

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran keluarga dalam mencegah *baby blues syndrome* pada ibu pasca melahirkan di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan Kabupeaten Cirebon dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a) Bentuk *baby blues syndrome* di Desa Dukuhwidara Kecamatan Pabedilan, Kabupaten Cirebon, berada pada fase 1-12 hari
- b) Kondisi psikologis ibu pasca melahirkan di Desa Dukuhwidara adalah gangguan emosional, *mood swings*, gangguan tidur dan makan, stres dan depresi.
- c) Peran keluarga dalam mencegah *baby blues syndrome* umumnya ayah kandung lebih cenderung pada dukungan emosional atau psikis, karena terbatassnya kontak fisik yang terjadi antara ayah dan anak perempuannya. Peran ibu biasanya senantiasa memperbaiki pola komunikasi seperti selalu menanyakan keadaan dan kemauan apa yang belum terpenuhi, kemudian menjadi keluarga yang siap siaga agar ibu pasca melahirkan merasakan aman, tidak mencela kesalahan yang dilakukan ibu pasca melahirkan, memberikan contoh atau pengalaman perihal mengurus bayinya, Selanjutnya, peran yang dilakukan sebagai

anak pertama atau anak tertua yaitu memberikan dukungan emosional berupa semangat, turut membantu selama proses pasca melahirkan, menjadi penengah dalam memberi suatu keputusan karena hakikatnya anak pertama menjadi pengganti dari ayah dan ibu sebagai orang tertua dalam keluarga, anak kedua sampai terakhir menjadi peran pembantu bagi kakaknya maupun orang tua, biasanya mereka memberikan jasa bantuan berupa tenaga fisik saat ibu hamil mengalami kesulitan, seperti mencuci pakaian ibu pasca melahirkan, dan membelikan makanan ataupun minuman yang diinginkan.

Selanjutnya, peran eksternal seperti paman, bibi, bude, pakde, dan ponakan ataupun sepupu dari pihak laki-laki maupun perempuan. Dalam perannya mereka semua memberikan pembelaan dan menjaga ibu pasca melahirkan dari gangguan-gangguan pihak luar yang dapat mengganggu psikologis ibu pasca melahirkan, mereka tidak menceritakan hal-hal buruk dari luar kepada ibu pasca melahirkan, membela atau meluruskan perihal kabar buruk yang orang lain bicarakan tentang ibu pasca melahirkan.

Peran keluarga yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan di Desa Dukuhwidara diantaranya,

- a) Ibu : memberi perhatian, memasak, menyucikan bajunya, membantu mengurus anak dari ibu pasca melahirkan, menanyakan keadaannya.
- b) Suami : siap siaga, memperbaiki komunikasi, memberi semangat, tidak menghina perubahan fisik.

Fakta di lapangan menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peran keluarga dalam mencegah *baby blues syndrome* di desa Dukuhwidara. Dimana ibu pasca melahirkan ini rentan dan erat kaitannya dengan perubahan perasaan.

B. Saran-saran

Kepada ibu pasca melahirkan dan keluarganya agar tetap menjalin komunikasi yang baik antar satu sama lain sehingga dapat tercipta hubungan yang harmonis, dan dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan mental setiap anggota di dalamnya. Tidak mudah tersinggung atas saran yang diberikan orang lain, dan banyak mengeksplor kegiatan positif.

Untuk Keluarga ibu pasca melahirkan agar saling peduli antara satu sama lain dan mempererat hubungan kekeluargaan, rasa saling menjaga satu sama lain dapat menjadikannya pelindung dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Khususnya untuk masyarakat umum, agar lebih menjaga kesehatan mentalnya, lebih peduli dan mempelajari banyak hal tentang *baby blues syndrome* dan dampak bahayanya bagi kesehatan mental.

Kemudian untuk peneliti selanjutnya, yang akan meneliti studi kasus yang sama dapat mengembangkan penelitian tujuan yang ingin diteliti dan lebih memfokuskan terhadap apa yang diteliti. Peneliti harus memahami tentang fokus penelitian yang akan diteliti dengan memperbanyak studi literatur yang berkaitan dengan fokus penelitian. Untuk peneliti selanjutnya agar meningkatkan lagi ketelitian baik dalam segi kelengkapan data.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng Quamila. "Mengenal Penyebab Baby Blues Syndrome dan Cara mengatasinya." *10 februari 2020*. Accessed May 22, 2024. alkoF.
- AlkoF, Muhammad Fadli Nasrudin. "Mengenal Baby Blues, Gejala dan Penyebabnya." *tirto.id*, October 11, 2022. <https://tirto.id/mengenal-baby-blues-gejala-dan-penyebabnya-gxdP>.
- Arinda, Yosi Duwita, and Milla Herdayati. "Masalah Kesehatan Mental pada Wanita Hamil Selama Pandemi COVID-19." *Jurnal Kesehatan Vokasional* 6, no. 1 (March 1, 2021): 32. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62784>.
- Arti Kata Data - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online." Accessed July 13, 2024. <https://kbbi.web.id/data>.
- Aryani, Roza. "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Baby Blues Syndrome Pada Ibu Post Partum di RSUD dr. Zainoel Abidin Kota Banda Aceh" 8, no. 2 (2022).
- Averus Kautsar. "RI Ranking Ke-3 Kasus Ibu Baby Blues Terbanyak Di Asia," *cire*. <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-6740384/mohon-perhatian-ri-ranking-ke-3-kasus-ibu-baby-blues-terbanyak-di-asia>.
- "Badan Pusat Statistik Kabupaten Cirebon." Accessed January 26, 2024. dugiyop.
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan." Accessed January 26, 2024. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2762/baby-blues-syndrome.
- Dr.Sardjito." BABY BLUES-RSUP Accessed July 17, 2024. <https://sardjito.co.id/2023/09/01/baby-blues/>.
- dr.Kevin Adrian. "Kenali Macam-Macam Depresi Dan Cara Menanganinya." *Alodokter*, April 1, 2020. observasi.
- dr.Rizal Fadli. "Sindrom Baby Blues - Gejala, Penyebab, Dan Pengobatan | Halodoc." *halodoc*, 2023. <https://www.halodoc.com/kesehatan/sindrom-baby-blues>.
- Dukuhwidara, Pabedilan, Cirebon." In *Wikipedia bahasa Indonesia, ensiklopedia bebas*, June 7, 2024. https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Dukuhwidara,_Pabedilan,_Cirebon&oldid=25804066.

Dwi Fajar Sejati. "Observasi Partisipatif." monev studio, 2020. ti.

EA. wawancara. Di Dukuhwidara, 14 April 2024.

ESTI SETYANINGSIH 'Peran Keluarga Dalam Pengembangan Jiwa Beragama Anak'
Skripsi UMP," n.d.

Fadhilah, Ghaida Nuha, and Agus Budiman. "Hubungan Dukungan Sosial Suami dengan Baby Blues Syndrome pada Ibu Primipara Pasca Melahirkan" 7, no. 1 (2021).

FH. wawancara. Di Dukuhwidara, April 2024.

Halodoc. "Informasi dan Artikel Seputar Kesehatan." halodoc. Accessed January 26, 2024. <https://www.halodoc.com/kesehatan/sindrom-baby-blues>.

———. "Sindrom Baby Blues - Gejala, Penyebab, dan Pengobatan." halodoc. Accessed March 21, 2024. <https://www.halodoc.com/kesehatan/sindrom-baby-blues>.

Halodoc, Redaksi. "Serba-serbi Fungsi Keluarga yang Perlu Diketahui." halodoc. Accessed March 21, 2024. <https://www.halodoc.com/artikel/serba-serbi-fungsi-keluarga-yang-perlu-diketahui>.

Hamil.co.id. "Masa Nifas Setelah Melahirkan : Waktu Nifas - Tanda Nifas dan Tips Saat Nifas," January 2, 2018. <https://hamil.co.id/pasca-hamil/nifas/masa-nifas-setelah-melahirkan>.

Hasan Supriadi, "peran Keluarga" (Skripsi , Sarjana Universitas Komunikasi, 2024), BabII." Accessed July 24, 2024. https://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/1394/8/UNIKOM_HASAN_SUPRIADI_41714775_BAB_II.pdf.

Hasanah, Siti, and Roza Aryani. "EDUKASI PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG BABY BLUES SYNDROME PADA IBU HAMIL DI DESA LAMTEH DAYAH KECAMATAN SUKAMAKMUR KABUPATEN ACEH BESAR," no. 6 (2023).

Hidayat, Ahmad, and Fadhiyah Noor Anisa. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Baby Blues pada Ibu Nifas di RSUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin," n.d.

<https://lib.unnes.ac.id> 'Perilaku Baby Blues Syndrome Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Kelurahan Sekaran.'" Accessed July 23, 2024. <https://lib.unnes.ac.id/29823/1/1601410018.pdf>.

"Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Report (Bahasa Indonesia) - Queensland Centre for Mental Health Research (QCMHR)." Accessed January 26, 2024. <https://qcmhr.org/outputs/reports/12-i-namhs-report-bahasa-indonesia>.

Jurnal, Ruang. "Metode Wawancara: Pengertian, Jenis Metode, Dan Contohnya." *Ruang Jurnal* (blog), March 30, 2023. <https://ruangjurnal.com/metode-wawancara/>.

Liputan6.com. "Kronologi Bayi Ditenggelamkan Ibu di Ember, Diduga Alami Baby Blues Syndrome." liputan6.com. Accessed July 20, 2024. <https://www.liputan6.com/news/read/5425819/kronologi-bayiditenggelamkan-ibu-di-ember-diduga-alami-baby-blues-syndrome>.

MF. wawancara. Di Dukuwidara, April 11, 2024.

MY. wawancara. Di Dukuwidara, April 2024.

Nadariah, Sopiatus, Nining Febriyana, and Dwi Izzati Budiono. "HUBUNGAN KARAKTERISTIK IBU PRIMIPARA DENGAN TERJADINYA BABY BLUES." *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal* 3, no. 4 (July 2, 2021): 278–86. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i4.2019.278-286>.

NE, Nur. wawancara. Di Dukuwidara, April 11, 2024.

NF. wawancara, 14 april. Dukuwidara.

PA. wawancara. Di Dukuwidara, April 2024.

"Pengertian Observasi Non Partisipan Dan 3 Contohnya." Accessed July 14, 2024. <https://penelitianilmiah.com/observasi-non-partisipan/>.

"PERILAKU BABY BLUES SYNDROME PADA IBU PASCA MELAHIRKAN DI KELURAHAN SEKARAN, KECAMATAN GUNUNG PATI, Skripsi Unnes." Accessed July 17, 2024. <https://lib.unnes.ac.id/29823/1/1601410018.pdf>.

Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo, M. Si. "Triangulasi Dalam Penelitian Kualitatif." uin-malang.ac.id, October 15, 2010. <https://uin-malang.ac.id/blog/post/read/101001/triangulasi-dalam-penelitian-kualitatif.html>.

prof. Dr. Sugiyono. *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. xxii, Desember 2015 ed. ALFABETABandung, 2019.

———. *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. xxii, Desember 2015 ed. ALFABETABandung, 2019.

———. *metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. xxii, Desember 2015 ed. ALFABETABandung, 2019.

QA. wawancara. Di Dukuwidara, April 2024.

"Reduksi Data: Pengertian, Tujuan, Langkah-Langkah, Dan Contohnya." Accessed May 25, 2024. <https://penerbitdeepublish.com/reduksi-data-adalah/>.

RF. wawancara, April 2014.

RN. wawancara. Di Dukuwidara, April 2024.

S. wawancara, April 14, 2024. Dukuwidara. dukuwidara.

SE, Sallu (SE). wawancara. Dukuwidara, April 2024.

wikipedia. "Teori Psiko Dinamika." In *Wikipedia bahasa Indonesia, ensiklopedia bebas*, July 24, 2024. https://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Teori_Psiko_Dinamika&oldid=26082526.