

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa Nifas (puerperium) dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung selama kira-kira 6 minggu atau setelah persalinan sampai 42 hari persalinan (WHO, 2008). Masa Nifas atau postpartum adalah masa dimulai setelah pasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadalan seperti semula. Akan berlangsung selama kira-kira 6 minggu, terjadi pengerutan pada uterus yang merupakan suatu proses perubahan dimana uterus kembali ke kondisi sebelum hamil dengan bobot hanya 60 gram. ukuran uterus kira-kira sebesar pada saat kehamilan 20 minggu dan beratnya 1000 gram, akan mengecil sehingga pada akhirnya minggu pertama masa nifas beratnya kira-kira 500 gram dan salah satu masalah selama masa nifas adalah perdarahan post partum (Sophia Immanuela Victoria & Juli Selvi Yanti, 2021).

Merupakan periode penting bagi ibu dan bayi baru lahir karena masa nifas merupakan salah satu periode kritis dalam proses kehidupan seorang perempuan maupun bayi dan merupakan masa sulit (Kusumastuti et al., 2024). Masa nifas merupakan masa setelah melahirkan dimana ibu sering mengalami stress (Achmad & Wabula, 2023). Selain kondisi fisik, peran perempuan sebagai seorang ibu juga mengakibatkan perubahan dalam

hubungan suami maupun anggota keluarga lain serta perubahan dalam fungsi keluarga. Sebagian wanita berhasil menyesuaikan diri dengan baik, tetapi tidak sedikit juga tidak berhasil menyesuaikan diri dan mengalami gangguan emosional pasca persalinan. Tiga bentuk gangguan yang dapat terjadi pada masa postpartum yaitu *postpartum blues*, depresi postpartum, dan psikologis postpartum.

Secara psikologi, seorang ibu nifas memiliki emosi yang gampang marah dan gampang sedih. Salah satu penyebab terjadinya stress pada ibu nifas ialah timbulnya perhatian baru yang terpusat pada bayi (Ariani et al., 2022). Ada beberapa faktor penyebab gangguan emosi pada ibu nifas, antara lain adalah stress dan ketakutan saat hamil dan melahirkan, ketidaknyamanan pada masa postpartum awal, kelelahan dan kurang istirahat, kecemasan saat merawat anak, rasa tidak aman tentang bentuk tubuh, perubahan hormonal tubuh bahkan tidak sedikit ibu yang merasa sering diabaikan oleh orang yang dicintainya sehingga menjadi cemas dan memicu stress (Achmad & Wabula, 2023). Peran ibu sangat mempengaruhi perkembangan anak, sehingga ibu yang mengalami gangguan emosi harus segera ditangani secara adekuat agar tidak berlanjut ke arah yang lebih serius. Oleh karena itu, suami dan keluarga harus merawat dan mendukung ibu nifas, memberikan dukungan dengan membantu merawat bayinya atau memfasilitasi pekerjaan rumah tangga ibu. Tenaga kesehatan khususnya bidan harus memberikan informasi dan komunikasi edukatif (KIE) kepada ibu nifas untuk meningkatkan pengetahuan ibu untuk mencegah *postpartum*

*blues* dan gangguan psikologis yang lebih serius. Penyebab postpartum blues belum diketahui secara pasti namun diduga beberapa faktor diantaranya perubahan hormonal yang drastis pasca melahirkan mempengaruhi zat-zat kimia di otak yang mengatur mood sehingga perasaan ibu menjadi terganggu. Selain itu faktor kelelahan setelah melahirkan dan menyusui juga dapat menyebabkan perubahan rutinitas karena merawat bayi juga memperberat kondisi ibu, diperparah dengan kurangnya dukungan suami, keluarga dan lingkungan sekitar kepada ibu dalam melewati masa adaptasi psikologis post partum tersebut (Purwati & Noviyana, 2020).

*Post partum blues* merupakan gangguan psikologis yang dialami ibu setelah melahirkan dan gejalanya masih gejala ringan. Walaupun gejala ringan namun jika tidak segera ditangani akan berubah menjadi gejala yang lebih serius yaitu DPP (*Postpartum Depression*). Dampak negatif dari depresi postpartum tidak hanya berpengaruh pada peran ibu, namun berdampak pada anak dan keluarga juga. Ibu yang mengalami depresi tersebut, minat dan ketertarikan terhadap bayinya bisa berkurang. Akhirnya Ibu tidak mampu merawat bayinya secara optimal termasuk menjadi malas untuk memberikan ASI secara langsung. Pada kondisi paling berat ibu dapat membunuh bayinya sendiri, kondisi tersebut dinamakan psikologis postpartum. (Gea 2023) dalam (Ainy, 2023).

Adaptasi perempuan menjadi seorang ibu, memerlukan dukungan suami dan orang di sekitarnya. Orang yang memotivasi, membesarkan hati

dan orang yang selalu bersamanya serta membantu dalam menghadapi perubahan akibat adanya persalinan, untuk semua ini yang penting berpengaruh bagi ibu nifas adalah kehadiran seorang suami. Dukungan merupakan dorongan dalam bentuk kenyamanan, kepedulian, penghargaan, maupun bantuan yang tersedia untuk individu dari seseorang atau kelompok lain. Dukungan dapat diperoleh dari sejumlah orang penting seperti suami, anak, orang tua, saudara atau kerabat dan teman akrab. Bantuan dari suami dan keluarga sangat berpengaruh dalam keberhasilan ibu agar *postpartum blues* tidak berkembang menjadi kondisi yang lebih berat seperti depresi postpartum. Hal-hal kecil dan menyenangkan dapat membantu ibu dalam mengurangi stress pasca persalinan seperti bercerita dan mengungkapkan perasaan pada suami tentang apa yang diinginkan ibu, mencari suasana baru, melakukan aktivitas sehari-hari sesuai kemampuan, olah raga dan relaksasi, segera istirahat ketika bayi tidur, mengkonsumsi makanan sehat, serta yang paling penting menanamkan pemikiran positif yang sesuai realita bahwa kehadiran seorang bayi bukanlah sebuah hal yang harus ditakuti dan dicemaskan (Purwati & Noviyana, 2020).

Hasil penelitian (Ariani et al., 2022) menyatakan bahwa sebagian besar ibu nifas yang memiliki dukungan suami yang baik yaitu 22 (38.8%) orang, mengalami fase *taking in* yang aman dan lancar 14 (13.6%). Ibu nifas yang memiliki dukungan suami yang kurang 9 (20%) mengalami fase *taking in* dengan *baby blues* sebanyak 3 orang; ada hubungan yang bermakna antara dukungan suami dengan proses adaptasi psikologi ibu nifas di RSAD

Denpasar ( $p < 0,001$ ). Dukungan suami sangat berpengaruh pada kondisi psikologis ibu nifas, dukungan suami yang bagus dapat mencegah terjadinya *post partum blues*.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Oktober 2024 Di RSUD Gondo Suwarno Ungaran, jumlah *partus* metode SC maupun normal 6 bulan terakhir dari bulan April hingga September tahun 2024 sebanyak 432 orang. Jumlah rata – rata pasien *partus* secara normal sekitar 72 setiap bulannya pada tahun 2024. Dari hasil wawancara dengan 5 orang pasien 2 diantaranya adalah ibu multipara atau ibu yang melahirkan lebih dari satu kali sedangkan 3 lainnya merupakan ibu yang baru pertama kali melahirkan. Dua orang pasien yang merupakan ibu multiparitas mengatakan pada saat kelahiran anak pertamanya mengalami stress, cemas dan takut tidak bisa menjadi seorang ibu yang baik. Pasien juga mengatakan minimnya dukungan dari keluarga terutama suami seperti suami membantu mengurus anak dan membantu pekerjaan rumah tangga. Dan pasien yang baru pertama kali melahirkan juga merasakan hal yang sama, mereka merasa senang dengan peran baru sebagai seorang ibu namun disisi lain juga merasa khawatir tidak akan menjadi ibu yang baik. Namun pasien tersebut memiliki suami yang sangat perhatian dengan sering menemani istrinya saat dirawat di rumah sakit selain suami keluarga juga bergantian menjaga pasien sehingga dengan begitu pasien tidak terlalu memiliki beban pikiran yang berat. Sedangkan dari hasil observasi di ruang perawatan nifas ada beberapa ibu yang di dampingi suami. Suami dari ibu

yang dirawat terlihat sangat memperhatikan istrinya seperti menyuapi istrinya makan, memijat punggung istri guna memperlancar produksi ASI, mengantar ke kamar mandi sampai membantu istri untuk berpindah posisi maupun tempat. Namun masih banyak dari ibu yang dirawat mengatakan suaminya tidak memiliki banyak waktu untuk menemaninya dirumah sakit sehingga ibu merasa kurang diperhatikan oleh suaminya. Ibu nifas yang mendapat dukungan suami dilihat dari adaptasi psikologisnya lebih baik, dari sisi emosional stabil, pemulihan fisik lebih cepat, hubungan antara keduanya lebih harmonis dan peran menjadi orang tua lebih optimal. Sedangkan ibu yang kurang atau bahkan tidak mendapat dukungan dari suami akan lebih beresiko mengalami depresi postpartum, merasa stress dan cemas, pemulihan fisik lebih lambat, ketidakstabilan emosi, resiko konflik dalam hubungan dan akan terjadi penurunan kualitas perawatan bayi. Alasan lain mengapa peneliti tertarik untuk meneliti judul tersebut karena ada kejadian depresi pasca post partum akibat kurangnya dukungan dari suami, pada kasus ini sang suami memang memenuhi nafkah secara lahir namun masih kurang secara batin.

Berdasarkan uraian fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Dukungan Suami Dengan Adaptasi Psikologis Ibu Nifas”.

## **B. Rumusan Masalah**

Masa nifas merupakan masa dimana seorang ibu mengalami perubahan fisiologis maupun dari psikologis. Berubahnya kondisi fisik dan perubahan emosi pada masa nifas sangat membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekat yaitu keluarga terutama dukungan suami.

Berdasarkan dari beberapa uraian pada latar belakang muncul masalah yang menarik untuk diteliti lebih lanjut yaitu “Apakah ada hubungan dukungan suami dengan adaptasi psikologis ibu nifas di RSUD Dr. Gondo Suwarno Ungaran?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan dukungan suami dengan adaptasi psikologis ibu nifas di RSUD Dr. Gondo Suwarno

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, status kehamilan, tingkat dukungan suami dan psikologis ibu nifas di RSUD Dr. Gondo Suwarno
- b. Mengidentifikasi dukungan suami terhadap ibu nifas di RSUD Dr. Gondo Suwarno
- c. Mengidentifikasi keadaan psikologis ibu nifas yang dirawat di RSUD Dr. Gondo Suwarno.

- d. Menganalisis hubungan dukungan suami dengan proses adaptasi psikologis ibu nifas di RSUD Dr. Gondo Suwarno.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi dalam pengembangan intervensi keperawatan yang bertujuan untuk meningkatkan dukungan suami saat proses adaptasi psikologis ibu nifas.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pustaka, membantu mahasiswa menemukan referensi perpustakaan, dan memberikan referensi tentang dukungan suami terhadap adaptasi psikologis ibu nifas.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya dukungan suami terhadap proses adaptasi psikologis ibu nifas.