Efektivitas Konseling Antenatal Care dalam Menekan Kejadian *Baby Blues* pada Pasien *Postpartum*

Margareta Habibah, Haderiansyah, Andri Setiawan, Marhaeni Fajar Kurniawati

Program pasca sarjana ilmu komunikasi Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

Email authors: margaretahabibah99@gmail.com, hdr.4580@gmail.com,
85andset@gmail.com , marhaeni.akbar@gmail.com

ABSTRAK

Wanita rentan terhadap beberapa masalah kesehatan setelah kehamilan dan persalinan, yang dapat membuat hidupnya sebagai ibu baru menjadi lebih sulit. Ada banyak perubahan yang terjadi selama kehamilan, baik hormon maupun perubahan bentuk tubuh. Setiap ibu atau wanita pasti mempunyai reaksi emosi yang berbeda-beda dalam menghadapi masa hamil, persalinan, dan nifas. Baby Blues termasuk depresi ringan yang terjadi pada ibu-ibu setelah melahirkan, di mana ibu ini merasa sedih yang hebat tanpa sebab yang jelas, dan disertai dengan gejala penyertanya. Antenatal care yang memadai oleh penyedia layanan kesehatan profesional telah terbukti tidak hanya untuk mengurangi morbiditas dan kematian ibu, janin dan bayi tetapi juga untuk meningkatkan status kesehatan dan perilaku pengasuhan ibu setelah anak lahir. Puskesmas Tirtajaya adalah salah satu pusat kesehatan masyarakat yang berada di Kecamatan Bajuin Kabupaten Tanah Laut yang memberikan pelayanan kesehatan dasar salah satunya adalah program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) yang meliputi pelayanan antenatal care (ANC), Persalinan normal, perawatan postpartum dan pelayanan bayi baru lahir, kesehatan anak dan pelayanan kontrasepsi serta kesehatan reproduksi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan survey yaitu suatu cara penelitian deskriptif yang dilakukan terhadap sekumpulan obyek yang biasanya cukup banyak dalam waktu tertentu menggunakan tehnik wawancara, dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui efektivitas konseling ANC dalam menekan kejadian baby blues pada pasien postpartum. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang bersalin di Puskesmas Tirtajaya. Adapun jumlah sampel dalam penelitian yaitu ibu yang bersalin pada bulan Maret dan April 2021 yaitu sebanyak 10 orang. Hasil penelitian yang dilakukan pada ibu postpartum di Puskesmas Tirtajaya bahwa Skor ibu postpartum yang menyatakan konseling ANC efektif dalam menekan kejadian baby blues pada masa postpartum lebih tinggi yaitu sebanyak 9 orang atau 90 % dibandingkan dengan yang menyatakan tidak efektif yaitu hanya 1 orang atau sebesar 10 % dan Karakteristik ibu postpartum yang mempengaruhi kejadian depresi postpartum adalah tingkat pendidikan sedangkan variabel usia, paritas, ekonomi, dan dukungan sosial tidak mempengaruhi kejadian depresi pada ibu postpartum.

Kata Kunci: Efektivitas Konseling, Pasien Postpartum, Baby Blues

PENDAHULUAN

Setiap pasangan pasti ingin ibu dan bayinya selamat setelah melalui proses persalinan. Namun, terkadang ibu dapat mengalami kondisi kritis selama persalinan yang membuatnya meninggal dunia. [Kematian ibu](#) saat melahirkan bisa disebabkan oleh kondisi ibu di masa kehamilan, pada saat persalinan, atau dalam waktu 42 hari setelah melahirkan ([masa nifas](#)). Di Indonesia sendiri, angka kematian ibu pada tahun 2015 adalah sebesar 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Sementara organisasi kesehatan dunia ([WHO](#)) mencatat pada 2017

ada 810 kematian ibu hamil, baik karena kehamilan maupun saat melahirkan, per harinya dari seluruh dunia.^[1]

Kehamilan adalah perubahan besar bagi tubuh wanita. Itu sebabnya, kehamilan meninggalkan jejak pada tubuh bahkan setelah kelahiran anak. Wanita rentan terhadap beberapa masalah kesehatan setelah kehamilan dan persalinan, yang dapat membuat hidupnya sebagai ibu baru menjadi lebih sulit. Ada banyak perubahan yang terjadi selama kehamilan, baik hormon maupun perubahan bentuk tubuh. Tidak heran bila setelahnya ada banyak masalah kesehatan yang kerap dirasakan oleh wanita.^[2]

Setiap ibu atau wanita pasti mempunyai reaksi emosi yang berbeda-beda dalam menghadapi masa hamil, persalinan, dan nifas. Setiap reaksi yang muncul sangat tergantung kepada : kepribadian ibu masing-masing, pengalaman masa lalu, krisis hidup yang pernah dialami ibu, pendidikan, pengetahuan, dan lain-lain. Baby Blues termasuk depresi ringan yang terjadi pada ibu-ibu setelah melahirkan, di mana ibu ini merasa sedih yang hebat tanpa sebab yang jelas, dan disertai dengan gejala penyertanya. Dari beberapa hasil penelitian ditemukan kasus ibu yang mendapat Baby Blues dan Postnatal Depression cukup tinggi, yaitu:

1. Satu dari dua ibu yang melahirkan (50%) pernah mengalami Baby Blues, dan sekitar 10% akan berlanjut menjadi Postnatal Depression.
2. Sekitar 70% dari semua ibu yang melahirkan pernah mengalami Baby Blues, dan sekitar 10%- 20% dari ibu-ibu yang baru melahirkan mengalami Postpartum Depression
3. Sekitar 10%-22% ibu-ibu yang baru pertama melahirkan menderita Postpartum Psychosis.
4. Satu dari dua ibu yang melahirkan, dalam beberapa menit atau beberapa jam pertama setelah melahirkan, merasa bahagia, kemudian secara tiba-tiba tanpa sebab yang jelas dia menangis seharian tanpa bisa dihentikan.

The Baby Blues adalah depresi ringan yang terjadi pada ibu-ibu dalam masa beberapa jam setelah melahirkan, sampai beberapa hari setelah melahirkan, dan kemudian dia akan hilang dengan sendirinya jika diberikan pelayanan psikologis yang baik (Suryati, 2008). Keadaan baby blues, dideskripsikan oleh Pitt (1973) sebagai “fenomena sekilas yang sepele”. Gejala umum yang terlihat adalah uraian air mata dan terlalu sensitif, yang biasanya hanya berlangsung beberapa hari. Namun, bisa jadi perasaan tersebut tidak mereda dan bahkan bisa menjadi semakin parah. Baby Blues adalah suatu fenomena umum yang tidak perlu terlalu dikhawatirkan (Dalfen, 2009: 49). Baby bring feeling blues atau Baby Blues Syndrome merupakan sebagian besar pengalaman ibu baru di hari-hari awal setelah mereka membawa pulang bayi mereka. 50% sampai 80% ibu baru seringkali merasa sedih, marah, dan kadang-kadang cemas (Dalfen, 2009). Beberapa diantara yang terkena baby blues mungkin akan merasa bereaksi berlebihan terhadap situasi dan lebih mudah menangis. Banyak pula, ibu dengan baby blues mengalami kesulitan tidur dan tidak merasa sangat lapar. Kendati merasa tidak berdaya, perempuan yang memiliki Baby Blues bisa terus merawat bayi mereka dan bahkan untuk diri mereka sendiri. Gejala baby blues biasanya mulai di hari ketiga pasca melahirkan, pada saat itu air susu ibu mulai ada. Dan merupakan suatu kebetulan, baby blues dibawa oleh perubahan hormonal dramatis: estrogen dan progesteron yang menurun, dan 2 NT 3 January 2006 Vol 102 No 1 www.nursingtimes.net diakses 20 Agustus 2018 hormon menyusui meningkat. Hal ini juga bisa karena kelelahan dan kenyataan bahwa Anda adalah seorang ibu.^[3]

Antenatal care yang memadai oleh penyedia layanan kesehatan profesional telah terbukti tidak hanya untuk mengurangi morbiditas dan kematian ibu, janin dan bayi tetapi juga untuk meningkatkan status kesehatan dan perilaku pengasuhan ibu setelah anak lahir. Ketidakpuasan dapat menjadi faktor utama dalam penggunaan fasilitas layanan antenatal,

kepuasan dapat meningkatkan frekuensi kunjungan dan hubungan baik dengan penyedia layanan. Penelitian menunjukkan bahwa berbagai upaya yang dilakukan untuk meningkatkan transfer informasi penting selama konsultasi antenatal: wanita tampaknya puas dengan aspek teknis pelayanan antenatal tetapi juga melaporkan kurangnya komunikasi oleh para tenaga kesehatan terutama membahas masalah kesehatan. Sebuah studi baru-baru ini telah menunjukkan bahwa wanita hamil yang mendapatkan pelayanan antenatal dari bidan mempunyai masalah dalam pemberian konseling lebih sedikit dibandingkan dengan tenaga kesehatan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa tugas bidan dalam memberikan pelayanan antenatal dapat menurunkan kehamilan dengan berisiko tinggi dan menciptakan komunikasi yang lebih baik selama memberikan layanan pemeriksaan kehamilan. Bidan adalah penyedia layanan kesehatan utama selama kehamilan. Pelayanan kebidanan oleh bidan adalah model yang telah menunjukkan efektivitas, kepuasan, dan biaya yang lebih rendah dalam beberapa penelitian. Dalam rangka meningkatkan pelayanan antenatal, penyedia harus lebih fokus pada fitur pengaturan perawatan antenatal (seperti di akses, waktu dan ketersediaan layanan tambahan) bukan hanya berkonsentrasi terutama pada kemampuan teknis. (Rosida Hi.Saraha, 2019).

Konseling atau penyuluhan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (disebut [konselor](#)/pembimbing) kepada individu yang mengalami sesuatu masalah (disebut konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Istilah ini pertama kali digunakan oleh Frank Parsons pada tahun 1908 saat ia melakukan konseling [karier](#). Selanjutnya juga diadopsi oleh [Carl Rogers](#) yang kemudian mengembangkan pendekatan [terapi](#) yang berpusat pada klien (*client centered*).

Dibanding dengan [psikoterapi](#), konseling lebih berurusan dengan klien (konseli) yang mengalami masalah yang tidak terlalu berat sebagaimana halnya yang mengalami [psikopatologi](#), [skizofrenia](#), maupun kelainan kepribadian.

Umumnya konseling berasal dari pendekatan [humanistik](#) dan berpusat pada klien. Konselor juga berhubungan dengan permasalahan [sosial](#), [budaya](#), dan perkembangan selain permasalahan yang berkaitan dengan fisik, [emosi](#), dan kelainan mental. Dalam hal ini, konseling melihat kliennya sebagai seseorang yang tidak mempunyai kelainan secara patologis. Konseling merupakan pertemuan antara konselor dengan kliennya yang memungkinkan terjadinya [dialog](#) dan bukannya pemberian [terapi](#) atau perawatan (*treatment*). Konseling juga mendorong terjadinya penyelesaian masalah oleh diri klien sendiri. ^[4]

Kita dapat menyimpulkan bahwa perempuan rentan kurang puas terhadap pelayanan antenatal care yang mereka terima dan banyak faktor lain selain pengalaman mereka sebagai pasien, seperti jaringan sosial, asuransi, dan lingkungan. Oleh karena itu meningkatkan kepuasan pada wanita hamil adalah tujuan dari pelayanan kebidanan berbasis kebutuhan individu. (Rosida Hi.Saraha, 2019). Puskesmas Tirtajaya adalah salah satu pusat kesehatan masyarakat yang berada di Kecamatan Bajuin Kabupaten Tanah Laut yang memberikan pelayanan kesehatan dasar salah satunya adalah program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) yang meliputi pelayanan antenatal care (ANC), Persalinan normal, perawatan postpartum dan pelayanan bayi baru lahir, kesehatan anak dan pelayanan kontrasepsi serta kesehatan reproduksi. Pada tahun 2021 hingga bulan Maret jumlah kunjungan ANC pada poli KIA Puskesmas Tirtajaya adalah sebanyak sedangkan jumlah persalinan adalah sebanyak. (Puskesmas Tirtajaya 2021).

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan survey yaitu suatu cara penelitian deskriptif yang dilakukan terhadap sekumpulan obyek yang

biasanya cukup banyak dalam waktu tertentu menggunakan tehnik wawancara, dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui efektivitas konseling ANC dalam menekan kejadian baby blues pada pasien postpartum. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifasyang bersalin di Puskesmas Tirtajaya. Adapun jumlah sampel dalam penelitian yaitu ibu yang bersalin pada bulan Maret dan April 2021 yaitu sebanyak 10 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden digunakan untuk mengetahui keragaman dari responden berdasarkan usia, pendidikan dan pekerjaan. Sesuai dengan hasil penelitian, karakteristik responden dapat dilihat melalui tabel berikut

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan Usia

Umur	Jumlah	presentasi
<20 th	5	50 %
20 -30 th	3	30 %
>30 th	2	20 %
	10	100%

Berdasarkan karakteristik umur responden pada tabel 1 tersebut, menunjukkan bahwa responden yang berumur ≤ 20 tahun sebanyak 5 orang dengan presenatase sebesar 50%, responden yang berumur antara 20 – 30 tahun sebanyak 3 orang dengan presentase sebesar 30%, dan responden yang berumur antara >30 tahunsebanyak 2 orang dengan presentase sebesar 20%. Semakin dewasa usia seseorang maka pengalaman yang diperoleh juga lebih banyak.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

Tingkat pendidikan	Jumlah	Presentasi
SD	2	20 %
SLTP	5	50 %
SLTA	3	30 %
	10	100%

Berdasarkan karakteristik pendidikan responden pada tabel 2, menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pendidikan terakhir adalah SLTP lebih tinggi 50% atau sebanyak 5 orang dibandingkan dengan tingkat pendidikan SD 20 % atau sebanyak 2 orang dan SLTA 30 % atau berjumlah 3 orang. Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi tingkat pemahaman responden dalam mengisi kuisioner, yang pada khirnya dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Tabel 3 Perbandingan efektivitas Konseling pada Layanan Antenatal Care dalam menekan kejadian baby blues pada pasien postpartum.

Efektivitas	Frekwensi	Presentase
Efektif	9	90%
Tidak efektif	1	10 %
	10	100%

Pada table 3 menggambarkan 90 % responden atau sebanyak 9 orang menyatakan bahwa konseling pada layanan Antenatal care efektif dalam menekan kejadian baby blues pasca persalinan atau pada masa postpartum. Sedangkan 10 % atau sebanyak 1 orang menyatakan tidak efektif dengan alasan waktu konseling yang diperolehnya saat pemeriksaan kehamilan dirasa kurang lama.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh, bahwa sebagian besar ibu postpartum menyatakan bahwa adanya konseling pada waktu pemeriksaan kehamilan (Antenatal Care) dirasa efektif dalam menambah wawasan bagi ibu hamil dalam mempersiapkan masa persalinan dan nifas. Dengan adanya pengetahuan dan wawasan tersebut, mempengaruhi psikologis ibu sehingga lebih siap dalam menghadapi masa persalinan dan masa nifas. Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Khulul Azmi (2016) yang menyatakan Skor depresi pada ibu postpartum yang diberikan konseling lebih rendah dari ibu postpartum yang tidak diberikan konseling. Sehingga pemberian intervensi konseling dapat mengurangi kejadian depresi pada ibu postpartum. ^[5]

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ibu postpartum di Puskesmas Tirtajaya, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Skor ibu postpartum yang menyatakan konseling ANC efektif dalam menekan kejadian baby blues pada masa postpartum lebih tinggi yaitu sebanyak 9 orang atau 90 % dibandingkan dengan yang menyatakan tidak efektif yaitu hanya 1 orang atau sebesar 10 %.
2. Karakteristik ibu postpartum yang mempengaruhi kejadian depresi postpartum adalah tingkat pendidikan sedangkan variabel usia, paritas, ekonomi, dan dukungan sosial tidak mempengaruhi kejadian depresi pada ibu postpartum.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran yang dapat penulis berikan dalam upaya mengurangi kejadian baby blues pada ibu postpartum adalah sebagai berikut :

1. Bagi Ibu Meningkatkan pengetahuan dengan cara lebih banyak membaca dan mencari informasi dari berbagai sumber yang lain misalnya media massa tentang kehamilan, persalinan, dan nifas khususnya tentang baby blues atau depresi postpartum.
2. Bagi fasilitas dan petugas pelayanan kesehatan agar menyediakan waktu konseling yang cukup sesuai dengan keperluan pasien sehingga pasien mendapatkan informasi yang cukup dan dapat dipahami agar ibu lebih siap secara psikologis dalam menghadapi masa persalinan dan pasca persalinan.
3. Bagi peneliti selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis disarankan untuk meneliti lebih dalam terkait factor factor efektivitas konseling dengan desain dan rancangan penelitian yang berbeda serta variabel lain yang mempengaruhi kejadian depresi baby blues pada ibu postpartum.

DAFTAR PUSTAKA

- Hallosehat.com 2017, 5 Kondisi Penyebab Kematian Ibu Setelah Melahirkan
<https://hallosehat.com/kehamilan/melahirkan/komplikasi-persalinan/penyebab-ibu-meninggal-setelah-melahirkan/> diakses pada tanggal 18 April 2021 pukul 20.00 Wita
- Health.detik. com Inilah Gangguan Kesehatan yang Sering Dialami Ibu Setelah Melahirkan
<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-2238214/inilah-gangguan-kesehatan-yang-sering-dialami-ibu-setelah-melahirkan>

- Mia Dwianna Widyaningtyas 2019 Pengalaman Komunikasi Ibu Dengan Baby Blues Syndrome Dalam Paradigma Naratif. *Jurnal Manajemen Komunikasi*, Volume 3, No. 2, April 2019, hlm 202-213
- PAWESTRI, 2020 Hubungan Usia Ibu Hamil Dengan Kunjungan Antenatal Care K4 Di Puskesmas Panggang Ii Gunung Kidul
<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3758/>
- Syairozi, M. I., Pambudy, A. P., & Yaskun, M. (2021). ANALISIS PENERAPAN GOOD GOVERNANCE DALAM SISTEM INFORMASI KEUANGAN DAERAH. *Prosiding Penelitian Pendidikan dan Pengabdian 2021*, 1(1), 49-59.
- Wijaya, K., & Syairozi, M. I. (2020). Analisis perpindahan tenaga kerja informal Kabupaten Pasuruan. *Jurnal Paradigma Ekonomika*, 15(2), 173-182.
- WIKIPEDIA, 2019 KONSELING <https://id.wikipedia.org/wiki/Konseling>
- Khulul Azmi 2016, Pengaruh Pemberian Konseling Terhadap Depresi Pada Ibu Postpartum Di Pontianak Kalimantan Barat
<http://digilib.unisayogya.ac.id/2410/1/naskah%20publikasi%20OKEEE.pdf> di akses pada tanggal 22 April 2021 pukul 21.00 wita