesia, the prevalence of *postpartum* depression has significantly increased, reaching 22%. Family support can be provided in various forms, including informational, appraisal, instrumental, and emotional support. *Function Objectives:* Describe the family support and the risk of *postpartum* depression among *postpartum* mothers at RSIA (a maternity hospital) in Banda Aceh. *Method:* This research employed a descriptive study with a cross-sectional design. The study population comprised *postpartum* mothers hospitalized at RSIA Cempaka Azzahra. The sampling technique used was *purposive sampling*, with a total of 79 participants. Data were collected using the *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS), and a Family Support Questionnaire, consisting of 20. Data analysis was conducted using an exploratory descriptive approach. *Result:* Family support among *postpartum* mothers was predominantly categorized as good, with 78 respondents (98.7%). Furthermore, the risk of *postpartum* depression was categorized as low in 67 respondents (84.8%). It is recommended that *postpartum* mothers maintain proper self-care, including adequate sleep, balanced nutrition, and regular physical activity, as these practices can help reduce *postpartum* depression symptoms, promote relaxation, and prevent fatigue and stress.

Keywords: *Family Support; Postpartum Depression Risk; Postpartum Mothers*

Pendahuluan

Dukungan keluarga merupakan sebuah sikap penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya yang dapat ditunjukkan melalui dukungan informasional, penilaian, instrumental, dan emosional. Dukungan keluarga dapat membuat seseorang merasa dicintai dan diperdulikan, yang dapat membantu mereka mengatasi masalah dengan baik (Siallagan et al., 2022).

Dukungan keluarga yang rendah dapat meningkatkan kejadian depresi setelah persalinan. Masa setelah persalinan disebut masa nifas atau postpartum dimana kurang dari setengah ibu postpartum tidak memiliki dukungan keluarga yang cukup. Petugas kesehatan dapat memberikan pendampingan atau motivasi kepada ibu yang keluarganya tidak dapat memberikan dukungan secara penuh kepadanya. Ini berarti bahwa keluarga ibu harus berusaha meluangkan waktu untuk memberikan dukungan kepada ibu postpartum dan perawat perlu memberikan intervensi kepada keluarga untuk berusaha meluangkan waktunya agar mampu memberikan dukungan kepada ibu postpartum (Nuraeni et al., 2023).

Periode setelah melahirkan hingga enam minggu ketika sistem reproduksi kembali berfungsi normal disebut dengan postpartum. Seorang wanita akan mengalami perubahan fisik dan mental selama periode tersebut. Seorang wanita akan mengalami adaptasi psikologis terhadap peranannya sebagai orang tua (ibu). Sekitar 70-80 % ibu mengalami gangguan *mood* atau perasaan setelah melahirkan. Ini biasanya dianggap normal dan muncul mulai dua hingga tiga hari setelah melahirkan dan biasanya hilang setelah dua minggu (Purwati & Noviyana, 2020).

Ibu postpartum yang tidak dapat beradaptasi dengan peran barunya akan menderita gangguan emosi seperti depresi postpartum. Depresi postpartum merupakan depresi yang terjadi pada wanita setelah melahirkan, yang terjadi dalam waktu 4 minggu dan kondisi ini bisa berlangsung selama beberapa bulan. Faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya kesedihan pasca melahirkan yang jika tidak ditangani akan menyebabkan depresi postpartum, yaitu usia ibu saat menikah dan hamil < 20 tahun atau > 35 tahun, melahirkan anak pertama, kesiapan menerima anggota baru termasuk pengetahuan atau keterampilan merawat bayi dan pendidikan. Aspek eksternal adalah dukungan keluarga, suami, budaya/ kebiasaan masyarakat terkait persalinan, keadaan ekonomi, informasi perawatan nifas, dan riwayat perawatan nifas (Wahyuni et al., 2019).

Secara global prevalensi depresi postpartum sekitar 13% dan proporsi kejadian ini lebih tinggi di negara-negara berkembang yaitu sebanyak 20%. Angka kejadian depresi postpartum tinggi di negara-negara Asia dan bervariasi berkisar 26-85% sedangkan di Indonesia berkisar antara 50-70%. Sebuah studi lain di Vietnam menemukan bahwa depresi postpartum pada ibu masa nifas lebih tinggi di daerah perkotaan (20,4%) daripada di daerah pedesaan (15,8%) (Amandya et al., 2021).

Di Indonesia, jumlah kasus depresi postpartum mengalami peningkatan yang signifikan hingga 22%. Dampak depresi post partum pada ibu membuat mereka tidak bisa merawat anaknya dengan baik. Jika masalah ini terus berlanjut, maka akan berdampak negatif jangka

panjang terhadap perkembangan kognitif, emosional, sosial, dan perilaku anak (Murti & Lestari, 2023).

Beberapa faktor penyebab depresi postpartum adalah faktor konstitusional, faktor fisik, faktor psikologis dan faktor sosial. Faktor lain yang berpengaruh terhadap depresi postpartum adalah banyaknya dukungan sosial yang diterima, termasuk bagaimana dukungan emosional dan kepuasan yang dirasakan dalam hubungannya dengan suami (Hanim, 2022)

Hasil penelitian (La Isa et al., 2022) menyimpulkan bahwa ada pengaruh dukungan keluarga dengan kejadian depresi postpartum. Dari hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa ibu postpartum yang mendapat dukungan keluarga yang rendah lebih beresiko terkena depresi postpartum dibandingkan dengan ibu postpartum yang mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi.

Dampak negatif dari depresi postpartum tidak hanya berdampak pada ibu, tetapi juga dapat berdampak pada anak dan keluarganya. Ibu yang mengalami depresi postpartum dapat mengurangi minat dan ketertarikan terhadap bayinya. Ibu menjadi kurang merespon dengan positif seperti saat bayinya menangis, tatapan matanya, ataupun gerakan tubuh. Akhirnya ibu yang mengalami depresi postpartum tidak mampu memberikan perawatan yang optimal kepada bayinya termasuk menjadi malas memberikan ASI secara langsung (Sari, 2020)

Masalah-masalah yang memicu terjadinya depresi postpartum pada ibu dapat mempengaruhi perkembangan dan kesehatan bayi serta kesehatan mental ibu. Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan pada latar belakang dikatakan bahwa dukungan keluarga dan lingkungan sosial mempengaruhi psikologis ibu postpartum.

Tujuan penulisan artikel ini untuk mengetahui gambaran dukungan keluarga dan risiko depresi postpartum pada ibu postpartum di RSIA Banda Aceh.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan pada artikel ilmiah ini merupakan deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi yang digunakan adalah ibu postpartum yang ada di RSIA Cempaka Azzahra sebanyak 370 orang pada bulan Juni-Agustus 2024. Jumlah sampel ditetapkan menggunakan rumus Slovin yang berjumlah 79 ibu postpartum. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Proses pengambilan data dilakukan di wilayah kerja RSIA Cempaka Azzahra di Banda Aceh di ruang rawatan ibu postpartum dan poliklinik obstetric dan ginekologi di RSIA Cempaka Azzahra pada tanggal 18 Desember 2024 – 01 Januari 2025.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan *Edinburg Postnatal Depression Scale* (EPDS). Uji validitas pada kuesioner dukungan keluarga ditetapkan dengan membandingkan nilai r hasil dengan r tabel untuk jumlah responden 10 ibu postpartum dengan menggunakan taraf 5% adalah 0.632. Hasil dari uji menunjukkan bahwa seluruh pertanyaan dinyatakan valid. Pada kuesioner dukungan keluarga secara keseluruhan didapatkan hasil Cronbach alpha yaitu 0.95. Nilai koefisien alpha pada kuesioner risiko depresi postpartum *Edinburg Postnatal Depression Scale* (EPDS) adalah 0.87. Pada kuesioner *Edinburg Postnatal Depression Scale* (EPDS) reliabilitas split-half dari skala tersebut ditemukan sebesar 0,88 dan koefisien Cronbach Alpha yang distandarisasi adalah 0,87.

Sebelum pengambilan data dilakukan, peneliti melakukan *informed consent* kepada calon responden. Calon responden yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang akan diwawancarai menggunakan kuesioner penelitian. Peneliti tetap menjamin kerahasiaan data dan identitas responden dengan tidak mencantumkan nama, menyimpan data yang hanya bisa diakses oleh peneliti, dan hanya mempublikasikan data yang diperlukan. Penelitian ini telah lulus uji etik oleh Komisi Etik Penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala dengan nomor 111116211024.

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Data demografi dari penelitian ini menunjukkan bahwa kebanyakan responden berusia 21-25 tahun yaitu sebanyak 36 responden (45,6%), kebanyakan usia bayi <1 bulan yaitu sebanyak 64 bayi (81,0%), kebanyakan bayi merupakan anak pertama yaitu sebanyak 36 bayi (45,6%), mayoritas responden melahirkan secara normal yaitu sebanyak 42 responden (53,2%). Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir mayoritas responden menempuh pendidikan terakhir di SMA/Sederajat sebanyak 38 responden (48,1%), kebanyakan responden adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 64 responden (81,0%) dan kebanyakan berpenghasilan <3.460.000 yaitu sebanyak 46 responden (58,2%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi (n=79)

No	Data Demografi	Frekuensi	Persentase
1.	Umur		
	21-25 Tahun	36	45,6
	26-30 Tahun	24	30,4
	31-35 Tahun	13	16,5
	>35 Tahun	6	7,6
2.	Usia Bayi		
	<1 Bulan	64	81,0
	1-3 Bulan	8	10,1
	>3 Bulan	7	8,9
3.	Anak Ke		
	1	36	45,6
	2	29	36,7
	3	14	17,7
4.	Persalinan Secara		
	Normal	42	53,2
	SC	37	46,8
5.	Pendidikan Terakhir		
	SMA/Sederajat	38	48,1
	Perguruan Tinggi	41	51,9
6.	Pekerjaan		
	Ibu Rumah Tangga	64	81,0
	PNS	4	5,1
	Pegawai Swasta	8	10,1
	Lainnya	3	3,8
7.	Penghasilan		
	<3.460.000	46	58,2
	3.460.000-6.920.000	31	39,2
	>6.920.000	2	2,5

No	Data Demografi	Frekuensi	Persentase
	Total	79	100

Tabel 2. menunjukkan bahwa kebanyakan responden mendapatkan dukungan keluarga yang baik yaitu sebanyak 78 orang (98,7%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada Ibu Postpartum (n=79)

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase
Baik	78	98,7
Kurang	1	1,3
Total	79	100

Tabel 3. menunjukkan bahwa responden yang berisiko depresi postpartum yaitu sebanyak 12 orang (15,2%). Sedangkan responden yang tidak berisiko terkena depresi postpartum sebanyak 67 orang (84,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Risiko Depresi Postpartum pada Ibu Postpartum (n=79)

Risiko Depresi Postpartum	Frekuensi	Persentase
Berisiko	12	15,2
Tidak Berisiko	67	84,8
Total	79	100

2. Pembahasan

a. Gambaran Dukungan Keluarga pada Ibu Postpartum

Dukungan keluarga merupakan bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikannya. Dukungan keluarga sangat berguna bagi ibu postpartum agar sang ibu merasa tenang, tidak mudah lelah dan stress serta memiliki waktu untuk mengurus diri sendiri maupun bayinya. Dukungan ini tidak hanya berasal dari suami, tetapi juga dari orang tua, mertua, saudara, dan anggota keluarga lainnya (Arfan et al., 2024).

Salah satu aspek penting dari dukungan keluarga adalah dukungan emosional. Ibu postpartum seringkali mengalami perubahan suasana hati yang drastis, mulai dari kebahagiaan hingga kesedihan. Dukungan emosional dari keluarga dapat membantu ibu merasa lebih stabil dan terkendali. Dukungan sosial keluarga yang baik dapat membantu suksesnya masa transisi menjadi seorang ibu pada post partum dan dapat merawat bayinya dengan baik (Purwanti et al., 2021).

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa 78 responden (98,7%) mendapatkan dukungan keluarga yang baik dikarenakan keluarga terus mendampingi ibu selama masa postpartum. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuraeni et al., 2023) pada 35 ibu postpartum di Rumah Sakit Gunung Jati Cirebon. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa 60% ibu postpartum mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi. Hal tersebut berkaitan dengan keterlibatan keluarga dalam mendampingi dan memberikan dukungan pada masa persalinan dan setelah persalinan, memberikan *support* kepada ibu sehingga ibu merasa tenang serta dapat mengurangi rasa cemas dan khawatir yang dialami oleh ibu.

Tabel 1 menunjukkan bahwa ibu yang melahirkan anak pertama sebanyak 36 responden (45,6%) dan mendapatkan dukungan keluarga yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mendrofa, 2019) didapatkan hasil bahwa 83,3% ibu primipara mendapatkan dukungan keluarga yang baik sehingga dapat mencegah kecemasan pada ibu dalam menghadapi persalinan. Sedangkan pada penelitian (Qoyimah & Iftitakhiyyah, 2022) didapatkan hasil 51,5%

merupakan ibu primipara yang belum mempunyai pengalaman dalam merawat bayi sehingga mudah menimbulkan stress. Selain itu, pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa hasil dukungan keluarga berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 48,5%. Dari beberapa hasil penelitian tersebut, peneliti dapat menganalisis bahwa dukungan keluarga mempunyai efek menimbulkan risiko depresi postpartum pada ibu primipara.

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa ibu dengan penghasilan < UMR (Rp. 3.460.000) sebanyak 46 ibu (58,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Novarinda et al., 2023) didapatkan hasil mayoritas penghasilan keluarga yaitu <UMR (Rp. 2.528.000) sebanyak 53 responden (86,9%), penghasilan yang besar akan memudahkan keluarga dalam membantu memenuhi kebutuhan ibu postpartum. Akan tetapi, dukungan keluarga yang dapat diberikan tidak hanya berupa dukungan instrumental melainkan keluarga dapat memberikan dukungan informasional, emosional dan penghargaan. Dengan demikian, maka dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan oleh ibu postpartum.

Penelitian pengaruh dukungan keluarga terhadap kesehatan mental ibu pascapersalinan juga pernah dilakukan di Cina pada 817 ibu postpartum dalam kurun waktu 6 minggu pasca persalinan. Pada penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa ibu postpartum yang mempunyai hubungan interpersonal dengan suami dan mertua memiliki kesehatan mental yang baik. Penelitian tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini, yaitu mayoritas ibu postpartum di RSIA Cempaka Az-Zahra mendapatkan dukungan keluarga yang baik sehingga tidak beresiko mengalami depresi postpartum. Oleh karena itu, peneliti dapat menganalisis bahwa ibu postpartum yang memiliki hubungan yang baik antara suami dan ibu mertua dapat mengurangi resiko depresi postpartum dan gangguan tidur. Karena dukungan keluarga berperan penting terhadap kesehatan mental ibu postpartum (Qi et al., 2022).

Penelitian tersebut berbanding terbalik dengan penelitian (Lee et al., 2023), yang dilakukan pada 1.481 ibu postpartum di Korea dalam kurun waktu 12 bulan setelah melahirkan, didapatkan hasil bahwa 40% ibu postpartum mengalami depresi ringan hingga sedang. Hal tersebut berkaitan dengan minimnya dukungan sosial dan keluarga. Dari hasil penelitian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kemampuan ibu untuk menyesuaikan dan mengelola stresor setelah melahirkan. Selain itu, dukungan sosial dapat menjadi faktor perlindungan yang dapat mengurangi dampak stresor kehidupan dan meningkatkan status kesehatan mental yang positif dan dukungan keluarga dapat menjadi elemen pendukung dalam meringankan gejala kesehatan mental ibu.

Sedangkan menurut penelitian (Mercan & Selcuk, 2021) yang dilakukan di Turki pada 398 ibu postpartum dalam 42 hari pertama periode pascapersalinan, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga berpengaruh terhadap tingkat depresi dan efikasi diri menyusui pada ibu postpartum. Hasil penelitian menunjukkan efikasi diri menyusui pada ibu postpartum meningkat seiring dengan menurunnya tingkat depresi dan meningkatnya tingkat dukungan sosial.

Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian (Feinberg et al., 2022) pada sebuah rumah sakit di California yang dilakukan pada 2.539 ibu 5 bulan pasca melahirkan. Hasil penelitian menunjukkan, 56,3% ibu postpartum menerima dukungan emosional yang konsisten, 49,5% menerima dukungan praktis yang konsisten, dan 45,9% menerima dukungan sosial yang konsisten. Dukungan sosial yang konsisten dapat berfungsi sebagai faktor perlindungan terhadap gejala resiko depresi pascapersalinan.

Penelitian tersebut juga sesuai dengan penelitian (Cho et al., 2022) di Korea Selatan yang dilakukan pada 1.654 ibu postpartum dalam kurun waktu satu tahun setelah melahirkan. Hasil penelitian menunjukkan 1.383 (83,9%) ibu postpartum tidak mengalami resiko depresi postpartum. Penelitian tersebut juga didapatkan hasil bahwa, 53,9% ibu postpartum memiliki dukungan sedang dan 40,1% memiliki dukungan sosial tinggi. Sehingga dapat disimpulkan, semakin tinggi tingkat dukungan sosial, maka semakin rendah rasio peluang ibu mengalami depresi postpartum.

b. Gambaran Risiko Depresi Postpartum pada Ibu Postpartum

Depresi postpartum adalah gangguan psikologis yang serius yang dapat memengaruhi ibu setelah melahirkan, ditandai dengan suasana hati yang rendah, kehilangan minat, kelelahan, hingga gangguan tidur yang signifikan. Depresi postpartum dapat berdampak pada kemampuan ibu untuk menjalankan peran barunya. Prevalensi depresi postpartum bervariasi, dengan beberapa studi menyebutkan bahwa sekitar 10–20% ibu mengalami kondisi ini (Yim et al., 2021).

Pencegahan risiko depresi postpartum dapat dilakukan dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil mengenai perubahan yang akan dialami setelah melahirkan, serta pentingnya menjaga kesehatan mental. Selain itu, membangun sistem dukungan yang kuat dari keluarga dan teman dekat dapat membantu ibu melewati masa postpartum dengan lebih baik (Estiningtyas et al., 2021).

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang berisiko depresi postpartum sebanyak 12 responden (15,2%), sedangkan yang tidak berisiko sebanyak 67 responden (84,8%) dari total 79 ibu postpartum. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Alesandro et al., 2022) di Pusat Kesehatan Masyarakat Binong, Tangerang didapatkan hasil bahwa sebanyak 63,4% ibu tidak mengalami risiko depresi postpartum. Hal tersebut berkaitan dengan rata-rata usia ibu berada pada rentang 26-30 tahun sebanyak 27 orang (32,9%). Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia ideal bagi wanita untuk melahirkan ialah 20-35 tahun. Hasil penelitian pada tabel 5.1, menunjukkan hasil bahwa dari 79 responden, sebanyak 36 responden (45,6%) berada pada rentang usia 21-25 tahun tidak mengalami risiko depresi postpartum karena mendapatkan dukungan keluarga yang baik, peneliti dapat menganalisis bahwa usia berpengaruh terhadap risiko depresi postpartum.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa 36 responden (45,6%) merupakan primipara dan mereka mendapatkan dukungan keluarga yang baik sehingga tidak berisiko depresi postpartum. Sedangkan pada penelitian (Astri et al., 2020) yang dilakukan pada 106 ibu postpartum di Rumah Sakit Khusus Ibu dan Anak Bandung berbanding terbalik dengan penelitian ini. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa 81,8% ibu primipara memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi. Hal tersebut berkaitan dengan pengalaman ibu primipara yang lebih sedikit daripada ibu multipara, memerlukan waktu yang lebih lama untuk menyesuaikan diri dengan tanggung jawab baru dan dukungan sosial yang kurang. Pada penelitian (Ardhia et al., 2020) dikatakan bahwa pada kehamilan pertama terjadi peningkatan risiko depresi postpartum dan kecemasan dikarenakan adanya perubahan sosial, psikologis dan fisik yang berkaitan dengan kehamilan dan persalinan.

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan SMA/Sederajat sebanyak 38 responden (48,1) dan ibu dengan tingkat pendidikan perguruan tinggi sebanyak 41 responden (51,9%). Menurut (Abdiani et al., 2023) bahwa tingkat pendidikan SMA/Sederajat dan perguruan tinggi masuk pada kategori pendidikan tinggi sehingga ibu tidak mengalami risiko depresi postpartum. Akan tetapi penelitian tersebut berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh (Abdiani et al., 2023) pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa tingkat pendidikan rendah (SD, SMP) memiliki risiko 0,53 kali lebih tinggi mengalami depresi postpartum dibandingkan ibu dengan pendidikan tinggi setara dengan SMA/Sederajat dan Perguruan Tinggi.

Tabel 1 menunjukkan bahwa 64 responden (81,0%) merupakan Ibu Rumah Tangga. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2023) bahwa mayoritas ibu tidak bekerja sebanyak 57 responden (72,2%), pada penelitian tersebut dikatakan bahwa beban pekerjaan dapat mempengaruhi kondisi psikologis ibu sehingga dapat memicu terjadinya depresi postpartum. Pada penelitian (Nugroho & Rofiqoh, 2021) juga didapatkan bahwa ibu yang tidak bekerja sebanyak 62%, pada penelitian tersebut dikatakan bahwa ibu yang bekerja ataupun tidak bekerja cenderung tidak mempengaruhi kondisi psikologis ibu nifas, sebab pekerjaan ibu lebih berpengaruh terhadap penghasilan keluarga. Dari beberapa hasil penelitian

tersebut, peneliti dapat menganalisis bahwa ibu yang tidak bekerja cenderung tidak berisiko terkena depresi postpartum karena hanya fokus merawat dan mengurus keluarganya.

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan bahwa ibu dengan persalinan normal sebanyak 42 responden (53,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Anisa et al., 2021) bahwa ibu dengan persalinan secara normal lebih banyak mengalami risiko depresi ringan yaitu sebanyak 146 responden dari 219 ibu postpartum. Pada penelitian (Alesandro et al., 2022) juga disebutkan bahwa depresi postpartum banyak dialami oleh ibu dengan persalinan SC yaitu sebanyak 22 responden (26,8%) dibandingkan ibu dengan persalinan normal yaitu sebanyak 42 responden (51,2%). Pada penelitian (Nurharyani & Sari, 2018) juga disebutkan bahwa ibu dengan persalinan SC memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi postpartum (52,2%) daripada ibu yang melahirkan secara normal (47,8%). Hal tersebut dikarenakan ibu dengan persalinan SC merasa cemas dengan proses penyembuhan luka. Dari hasil penelitian tersebut, peneliti dapat menganalisis bahwa ibu dengan dengan persalinan SC lebih rentan mengalami risiko depresi postpartum dibandingkan ibu dengan persalinan normal.

Pada persalinan normal kehilangan darah sekitar 300-400 cc, sedangkan pada persalinan dengan SC, pengeluaran darah dua kali lipat lebih banyak. Perubahan terdiri dari volume darah (*blood volume*) dan hematokrit (*haemoconcentration*). Bila persalinan normal, hematokrit cenderung stabil dan kembali normal setelah 4-6 minggu (Mirong & Yulianti, 2023).

Pada penelitian (Arami et al., 2021) dikatakan bahwa ibu yang menyusui pada 6 bulan pertama kelahiran akan lebih rendah mengalami gejala depresi dari pada ibu yang melakukan penyapihan lebih dini. Ibu postpartum yang tidak menyusui secara eksklusif memiliki skor tertinggi dari penggunaan EPDS dari pada ibu postpartum yang menyusui secara eksklusif. Hasil penelitian (Setianingsih & Yuliwati, 2023) didapatkan hasil bahwa responden yang mengalami depresi postpartum sebagian besar tidak memberikan ASI pada bayinya (73,2%). Dari hasil penelitian tersebut, peneliti dapat menganalisis bahwa pemberian ASI yang tidak eksklusif dapat mempengaruhi risiko depresi postpartum.

Pada hasil penelitian (Subaedah et al., 2024) didapatkan hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan risiko depresi postpartum dengan BBLR (Bayi Berat Lahir Rendah). Efikasi diri didefinisikan persepsi ibu terhadap kemampuan yang mereka miliki dalam mengelola, melaksanakan, dan memenuhi kewajiban yang terkait dengan perawatan bayi baru lahir dan pengasuhan anak. Pada penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa kondisi yang dapat mempengaruhi efikasi diri adalah depresi postpartum. Pada hasil penelitian (Permatasari et al., 2021) didapatkan bahwa pada ibu dengan BBLR mendapatkan nilai lebih rendah pada efikasi diri dibandingkan dengan ibu BBLN (Bayi Berat Lahir Normal). Dari hasil penelitian tersebut peneliti dapat menganalisis bahwa ibu dengan BBLR dapat berpengaruh pada efikasi diri dan hal tersebut dapat memicu terjadinya risiko depresi postpartum.

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 79 ibu postpartum di RSIA Cempaka Azzahra Banda Aceh dapat disimpulkan bahwa gambaran dukungan keluarga dan risiko depresi postpartum pada ibu postpartum berada pada kategori baik yaitu sebanyak 78 responden (98,7%) dan sebanyak 67 responden (84,8%) tidak mengalami risiko depresi postpartum. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan adanya peningkatan komunikasi koordinasi dengan keluarga untuk membangun komunikasi yang baik dan melibatkan keluarga dalam perawatan dan dukungan terhadap ibu postpartum dalam upaya mencegah risiko depresi postpartum. Bagi ibu postpartum diharapkan untuk dapat menjalin komunikasi yang terbuka dan jujur dengan pasangan, keluarga, atau orang terdekat mengenai perasaan dan kesulitan yang dialami serta jangan ragu untuk meminta bantuan pada pasangan atau keluarga dalam mengurus bayi dan pekerjaan rumah tangga.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden penelitian yang bersedia ikut serta dalam penelitian dan ucapan terimakasih kepada pihak yang telah membantu dalam proses penelitian dari awal hingga akhir.

Daftar Pustaka

- Abdiani, B. T., Safinatunnaja, B., & Muliani, S. (2023). Pengaruh Hubungan Antara Coping Stress dan Kejadian Depresi Postpartum Setelah Gempa Lombok. *Sang Pencerah: Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 9(4), 831–841. <https://doi.org/10.35326/pencerah.v9i4.3520>
- Alesandro, S. D., Dini, A. D., Catharina, G. P., Belet, I. L., & Prisca, T. A. (2022). Gambaran Depresi Postpartum Di Pusat Kesehatan Masyarakat Binong Di Tangerang. *Jurnal Keperawatan*, 14(3), 747–752.
- Amandya, A. K. P., Mustofa, A., Hapsari, A. N., Nabiila, A., Nurissyita, A. M., & Prasetya, E. C. (2021). Faktor Risiko Depresi Pasca Persalinan di Negara-negara Asia Tenggara. *Medica Arteriana (Med-Art)*, 3(2), 62. <https://doi.org/10.26714/medart.3.2.2021.62-67>
- Arami, N., Asti Mulasari, S., Hani, U. E., & Yogyakarta, A. (2021). Gejala Depresi Postpartum Mempengaruhi Keberhasilan Asi Eksklusif. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari*, 12(1), 2021.
- Ardhia, D., Kiftia, M., Rizkia, M., Hasrati Nizami, N., Halifah Universitas Syiah Kuala, E., Keperawatan, F., Teuku Nyak Arief No, J., Darussalam, K., Syiah Kuala, K., & Banda Aceh, K. (2020). Hubungan Faktor Stressor Internal Ibu Primigravida dalam Menghadapi Persalinan. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 193–198.
- Arfan, N. A., Ekawati, D., & Nisa, O. A. (2024). Edukasi Pemahaman Pentingnya Dukungan Keluarga Untuk Ibu dalam Mengatasi Baby Blues di Desa Diwek, Kecamatan Diwek, Kabupaten Jombang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta*, 2(1).
- Astri, R., Fatmawati, A., & Gartika, G. (2020). Dukungan Sosial Pada Ibu Postpartum Primipara Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)*, 7(1), 16–21. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i1.417>
- Cho, H., Lee, K., Choi, E., Cho, H. N., Park, B., Suh, M., Rhee, Y., & Choi, K. S. (2022). Association between social support and postpartum depression. *Scientific Reports*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-07248-7>
- Estiningtyas, E., Cahyaningtyas, A. Y., & Sugiarsih, S. (2021). The Effect of Family Support and Social Support on The Incidence of Postpartum Depression. *JURNAL ILKES (Jurnal ..., 12(2)*, 485–495. <http://ilkeskh.org/index.php/ilkes/article/view/219>
- Fadhiyah Norr Anisa, Sarkisah, & Ahmad Hidayat. (2021). Deteksi Kejadian Depresi Post Partum Dengan Algoritma Naive Bayes. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 12(1), 2549–4058. <https://doi.org/10.33859/dksm.v12i1.678>
- Feinberg, E., Declercq, E., Lee, A., & Belanoff, C. (2022). The Relationship between Social Support and Postnatal Anxiety and Depression: Results from the Listening to Mothers in California Survey. *Women's Health Issues*, 32(3), 251–260. <https://doi.org/10.1016/j.whi.2022.01.005>
- Hanim, lailatul muarofah. (2022). *DEPRESI POSTPARTUM (Kajian Pentingnya Dukungan Sosial pada Ibu Pasca Salin)*. Penerbit Adab. <https://books.google.co.id/books?id=66WnEAAAQBAJ>
- La Isa, W., Nani Hasanuddin Makassar, S., Perintis Kemerdekaan VIII, J., & Makassar, K. (2022). Literatur Review Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Pengendalian Depresi Post Partum. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), 433–439. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/957>
- Lee, M. S., Lee, J. J., Park, S., Kim, S., & Lee, H. (2023). Is social support associated with postpartum depression, anxiety and perceived stress among Korean women within the first year

- postpartum? *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 44(1).
<https://doi.org/10.1080/0167482X.2023.2231629>
- Mendrofa, H. K. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester Iii Dalam Menghadapi Proses Persalinan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Matsum Medan. *Indonesian Trust Health Journal*, 2(1), 132–137.
<https://doi.org/10.37104/ithj.v2i1.29>
- Mercan, Y., & Selcuk, K. T. (2021). Association between postpartum depression level, social support level and breastfeeding attitude and breastfeeding self-efficacy in early postpartum women. *PLoS ONE*, 16(4 April 2021), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249538>
- Murti, & Lestari, M. (2023). Deteksi Dini Depresi Postpartum Dengan Menggunakan Ebinburgh Postnatal Depression Scale. *Jurnal Keperawatn Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(4), 1–6.
- Novarinda, E., Indriyani, D., & Asmuji, A. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Adaptasi Perawatan Bayi Baru Lahir pada Ibu Primipara di Puskesmas Kalibaru Kulon Banyuwangi. *Health & Medical Sciences*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.47134/phms.v1i1.26>
- Nugroho, F., & Rofiqoh, S. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Literature Review: Penerapan Teknik Relaksasi Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat. *Seminar Nasional Kesehatan*, 105(Imd), 766–771. <http://jurnal.unimus.ac.id>
- Nuraeni, R., Astari, R. Y., Agustini, A., & Wulandari, P. (2023). Dukungan Keluarga pada Ibu Postpartum terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 58–64. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i1.4712>
- Nurharyani, I., & Sari, H. (2018). Risiko depresi pada ibu postpartum. *JIM FKep*, III(4), 82–89.
- Permatasari, A., Hapsari, E. D., & Lismidiati, W. (2021). Efikasi Diri Ibu Yang Memiliki Bayi Berat Lahir Rendah Dengan Dukungan Sosial Dan Gejala Depresi. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 5(3), 124. <https://doi.org/10.32419/jppni.v5i3.307>
- Purwanti, D., Fitriasih, & Aroh, I. (2021). Dukungan Sosial Keluarga Dan Hubungannya Dengan Kecemasan Ibu Primipara Dalam Merawat Bayi Berat Badan Lahir Rendah. *Prosiding Seminar Nasional & Internasional*, 2(2), 249–254.
- Purwati, P., & Noviyana, A. (2020). *Faktor-Faktor yang Menyebabkan Kejadian Postpartum Blues Purwati Purwati *, 2 Alfi Noviyana fenomenologi dengan pengambilan populasi dengan cara purposive sampling . Hasil penelitian penyebab postpartum blues adalah khawatir dengan bayi , factor kelelahan. 10(2).*
- Qi, W., Liu, Y., Lv, H., Ge, J., Meng, Y., Zhao, N., Zhao, F., Guo, Q., & Hu, J. (2022). Effects of family relationship and social support on the mental health of Chinese postpartum women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04392-w>
- Qoyimah, I., & Iftitakhiyyah, K. (2022). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kejadian Post Partum Blues Hari Ke-7 Pada Ibu Nifas di BPS Asri (Kelurahan Baturetno Kecamatan Tuban). *Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban*, 4(1), 59–65.
- Sari, L. M., Misrawati, M., & Rizka, Y. (2023). Gambaran Kejadian Depresi Postpartum Di Puskesmas Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 11(1), 70–84. <https://doi.org/10.33650/jkp.v11i1.5541>
- Sari, R. A. (2020). Literature Review: Postpartum Depression. *Jurnal Kesehatan*, 11, 1. <http://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Setianingsih, A. P., & Yuliwati, N. (2023). Hubungan Depresi Post Partum dengan Pemberian ASI pada Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Carita. *Health Sciences Journal*, 7(1), 22–32. <http://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ>
- Siallagan, A., Saragih, H., Rante, E., & Desri, R. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian Baby Blues pada Ibu Postpartum di Desa Pulau Terap Tahun 2022. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 7(4), 336. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v7i4.11746>
- Subaedah, S., Aprilina, H. D., Estria, S. R., & Aniati, R. P. (2024). *TINGKAT PENDIDIKAN,*

DUKUNGAN KELUARGA, RIWAYAT OBSTETRI DAN EFIKASI DIRI MEMPENGARUHI RISIKO DEPRESI POSTPARTUM DENGAN PERAWATAN BBLR DI RUANG PERINATOLOGI. 20(2), 117–126. <https://doi.org/10.26753/jikk.v20i2.1496>

Wahyuni, S., Murwati, & Supiati. (2019). Faktor Internal Dan Eksternal Yang Mempengaruhi Depresi Postpartum. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 3(2), 106–214. <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/Int/article/viewFile/92/82>