

# BAB I

## PENDAHULIAN

### A. Konteks Penelitian

Maraknya kasus *baby blues syndrome* yang terjadi di Indonesia, menjadikan sebagian ibu hamil dan melahirkan lebih memperdulikan kesehatan mentalnya, *baby blues syndrome* dapat menyebabkan kematian bagi anak ataupun ibu jika tidak segera ditangani. Ibu harus mempunyai mental yang kuat dan berbagai upaya yang dilakukan agar tetap bisa menjalankan tugas sepenuhnya sebagai ibuk yang baik.

Pada contoh kasus yang terjadi pada ibu melahirkan di Pesanggrahan Jakarta Selatan, kejadian berlangsung pada tanggal 16 bulan oktober tahun 2023. Seorang ibu yang menceburkan bayinya di ember berisi air dan dibiarkan mengambang selama beberapa saat hingga merengsek. Mesti bayinya merengsek, perempuan itu terus menyalakan kran air di ember hingga mengenai wajah bayi tersebut. Kemudian ia membalikan bayinya hingga posisi kepalanya berada di bagian bawah ember. Setelah dilakukan penyelidikan oleh Komisi Perlindungan Anak (KPA) dan pihak kepolisian, ibu tersebut terindikasi *baby blues syndrome* dan ia sendiripun mengakuinya.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Liputan6.com, “Kronologi Bayi Ditenggelamkan Ibu di Ember, Diduga Alami Baby Blues Syndrome.” <https://www.liputan6.com/news/read/5425819/kronologi-bayi-ditenggelamkan-ibu-di-ember-diduga-alami-baby-blues-syndrome>, 17 oktober 2023, diakses tanggal 20 juli 2024.

Dari kejadian tersebut menggambarkan pentingnya peran keluarga dalam menjaga kesehatan mental ibu hamil dan melahirkan. Adanya upaya berupa perhatian yang diberikan oleh keluarga dapat memberikan bantuan bagi ibu hamil dan melahirkan, sehingga seorang ibu hamil dan melahirkan dapat merasakan aman dan support system yang mampu mencegahnya dari *baby blues syndrome*.

Peran Keluarga adalah seperangkat perilaku interpersonal, sifat, kegiatan yang berhubungan dengan individu dalam posisi dan situasi tertentu. Dapat dikatakan bahwa peran merupakan suatu yang diharapkan akan dilakukan seseorang yang kemudian akan memberikan pemenuhan kebutuhan.<sup>2</sup> Selain itu peran keluarga merupakan salah satu fungsi keluarga dalam upaya pemeliharaan kesehatan seluruh anggota keluarga, tempat pengambilan keputusan, dan perantara yang efektif dalam berbagai usaha-usaha kesehatan masyarakat.<sup>3</sup>

Dalam segi psikologis peran keluarga memiliki fungsi memberikan kasih sayang dan rasa aman terhadap keluarga, memberikan kedewasaan, dan memberikan identitas terhadap keluarga. 4 Karena hal tersebut sangat berpengaruh besar dalam upaya menjaga kesehatan mental seorang ibu pasca melahirkan.

---

<sup>2</sup> "Hasan Supriadi, "peran Keluarga" (Skripsi , Sarjana Universitas Komunikasi, 2024)."

<sup>3</sup> "Hasan Supriadi, "peran Keluarga" (Skripsi , Sarjana Universitas Komunikasi, 2024), "

<sup>4</sup> "Hasan Supriadi, "peran Keluarga" (Skripsi , Sarjana Universitas Komunikasi, 2024)."

*Baby blues syndrome* adalah suatu bentuk kesedihan atau kemurungan yang dialami ibu pasca melahirkan.<sup>5</sup> *baby blues syndrome* biasanya muncul sementara waktu yaitu sekitar dua hari sampai tiga minggu pertama pasca melahirkan. Ibu yang mengalami *baby blues syndrome* sering merasakan kecemasan dan ketakutan yang tidak beralasan terkait perawatan dan kehidupan bayinya. Ibu mungkin merasa cemas berlebihan tentang keselamatan dan kesehatan bayi.

Populasi kejadian *baby blues syndrome* bervariasi di dunia. Menurut WHO di Asia mayoritas angka kejadian *baby blues syndrome* bervariasi antara 26-85% dari jumlah ibu nifas yang mengalami *baby blues syndrome*.<sup>6</sup> Sedangkan dalam data laporan *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS)* 2023 di Indonesia sendiri angka kejadian *baby blues syndrome* berkisar 50-70% dari jumlah ibu nifas yang mengalami *baby blues syndrome*. angka ini tertinggi ketiga di Asia.<sup>7</sup> Apabila kejadian ini tidak ditangani dengan benar maka akan berbahaya bagi keselamatan ibu dan anaknya.

---

<sup>5</sup> Hasanah And Aryani, "Edukasi Pendidikan Kesehatan Tentang Baby Blues Syndrome Pada Ibu Hamil Di Desa Lamteh Dayah Kecamatan Sukamakmur Kabupaten Aceh Besar."

<sup>6</sup>Ns. Stevani Imma S "Mencegah Baby Blues pada Ibu Pasca Melahirkan." [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2762/baby-blues-syndrome](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2762/baby-blues-syndrome), di akses tpada tanggal 26 januari 2022.

<sup>7</sup>"Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Report (Bahasa Indonesia) - Queensland Centre for Mental Health Research (QCMHR)."

Di provinsi Jawa Barat, angka kejadian *baby blues syndrome* berkisar 45-65% dari jumlah ibu nifas di provinsi tersebut.<sup>8</sup> Seperti halnya kasus “FM” yang membunuh bayinya berusia 3 bulan di Cibeunying Kaler, Bandung, Jawa Barat pada tanggal 1 September 2019. Hal tersebut disebabkan karena ibu mengalami depresi postpartum pasca melahirkan.<sup>8</sup>

Studi kasus ini memberikan bukti betapa bahayanya *baby blues syndrome*, jika lingkungan terdekat pasangan atau keluarga terdekat tidak memberikan pengobatan atau perawatan. Karena *baby blues syndrome* masih dianggap oleh masyarakat sebagai suatu kondisi psikologis yang wajar, maka hal ini merupakan fenomena gunung es yang sulit untuk diidentifikasi.<sup>9</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, di tingkat Kabupaten Cirebon tepatnya di RS Gunung Jati, salah satu Rumah Sakit yang jumlah persalinan setiap tahunnya cenderung mengalami peningkatan. Populasi *baby blues syndrome* di Rumah Saikit tersebut memiliki kenaikan setiap tahunnya. Dimulai dari tahun 2020 pada angka 9,4% dan sampai pada tahun 2021 berada di angka 11,4%.<sup>10</sup> Hipotesis ini menunjukkan bahwa *baby blues syndrome* adalah masalah yang dihadapi para ibu pasca melahirkan. *baby blues syndrome* merupakan salahsatu jenis depresi atau melankolis pasca melahirkan yang seringkali hanya

---

<sup>8</sup> Avenus Kautsar, “RI Ranking Ke-3 Kasus Ibu Baby Blues Terbanyak Di Asia.”

<sup>9</sup> Avenus Kautsar. <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-6740384/mohon-perhatian-ri-ranking-ke-3-kasus-ibu-baby-blues-terbanyak-di-asia>

<sup>10</sup> “Badan Pusat Statistik Kabupaten Cirebon.”

berlangsung dua hingga tiga minggu setelah bayi lahir. Riwayat masalah psikologis seorang wanita, termasuk tingkat pendidikan, situasi perkawinan, dan kelahiran yang tidak diinginkan, merupakan salah satu penyebab *baby blues syndrome*. Kehamilan yang tidak diinginkan berdampak pada kesiapan ibu menjadi orang tua. Serta dukungan suami dan keluarga juga merupakan faktor terbesar penyebab terjadinya *baby blues syndrome*<sup>11</sup>

Terdapat beberapa perbedaan yang ada pada penelitian terdahulu, diantaranya pada penelitian yang dilakukan oleh Siti Ama Kurniati yang dimuat dalam jurnal ilmiah psikologi pada 1 februari 2023. Penelitian ini berjudul “Pengalaman *Baby Blues Syndrome* Pada Ibu *Pospartum* di Kabupaten Merauke.” Fokus masalah pada ibu hamil. Kemudian penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Herlina Tri Nugrahaheni Nim P07124213013. Mahasiswa Jurusan Kebidanan Politeknik KesehatanKementerian Kesehatan Yogyakarta, tahun 2017. Penelitian ini berjudul “Hubungan Kehamilan Usia Dini Dengan Kejadian *Postpartum Blues* di RSUD Wonosari Tahun 2017”, fokus masalah yang ada terkait pada pengaruh umur bagi ibu hamil yang mengalami *baby blues syndrome*.

Penelitian selanjutnya yaitu yang dimuat dalam Jurnal manajemen komunikasi oleh Mia Dwianna Widyaningtyas mahasiswa Universitas Sultan Agung Tirtayasa April 2019 dengan judul “Pengalaman Komunikasi Ibu dengan

---

<sup>11</sup> Halodoc, “Informasi Dan Artikel Seputar Kesehatan.”

*baby blues syndrome* Dalam Paradigma Naratif”. Fokus pembahasan terhadap perasaan ibu pasca melahirkan yang *mengalami baby blues syndrome*. Selanjutnya penelitian yang di muat dalam jurnal sudut pandang (JSP) oleh Nanda Kusuma Verda pada Tahun 2022, dengan judul “strategi *coping* pada ibu pascapersalinan untuk mengantisipasi terjadinya *Baby Blues*”. Fokus penelitian ini membahas strategi *coping* yang dilakukan oleh ibu pasca melahirkan untuk mengantisipasi terjadinya *baby blues syndrome*.

Peneliti merangkum beberapa perbedaan dalam penggunaan variabel serta hasil dari penelitian-penelitian sebelumnya. Dari beberapa penelitian sebelumnya belum ada yang membahas secara spesifik mengenai peran penting keluarga dalam pencegahan *baby blues syndrome* pada ibu pasca melahirkan. Penelitian ini berusaha mencari celah pengetahuan dengan mengeksplorasi dampak peran keluarga bagi ibu pasca melahirkan yang mengalami *baby blues syndrome*, pada beberapa penelitian peran keluarga dalam mencegah *baby blues syndrome* tidak dijelaskan secara signifikan bentuk dan perilaku seperti apa yang bisa berdampak baik dalam mencegah *baby blues syndrome* pada ibu hamil dan melahirkan.

Menjadi seorang ibu adalah hal yang sangat di inginkan oleh kebanyakan wanita setelah menikah. Mereka menantikan kehadiran buah hati yang dapat menjadi pelengkap kebahagiaan bagi mereka. Pada umumnya wanita setelah melahirkan akan merasa bahagia dan antusias dengan kehadiran bayinya. Namun tidak dengan ibu yang mengalami *baby blues syndrome*, dimana mereka akan

merasa tertekan bahkan sangat tidak menginginkan akan kehadiran bayi di tengah-tengah keluarganya. Karena masalah psikologis yang ada, mereka beranggapan bahwa kehadiran bayinya akan merusak masa depan dan kebahagiaan pada dirinya.

Oleh karena itu, agar janin dapat berkembang dengan baik, ibu hamil perlu berada dalam kondisi kesehatan psikologis yang baik. Tanpa adanya kesehatan fisik dan mental yang baik, hal yang mungkin menurut sebagian orang sepele juga dapat memicu masalah kejiwaan baru yang menimbulkan risiko bagi ibu dan anak.<sup>12</sup> Seperti kasus *baby blues syndrome* yang sangat merugikan jika lingkungan terdekat, pasangan atau keluarga terdekat tidak menangani atau memperhatikannya.

Dengan adanya hal tersebut, peran suami dan keluarga harus lebih lebih ditekankan. Misalnya, dengan membuat minuman atau makanan, hal tersebut dapat menunjukkan kepada ibu hamil bahwa dia sangat diperhatikan, sehingga dapat membantunya merasa tenang dan dihargai. Karena support system dari keluarga menjadi salah satu komponen utamabagi ibu pasca melahirkan dalam menanggulangi gejala *baby blues syndrome*.

Untuk alasan ini, penelitian lebih lanjut diperlukan. Meskipun tidak semua ibu hamil mengalami *baby blues syndrome*, akan lebih baik jika kondisi ini dapat diobati sebelum menjadi lebih buruk bagi mereka yang mengalaminya. Inilah

---

<sup>12</sup> dr. Rizal Fadli, "Sindrom Baby Blues - Gejala, Penyebab, Dan Pengobatan | Halodoc."

sebabnya mengapa konseling keluarga, menjadi sebuah strategi yang berguna untuk membantu wanita hamil menghindari *baby blues syndrome*, sangatlah penting. Ibu hamil dapat menerima kasih sayang dan dukungan semangat dari suami dan kerabat terdekatnya.

Dengan ini, pemilihan lokasi pada penelitian yang dilakukan berdasarkan pada maraknya fenomena *baby blues syndrome* yang terjadi di Desa tersebut, serta kurangnya pemahaman dan pengetahuan mengenai hal permasalahan yang ada. Hal ini menjadikan masyarakatnya tidak peduli dengan terhadap kesehatan mental ibu pasca melahirkan, bahkan tidak jarang keluarga yang menganggap remeh akan hal tersebut.

Dengan demikian, peneliti sangat tertarik untuk melakukan kajian dan penelitian tentang, **Peran Keluarga Dalam Mencegah *Baby Blues Syndrome* di Desa Dukuhwidara, Kecamatan Pabedilan, Kabupaten Cirebon.**

#### **B. Fokus Penelitian**

- a) Bagaimana bentuk *baby blues syndrome* di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan
- b) Bagaimana kondisi psikologis pada ibu pasca melahirkan di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan Kabupaten Cirebon
- c) Bagaimana peran keluarga dalam mencegah Baby Blues Syndrome di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan Kabupaten Cirebon

### C. Tujuan Penelitian

Melihat rumusan masalah di atas, peneliti menyimpulkan bahwa tujuan pada hasil analisis penelitian dengan metode kualitatif menghasilkan tujuan:

- a) Untuk mengetahui bentuk *baby blues syndrome* di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan Kabupaten Cirebon.
- b) Untuk mengetahui kondisi psikologis pada ibu pasca melahirkan di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan Kabupaten Cirebon.
- c) Untuk mengetahui peran keluarga yang meliputi suami, orang tua atau orang terdekat dari ibu pasca melahirkan dalam mencegah *baby blues syndrome* di desa Dukuhwidara kecamatan Pabedilan kabupaten Cirebon.

### D. Kegunaan Penelitian

#### a) Secara Teoritis

- a. Sebagai kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai analisis peran keluarga dalam mencegah *baby blues syndrome* terhadap di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan Kabupaten Cirebon.
- b. Sebagai kajian peneliti lain yang ingin memperdalam penelitian, khususnya dalam dunia atau studi kasus psikologis.

#### b) Secara Praktis

- a. Menambah pengetahuan dan wawancara penulis tentang peran keluarga dalam mencegah *baby blues syndrome* di Desa Dukuhwidara
- b. Adanya penelitian ini, bisa dijadikan masukan bagi keluarga dalam

mencegah *baby blues syndrome* pada ibu pasca melahirkan dalam menjaga kesehatan mental sang ibu dari sejak mengandung sampai melahirkan.

- c. Bagi peneliti, diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif bagi masyarakat, ibu pasca melahirkan, dan keluarga yang terlibat. Semoga penelitian ini bisa menjadi solusi bagi permasalahan *baby blues syndrome* yang ada.

## E. Definisi Operasional

### a) *Baby Blues Syndrome*

*Baby blues syndrome* adalah gangguan kesehatan mental yang dialami wanita pasca melahirkan, *baby blues syndrome* adalah suatu bentuk kesedihan atau kemurungan yang dialami ibu pasca melahirkan. Menurut Arfian, *baby blues syndrome* adalah suatu sindroma gangguan afek ringan yang sering tampak dalam minggu pertama setelah persalinan dan memuncak pada hari ke tiga sampai kelima dan menyerang dalam waktu 14 hari terhitung setelah persalinan. Gangguan ini ditandai dengan munculnya perubahan suana hati, seperti gundah dan sedih secara berlebihan. Umumnya gejala ini memburuk pada hari ke tiga sampai lima setelah melahirkan dan berlangsung selama 14 hari.<sup>13</sup> *baby blues syndrome* mencakup pada empat aspek.<sup>14</sup> Yang pertama, yaitu aspek emosional, hal ini mencakup pada mood setiap hari yang

---

<sup>13</sup> Ajeng Quamila, "Mengenal Penyebab Baby Blues Syndrome dan Cara mengatasinya." <https://www.nutriclub.co.id/artikel/kehamilan-menyusui/persalinan-menyusui/baby-blues-penyebab-dan-cara-mengatasinya>

<sup>14</sup> Alkof, "Mengenal Baby Blues, Gejala dan Penyebabnya." <https://tirto.id/mengenal-baby-blues-gejala-dan-penyebabnya-gxd>

dialami oleh ibu pasca melahirkan seperti, perasaan terpuruk, muram, sedih. Yang kedua yaitu aspek motivasi, biasanya cenderung memiliki penurunan partisipasi sosial atau berkurangnya minat sosial. Yang ketiga aspek motorik, biasanya ditandai dengan penuruna/kenaikan berat badan secara drastis, susah tidur dan sebagainya. Kemudian, yang terakhir yaitu aspek kognitif. Ibu pasca mekahirkan cenderung tidak bisa berfikir jernih dan kurang berkonsentrasi.

## 2. Peran Keluarga

Keluarga adalah lingkungan pertama dan terdekat bagi sebagian besar kehidupan manusia. Keluarga berperan membina dan membimbing anggota-anggotanya untuk beradaptasi dengan lingkungan fisik dan non fisik yang ada. Adanya peran keluarga yang baik dapat mengembalikan motivasi dan rasa aman pada ibu pasca melahirkan.

Adapun peran keluarga yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tugas dan peran tanggung jawab suami maupun keluarga terdekat dalam mencegah terjadinya *baby blues syndrome* pada ibu melahirkan. Perlunya tindakan seperti melibatkan suami maupun keluarga dalam memberikan informasi tentang kesehatan ibu dan anak serta bentuk antisipasi dini. Dukungan emosi dan fisik yang diberikan oleh suami atau keluarga dapat mencegah gangguan mental, hal tersebut dapat mejadi pencegah dalam memburuknya situasi serta kondisi mental ibu.

## F. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu dapat membantu peneliti untuk menentukan cara pengolahan dan analisis data. Sebelum penelitian ini dilakukan sudah ada peneliti yang lain yang melakukan penelitian terdahulu.

Pertama, penelitian Siti Ama Kurniati yang dimuat dalam jurnal ilmiah psikologi pada 1 februari 2023. Penelitian ini berjudul “Pengalaman *Baby Blues Syndrome* Pada Ibu *Postpartum* Di Kabupaten Merauke.” Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui pendekatan fenomenologi, dengan tujuan mengetahui perasaan ibu yang mengalami baby blues dan upaya mengatasinya.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, adapun perbedaan penelitian terdahulu fokus pembahsan terhadap pengalam dan faktor-faktor pada ibu pasca melahirkan yang sudah terdiagnosis *baby blues syndrome* tanpa mengikut sertakan peran keluarga. Sedangkan Penelitian ini klien memiliki gejala seperti *baby blues syndrome* namun belum terdiagnosis secara pasti. Persamaan kedua penelitian ini adalah mengungkapkan permasalahan yang terjadi akibat *baby blues syndrome* dan menggunakan metode penelitian kualitatif.

Kedua, Penelitian yang dimuat dalam skripsi oleh Herlina Tri Nugrahaheni Nim P07124213013. Mahasiswa Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta, tahun 2017. Penelitian ini berjudul “Hubungan Kehamilan Usia Dini Dengan Kejadian *Postpartum Blues*

di RSUD Wonosari Tahun 2017”. Metode yang yang dilakukan adalah kualitatif dengan Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa rentan terjadinya *baby blues syndrome* pada kehamilan di usia dini. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, adapun *perbedaan* peneliti Herlina Tri Nugraheni menggunakan jenis Penelitian *cross-sectional*, tetapi penelitian ini menggunakan tindakan lapangan atau studi kasus. Adapun *persamaan* antara peneliti yaitu sama-sama membahas tentang permasalahan pada ibu hamil yakni *Baby Blues* serta informasi mengenai pencegahannya. Hasil penelitiannya yaitu hubungan kehamilan usian dini dengan kejadian *postpartum blues* yang merupakan pengaruh besar bagi keselamatan ibu dan bayi.

Ketiga, Penelitian yang dimuat dalam Jurnal manajemen komunikasi oleh Mia Dwianna Widyaningtyas mahasiswa Universitas Sultan Agung Tirtayasa April 2019 dengan judul “Pengalaman Komunikasi Ibu dengan *Baby Blues Syndrome* Dalam Paradigma Naratif”. Metode kualitatif dengan tujuan mengonstruksi pengalaman perasaan dan makna *baby blues syndrome*. Berdasarkan penelitian tersebut, *perbedaan* penelitian Mia fokus pembahasan terhadap perasaan ibu pasca melahirkan yang mengalami *baby blues syndrome*. Sedangkan Penelitian ini fokus terhadap peran keluarga terhadap pencegahan *baby blues syndrome*. Adapun persamaan pada kasus ini menggunakan metode kualitatif dan studi lapangan.

Keempat, penelitian yang di muat dalam jurnal sudut pandang (JSP) oleh Nanda Kusuma Verda pada Tahun 2022, dengan judul “startegi *coping* pada

ibu pasca persalinan untuk mengantisipasi terjadinya *Baby Blues*”. Metode dalam penelitian ini menggunakan kualitatif dengan tujuan mengetahui bagaimana pengaruh strategi coping dalam mengantisipasi *baby blues syndrome*. Berdasarkan penelitian tersebut, perbedaan penelitian Nanda membahas *strategic coping* yang dilakukan oleh ibu pasca melahirkan untuk mengantisipasi terjadinya *baby blues syndrome*. Sedangkan peneliti ini fokus terhadap peran keluarga sebagai upaya pencegahan *baby blues syndrome*. Adapun persamaan pada kasus ini menggunakan metode kualitatif.

#### **G. Sistematika Penulisan**

BAB I : Pendahuluan, yang berisikan tentang :

- a. Konteks Penelitian
- b. Fokus penelitian
- c. Tujuan penelitian
- d. Kegunaan penelitian
- e. Definisi operasional
- f. Penelitian terdahulu
- g. Sistematika penulisan

BAB II : Kajian Pustaka

- a. Fokus 1
- b. Fokus 2

BAB III : METODE PENELITIAN

- a. Jenis dan pendekatan penelitian
- b. Kehadiran peneliti
- c. Lokasi peneliti
- d. Sumber data
- e. Prsedur pengumpulan data
- f. Teknik analisis data
- g. Pengecekan keabsahan data
- h. Tahap-tahap penelitian

BAB IV : PAPARAN HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHSAN

- a) Setting penelitian
- b) Paparan data dan temuan penelitian
- c) Pembahasan

BAB V : PENUTUP

- a) Kesimpulan
- b) Saran-saran