

**PENGARUH DUKUNGAN SUAMI DAN KARAKTERISTIK IBU
POSTPARTUM DENGAN KEJADIAN BABY BLUES DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS BAITURRAHMAN
KOTA BANDA ACEH TAHUN 2024**

*The Influence of Husband's Support and Postpartum Mother's
Characteristics on the Incident of Baby Blues in the Working Area of
the Baiturrahman Puskesmas Kota Banda Aceh in 2024*

**Rika Dewi¹, Kaifar Nuha², Putri Kurniawati³,
Ayu Safitri⁴, Heni Yasmita⁵, Fitri Ani⁶**

¹⁻⁶Akademi kebidanan Saleha

*Corresponding Penulis: rikadewi1983@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: *Baby blues* dapat berkembang menjadi gejala depresi mayor, lebih dari 20% ibu yang mengalami *baby blues* akan berkembang menjadi gejala depresi mayor dalam satu tahun setelah melahirkan. Apabila *baby blues* tidak ditangani dengan serius, maka akan berkembang menjadi depresi *postpartum* dan kondisi yang paling berat bisa sampai *postpartum psychosis*. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui pengaruh dukungan suami dan karakteristik ibu *postpartum* dengan kejadian *baby blues* di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024. **Metode penelitian:** bersifat *analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional* dengan tehnik pengambilan sampel secara *Random Sampling* dengan jumlah sampel 55 orang. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 8 Agustus 2024 dengan analisa univariat dan bivariat dengan uji *Chi square*. **Hasil penelitian:** menunjukkan bahwa dari 55 responden sebagian besar tidak mengalami *baby blues* sebanyak 42 responden (76,4%), mendapat dukungan suami sebanyak 40 responden (72,7%), berusia 20-35 tahun sebanyak 41 responden (74,5%), berpendidikan menengah sebanyak 30 responden (54,5%), multipara sebanyak 38 responden (69,1%), memiliki pendapatan diatas UMP sebanyak 40 responden (72,7%), jenis persalinan normal sebanyak 45 responden (81,8%), dukungan suami dengan p value 0,003, usia dengan p value 0,003, pendidikan dengan p value 0,005, paritas dengan p value 0,003, pendapatan p value 0,003 dan jenis persalinan dengan p value 0,007. **Kesimpulan dan saran:** ada pengaruh dukungan suami, usia, pendidikan, paritas, pendapatan dan jenis persalinan dengan kejadian *baby blues*. Diharapkan kepada responden untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi dengan menggali informasi tentang *baby blues* dari berbagai sumber seperti dari petugas kesehatan dan buku.

Kata Kunci: Dukungan Suami, Karakteristik Ibu Postpartum, Baby Blues

Abstract

Background: *Baby blues can develop into major depressive symptoms, more than 20% of mothers who experience baby blues will develop into major depressive symptoms within one year after giving birth. If baby blues is not treated seriously, it will develop into postpartum depression and the most severe condition can be postpartum psychosis.* **Research Objective:** *to determine the effect of husband's support and characteristics of postpartum mothers on the incidence of baby blues in the Baiturrahman Health Center Work Area, Banda Aceh City in 2024. Research method: analytical with a Cross Sectional approach with a Random Sampling sampling technique with a sample size of 55 people. The time of this research was conducted on August 8, 2024 with univariate and bivariate analysis with the Chi square test.* **The results of the study:** *showed that out of 55 respondents, most did not experience baby blues as many as 42 respondents (76.4%), received support from their husbands as many as 40 respondents (72.7%), aged 20-35 years as many as 41 respondents (74.5%), had secondary education as many as 30 respondents (54.5%), were multiparous as many as 38 respondents (69.1%), had income above the UMP as many as 40 respondents (72.7%), type of normal delivery as many as 45 respondents (81.8%), husband's support with p value 0.003, age with p value 0.003, education with p value 0.005, parity with p value 0.003, income p value 0.003 and type of delivery with p value 0.007. Conclusion and suggestions:* *there is an influence of husband's support, age, education, parity, income and type of delivery on the occurrence of baby blues. Respondents are expected to increase their knowledge and motivation by exploring information about baby blues from various sources such as from health workers and books.*

Keywords: *Husband support, Characteristics of Postpartum Mothers, baby blues*

PENDAHULUAN

Baby blues merupakan sindrom gangguan efek ringan yang sering terjadi pada minggu pertama setelah persalinan dan memuncak pada hari ke tiga sampai ke lima dan menyerang dalam rentang waktu 14 hari terhitung setelah persalinan dan 10-15% ibu yang melahirkan mengalami gangguan ini dan hampir 90% ibu tidak mengetahui *baby blues* (Yuliana, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO) angka kejadian *baby blues* di dunia berkisar antara 3-8% dengan 50% terjadi pada usia reproduktif. Sedangkan angka kejadian *baby blues* di Asia sangat tinggi sebesar 26%.³ Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 prevalensi *baby blues* di Indonesia sebesar 10,2% dan banyak terjadi pada wanita yang bekerja sebesar 5,7%.⁴ Sedangkan prevalensi *baby blues* di Provinsi Aceh tahun 2018 sebesar 27,3% dan banyak terjadi pada wanita yang bekerja sebesar 22%.

Baby blues dapat berkembang menjadi gejala depresi mayor, lebih dari 20% ibu yang mengalami *baby blues* akan berkembang menjadi gejala depresi mayor dalam satu tahun setelah melahirkan. Apabila *baby blues* tidak ditangani dengan serius, maka akan berkembang menjadi depresi postpartum dan kondisi yang paling berat bisa sampai postpartum psychosis.

Baby blues sering menyebabkan terputusnya interaksi ibu dan anak serta mengganggu perhatian dan bimbingan yang dibutuhkan bayinya untuk berkembang secara baik (Satriani, 2020).

Baby blues banyak dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu faktor hormonal, umur, paritas, pengalaman dalam proses kehamilan dan persalinan (jenis persalinan), latar belakang psikologis ibu yang bersangkutan, tingkat pendidikan, status perkawinan, kondisi ekonomi, status sosial, dukungan suami, aktivitas fisik, stres yang dialami ibu, rasa memiliki bayi yang terlalu mendalam dan ketidakmampuan beradaptasi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi (Sutanto, 2018)

Hasil penelitian Wulan, tentang faktor-faktor determinan baby blues pada ibu postpartum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan paritas, usia ibu dan dukungan suami dengan kejadian baby blues.⁸ Hal ini juga di dukung oleh penelitian Susilawati, tentang faktor-faktor determinan baby blues pada ibu postpartum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pendidikan, pekerjaan, paritas, usia ibu dan dukungan suami dengan kejadian baby blues (Susilawati, 2020).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh tahun 2023 jumlah ibu nifas sebanyak 4.988 orang. Jumlah ibu nifas terbanyak terdapat di Puskesmas Baiturrahman sebanyak 682 orang, Puskesmas Ulee Kareng sebanyak 580 orang dan Puskesmas Jaya Baru sebanyak 554 orang (Dinkes Kota Banda Aceh, 2020).

Data yang diperoleh dari Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh bulan Februari 2024 jumlah ibu nifas sebanyak 120 orang.¹¹ Pada penelitian ini tidak didapatkan data tentang baby blues karena tenaga Puskesmas yaitu dokter dan bidan tidak menanyakan tentang kondisi psikologis ibu dalam kunjungan masa nifas, sehingga tidak ada data terkait baby blues. Namun 3 orang peneliti mencoba ke desa-desa Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh, berdasarkan survey dari 7 orang ibu nifas didapatkan 3 orang diantaranya mengalami perubahan sikap yaitu ibu mengatakan sering tiba-tiba menangis karena merasa tidak bahagia, menjadi penakut, sering berganti mood, mudah tersinggung, merasa terlalu sensitif dan cemas berlebihan, tidak bergairah dan merasa tidak memiliki ikatan batin dengan bayinya serta insomnia (Puskesmas Baiturrahman, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut di atas penulis tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul pengaruh dukungan suami dan karakteristik ibu postpartum dengan kejadian baby blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024.

METODE

Penelitian ini menggunakan bentuk *kuantitatif* dengan desain analitik dengan pendekatan *Cross Sectional* yaitu data yang menunjukkan titik waktu tertentu atau pengumpulan data dilakukan dalam waktu bersamaan. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh pada Tanggal 8 Agustus 2024 berjumlah 55 orang dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Data dianalisis dengan menggunakan univariat dan bivariat.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 8 Agustus 2024. Pengumpulan data yang dilakukan dengan membagikan kuesioner terhadap 55 orang ibu nifas. Adapun hasil penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

1. Analisa Univariat

a. Baby Blues

Tabel. 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Baby Blues	f	%
1	Baby Blues	13	23,6
2	Tidak baby blues	42	76,4
Jumlah		55	100

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel.1 diketahui dari 55 responden sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 42 responden (76,4%), sedangkan yang mengalami baby blues sebanyak 13 responden (23,6%).

b. Dukungan Suami

Tabel. 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Suami di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Dukungan Suami	f	%
1	Mendukung	40	72,7
2	Tidak Mendukung	15	27,3
Jumlah		55	100

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel.2 diketahui dari 55 responden sebagian besar mendapat dukungan suami sebanyak 40 responden (72,7%), sedangkan tidak mendukung sebanyak 15 responden (27,3%).

c. Umur

Tabel. 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Wilayah Kerja
Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Umur	f	%
1	<20 tahun	3	5,5
2	20-35 tahun	41	74,5
3	>35 tahun	11	20,0
Jumlah		55	100

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel.3 diketahui dari 55 responden sebagian besar responden berusia 20-35 tahun sebanyak 41 responden (74,5%), sedangkan yang usia <20 tahun sebanyak 3 responden (5,5%).

d. Pendidikan

Tabel. 4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan
di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Pendidikan	f	%
1	Dasar	7	12,7
2	Menengah	30	54,5
3	Tinggi	18	32,7
Jumlah		55	100

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel.4 diketahui dari 55 responden sebagian besar berpendidikan menengah sebanyak 30 responden (54,5%), sedangkan pendidikan dasar sebanyak 7 responden (12,7%).

e. Paritas

Tabel. 5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas
di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Paritas	f	%
1	Primipara	9	16,4

2	Multipara	38	69,1
3	Grandemultipara	8	14,5
Jumlah		55	100

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel.5 diketahui dari 55 responden sebagian besar multipara sebanyak 38 responden (69,1%), sedangkan primipara sebanyak 9 responden (16,4%).

f. Pendapatan

Tabel .6
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendapatan
di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Pendapatan	f	%
1	Diatas UMP	40	72,7
2	Dibawah UMP	15	27,3
Jumlah		55	100

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel.6 diketahui dari 55 responden sebagian besar memiliki pendapatan diatas UMP sebanyak 40 responden (72,7%), sedangkan dibawah UMP sebanyak 15 responden (27,3%).

g. Jenis Persalinan

Tabel. 7
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Persalinan
di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Jenis Persalinan	f	%
1	Normal	45	81,8
2	SC	10	18,2
Jumlah		55	100

Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2024)

Berdasarkan tabel.7 diketahui dari 55 responden sebagian besar jenis persalinan normal sebanyak 45 responden (81,8%), sedangkan persalinan SC sebanyak 10 responden (18,2%).

2. Analisa Bivariat

a. Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Baby Blues

Tabel. 8

**Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Baby Blues
 di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024**

No	Dukungan Suami	Kejadian Baby Blues				Jumlah		p value
		Baby Blues		Tidak Baby Blues				
		f	%	f	%	f	%	
1	Mendukung	5	12,5	35	87,5	40	100	0,003
2	Tidak Mendukung	8	53,3	7	46,7	15	100	
Jumlah		13	23,6	42	76,4	55	100	

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2024)

Berdasarkan tabel.8 diketahui dari 40 responden mendapat dukungan suami sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 35 responden (87,5%), sedangkan dari 15 responden tidak mendapat dukungan suami sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 8 responden (53,3%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui p value = 0,003, artinya ada pengaruh dukungan suami terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

b. Pengaruh Usia Terhadap Kejadian Baby Blues

Tabel. 9

**Pengaruh Usia Terhadap Kejadian Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas
 Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024**

No	Usia	Kejadian Baby Blues				Jumlah		p value
		Baby Blues		Tidak Baby Blues				
		f	%	f	%	f	%	
1	<20 tahun	2	66,7	1	33,3	3	100	0,003
2	20-35 tahun	5	12,2	36	87,8	41	100	
3	>35 tahun	6	54,5	5	45,5	11	100	
Jumlah		13	23,6	42	76,4	55	100	

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2024)

Berdasarkan tabel.9 diketahui dari 41 responden usia 20-35 tahun sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 36 responden (87,8%), sedangkan dari 3 responden usia <20 tahun sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 2 responden (66,7%). Berdasarkan hasil

uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p\ value = 0,003$, artinya ada pengaruh usia ibu terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

c. Pengaruh Pendidikan Terhadap Kejadian Baby Blues

Tabel.10
Pengaruh Pendidikan Terhadap Kejadian Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Pendidikan	Kejadian Baby Blues				Jumlah		<i>p value</i>
		Baby Blues		Tidak Baby Blues		f	%	
		f	%	f	%			
1	Dasar	5	71,4	2	28,6	7	100	0,005
2	Menengah	6	20,0	24	80,0	30	100	
3	Tinggi	2	11,1	16	88,9	18	100	
Jumlah		13	23,6	42	76,4	55	100	

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2024)

Berdasarkan tabel.10 diketahui dari 30 responden berpendidikan menengah sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 24 responden (80%), sedangkan dari 7 responden berpendidikan dasar sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 5 responden (71,4%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p\ value = 0,005$, artinya ada pengaruh pendidikan terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

d. Pengaruh Paritas Terhadap Kejadian Baby Blues

Tabel.11
Pengaruh Paritas Terhadap Kejadian Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Paritas	Kejadian Baby Blues				Jumlah		<i>p value</i>
		Baby Blues		Tidak Baby Blues		f	%	
		f	%	f	%			
1	Primipara	5	55,6	4	44,4	9	100	0,003
2	Multipara	4	10,5	34	89,5	38	100	
3	Grandemultipar	4	50,0	4	50,0	8	100	
Jumlah		13	23,6	42	76,4	55	100	

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2024)

Berdasarkan tabel.11 diketahui dari 38 responden multipara sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 34 responden (89,5%), sedangkan dari 9 responden primipara sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 5 responden (55,6%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p\ value = 0,003$, artinya ada pengaruh paritas terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

e. Pengaruh Pendapatan Terhadap Kejadian Baby Blues

Tabel.12

Pengaruh Pendapatan Terhadap Kejadian Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Pendapatan	Kejadian Baby Blues				Jumlah		<i>p value</i>
		Baby Blues		Tidak Bbay Blues				
		f	%	f	%	f	%	
1	Diatas UMP	5	12,5	35	87,5	40	100	0,003
2	Dibawah UMP	8	53,3	7	46,7	15	100	
	Jumlah	13	23,6	42	76,4	55	100	

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2024)

Berdasarkan tabel.12 diketahui dari 40 responden pendapatan diatas UMP sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 35 responden (87,5%), sedangkan dari 15 responden pendapatan dibawah UMP sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 8 responden (53,3%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p\ value = 0,003$, artinya ada pengaruh pendapatan terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

f. Pengaruh Jenis Persalinan Terhadap Kejadian Baby Blues

Tabel.13

Pengaruh Jenis Persalinan Terhadap Kejadian Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh Tahun 2024

No	Jenis Persalinan	Kejadian Baby Blues				Jumlah		<i>p value</i>
		Baby Blues		Kejadian Baby Blues				
		f	%	f	%	f	%	
1	Normal	7	15,6	38	84,4	45	100	0,007
2	SC	6	60	4	40	10	100	
	Jumlah	13	23,6	42	76,4	55	100	

Sumber : Data Primer (Diolah Tahun 2024)

Berdasarkan tabel.13 diketahui dari 45 responden jenis persalinan normal sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 38 responden (84,4%), sedangkan dari 10 responden jenis persalinan SC sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 6 responden (60%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p\ value = 0,007$, artinya ada pengaruh jenis persalinan terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Baby Blues

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 responden mendapat dukungan suami sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 35 responden (87,5%), sedangkan dari 15 responden tidak mendapat dukungan suami sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 8 responden (53,3%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p\ value = 0,003$, artinya ada pengaruh dukungan suami terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh penelitian Hasil penelitian Wulan, tentang faktor-faktor determinan *baby blues* pada ibu postpartum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan kejadian *baby blues* dengan $p\ value 0,001$ (Wulan, 2023).

Suami memegang peranan penting dalam terjadinya *baby blues* karena istri sangat membutuhkan dukungan sari suami. Dukungan yang dapat diberikan suami terhadap ibu nifas adalah dukungan psikologis dan fisiologis, dukungan penilaian, informasi dan finansial. Dukungan suami merupakan strategi coping penting pada saat mengalami stress dan berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stres dan terjadinya *baby blues* (Susilawati, 2020).

Bantuan dari suami dan keluarga sangat berpengaruh dalam keberhasilan ibu agar tidak terjadi *baby blues*. Hal-hal kecil dan menyenangkan dapat membantu ibu dalam mengurangi stres setelah melahirkan seperti bercerita dan mengungkapkan perasaan pada suami tentang apa yang diinginkan ibu, mencari suasana baru, melakukan aktivitas sehari-hari sesuai kemampuan serta yang paling penting menanamkan pemikiran positif yang sesuai realita bahwa kehadiran seorang bayi bukanlah sebuah hal yang harus ditakuti dan di cemaskan (Purwati, 2020).

Dukungan suami merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya *baby blues*. Semakin baik dukungan dari suami maka semakin rendah terjadinya *baby blues* pada ibu nifas. Ibu yang kurang mendapat dukungan dari suami akan mengerjakan seluruh pekerjaan rumah, merawat bayi sendiri selama masa nifas. Oleh sebab itu dibutuhkan adanya dukungan suami yang baik, karena dukungan yang baik dari suami akan memberikan kekuatan emosi tersendiri (Novita, 2023).

Ibu memiliki hubungan paling dekat dengan suami, kondisi mental ibu dan kelancaran dalam menjalani masa nifas dipengaruhi oleh peran suami sebagai bentuk dukungan. Bentuk dukungan suami mewujudkan dalam bentuk kepedulian serta hubungan psikologis yang erat antara suami dengan istri. Bentuk dukungan yang diperlukan ibu dari suami meliputi support pengetahuan, *reward* dan sosial. Support pengetahuan berupa peningkatan informasi yang berhubungan dengan masa nifas seperti melakukan asuhan pada bayi, ketersediaan sumber informasi dan mendampingi ibu saat memperoleh edukasi terkait masa nifas yang baik untuk ibu dan bayinya. *Reward* seperti peningkatan pengetahuan terkait nutrisi ibu dan bayi selama masa nifas, monitoring keadaan ibu, menganjurkan ibu untuk mengkonsumsi makanan bergizi. Support sosial berupa suami ikut berkontribusi dalam merawat bayinya (Rahayu, 2023).

Menurut peneliti mayoritas ibu yang mengalami baby blues adalah ibu yang tidak mendapat dukungan suami, sebaliknya ibu yang tidak mengalami baby blues adalah ibu yang mendapat dukungan suami, karena suami ikut membantu ibu dalam merawat bayi, mendengarkan keluh kesah ibu selama masa nifas dan ikut membantu pekerjaan rumah serta memberikan semangat kepada ibu dalam menjalani masa nifas.

2. Pengaruh Usia Terhadap Kejadian Baby Blues

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 41 responden usia 20-35 tahun sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 36 responden (87,8%), sedangkan dari 3 responden usia <20 tahun sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 2 responden (66,7%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui *p value* = 0,003, artinya ada pengaruh usia ibu terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

Hal ini didukung oleh penelitian Susilawati, tentang faktor-faktor determinan *baby blues* pada ibu postpartum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan usia ibu dengan kejadian *baby blues* dengan *p value* 0,009 (Susilawati, 2020).

Usia yang terlalu muda untuk hamil akan memicu risiko bagi ibu dan anak dari segi fisik dan psikis baik itu selama kehamilan, persalinan dan masa nifas. Usia yang dianggap optimal untuk kehamilan dan persalinan serta masa nifas adalah antara usia 20-35 tahun dan hal ini mendukung periode yang optimal bagi ibu untuk merawat bayinya. Usia dibawah 20 tahun memiliki pengetahuan yang terbatas tentang kehamilan, persalinan dan masa nifas, sehingga belum cukup untuk mencapai kematangan fisik, mental, peran dan aktivitas baru sebagai ibu (Sambas, 2022).

Usia merupakan salah satu penyebab terjadinya *baby blues*. Ibu yang memiliki usia dibawah 20 tahun kurang memiliki pengalaman dan juga belum dewasa sehingga belum siap dalam menerima perubahan peran dibandingkan dengan usia 20-35 tahun yang merupakan usia yang sangat optimal untuk hamil dan melahirkan. Sedangkan pada usia lebih dari 35 tahun juga sangat berisiko mengalami *baby blues* karena menurunnya fungsi reproduksi dan juga

menurunnya energi yang dimiliki saat melahirkan walaupun sudah memiliki pengalaman dan juga kesiapan secara mental (Marwiyah, 2022).

Usia sangat mempengaruhi kejadian *baby blues* dikarenakan dalam proses kehamilan dan persalinan ibu mengalami perubahan dalam bentuk fisik dan psikologis. Usia dibawah 20 tahun akan lebih cenderung sulit beradaptasi karena belum siap secara mental dalam menghadapi perubahan pada tubuhnya. Ibu dengan usia lebih dari 35 tahun akan lebih cenderung mengalami kelelahan dan mengalami penurunan pada kondisi fisiknya sehingga ibu akan lebih sulit untuk beradaptasi dan mudah stress (Purwati, 2023).

Menurut peneliti mayoritas usia ibu yang reproduktif yaitu usia 20-35 tahun cenderung tidak mengalami *baby blues* karena ibu sudah siap dalam menghadapi masa nifas dengan kematangan usia.

3. Pengaruh Pendidikan Terhadap Kejadian Baby Blues

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden berpendidikan menengah sebagian besar tidak mengalami *baby blues* sebanyak 24 responden (80%), sedangkan dari 7 responden berpendidikan dasar sebagian besar mengalami *baby blues* sebanyak 5 responden (71,4%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p \text{ value} = 0,005$, artinya ada pengaruh pendidikan terhadap kejadian *baby blues*, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Permatasari, tentang Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *baby blues syndrome*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pendidikan dengan kejadian *baby blues* dengan $p \text{ value} 0,004$ (Permatasari, 2024).

Tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap kecerdasan emosional, memiliki tingkat berpikir yang rasional dan semakin mudah untuk menerima informasi. Pengetahuan ibu nifas lebih mengetahui berbagai informasi melalui kegiatan program bidan desa atau melalui media sosial sehingga mudah menyesuaikan kesiapan menjadi ibu serta mengendalikan emosional dengan baik sehingga dapat mencegah terjadinya *baby blues* (Wulan, 2023).

Pendidikan rendah lebih sering mengalami *baby blues* dibandingkan dengan pendidikan tinggi. Hal ini disebabkan karena pendidikan seseorang mempengaruhi cara berpikir dan cara pandang terhadap diri dan lingkungannya, karena itu akan berbeda sikap ibu yang mempunyai pendidikan tinggi dibandingkan dengan yang berpendidikan rendah dalam menyikapi proses masa nifas (Susilawati, 2020).

Pendidikan merupakan upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat ingin melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara (mengatasi masalah) dan meningkatkan kesehatannya. Tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap kecerdasan emosional, ibu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi akan memiliki cara berfikir yang lebih rasional dan semakin mudah untuk menerima informasi. Ibu yang tidak mendapatkan informasi yang memadai tentang kehamilan dan persalinan umumnya akan sulit dalam

menyesuaikan diri terhadap peran dan aktivitas barunya, sehingga memungkinkan terjadinya gangguan psikologis seperti baby blues. Semakin tinggi pendidikan maka semakin baik pengetahuan ibu karena akan banyak informasi yang didapat, dengan pendidikan formal menghasilkan perilaku yang baik oleh individu, sehingga ibu tidak merasa cemas dan mampu mengurus bayinya dengan baik (Aryani, 2022).

Menurut peneliti ada pengaruh pendidikan terhadap baby blues, hal ini disebabkan karena ibu yang berpendidikan tinggi dan menengah lebih mengetahui dan dapat lebih mudah beradaptasi dalam mas anifas dibandingkan ibu yang berpendidikan dasar.

4. Pengaruh Paritas Terhadap Kejadian Baby Blues

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 responden multipara sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 34 responden (89,5%), sedangkan dari 9 responden primipara sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 5 responden (55,6%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p\ value = 0,003$, artinya ada pengaruh paritas terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Purwati. (2020), tentang faktor-faktor yang menyebabkan kejadian postpartum blues. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan paritas dengan kejadian *baby blues* dengan $p\ value 0,012$.

Wanita primipara memiliki persentasi lebih tinggi dibandingkan dengan multipara karena wanita primipara dihadapkan dengan situasi pemulihan dairi sekaligus merawat bayi yang akan mengurus tenaga, pikiran dan perasaan ibu, oleh karena itu jika selama proses adaptasi tidak mampu melewatinya dengan baik, maka dapat terjasi gangguan emosional tersebut. Ibu primipara sebelum melahirkan hanya memikirkan diri sendiri begitu bayi lahir jika ibu tidak paham perannya akan menjadi bingung sementara bayinya harus tetap di rawat. Sedangkan ibu multipara adalah wanita yang sudah melahirkan anak lebih dari satu kali, sehingga ibu memiliki pengalaman akan mengurus bayinya sehingga kurang berisiko mengalami *baby blues* (Wulan, 2023).

Pengalaman dalam melahirkan memegang peranan yang penting dalam kejadian *baby blues*. Ibu yang baru pertamakali melahirkan akan melakukan adaptasi perubahan peran yang belum pernah dilalui sebelumnya, sehingga ibu berisiko mengalami *baby blues* dibandingkan dengan ibu multipara yang sudah memiliki pengalaman dalam melakukan perawatan pada bayi (Sambas, 2022)

5. Pengaruh Pendapatan Terhadap Kejadian Baby Blues

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 responden pendapatan diatas UMP sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 35 responden (87,5%), sedangkan dari 15 responden pendapatan dibawah UMP sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 8 responden (53,3%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui p

$value = 0,003$, artinya ada pengaruh pendapatan terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pendapatan ibu dengan kejadian *baby blues* dengan $p value 0,001$ (Susilawati, 2020).

Pendapatan (sosial ekonomi) seringkali menjadi masalah paling utama dalam keluarga terutama bagi sosial ekonomi menengah kebawah, sehingga pendapatan merupakan salah satu penyebab terjadinya *baby blues*. Pendapatan dibawah UMP akan sulit bagi ibu untuk mengatur kebutuhan rumah tangga dan kebutuhan bayinya. Kondisi ini sering kali mengganggu psikologi ibu nifas, adanya biaya untuk persalinan, perawatan bayi dan perawatan ibu (Fika, 2023).

Pendapatan yang kurang menjadi salah satu faktor terjadinya *baby blues*, hal ini berhubungan langsung dengan kebutuhan dan perawatan pada bayi yang membutuhkan banyak kebutuhan, sehingga keadaan yang seharusnya mendatangkan kebahagiaan karena menerima kelahiran bayi bisa menimbulkan tekanan karena adanya perubahan baru dalam hidup ibu. Keluarga yang mampu mengatasi pengeluaran untuk biaya perawatan ibu selama persalinan serta tambahan dengan hadirnya bayi baru lahir tidak merasakan beban keuangan sehingga tidak mengganggu proses transisi menjadi orang tua (Sambas, 2022).

6. Pengaruh Jenis Persalinan Terhadap Kejadian Baby Blues

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 45 responden jenis persalinan normal sebagian besar tidak mengalami baby blues sebanyak 38 responden (84,4%), sedangkan dari 10 responden jenis persalinan SC sebagian besar mengalami baby blues sebanyak 6 responden (60%). Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan *Chi-Square* diketahui $p value = 0,007$, artinya ada pengaruh jenis persalinan terhadap kejadian baby blues, maka dapat disimpulkan hipotesa dalam penelitian ini diterima (H_a).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan usia ibu dengan kejadian *baby blues* dengan $p value 0,00$ Ibu yang melahirkan dengan metode *sectio caesarea* berpeluang untuk mengalami *baby blues* lebih besar karena adanya perasaan bersalah belum menjadi ibu yang sepenuhnya ataupun keterhambatannya merawat bayi akibat terbatasnya pergerakan ibu saat awal pasca bersalin dengan *sectio caesarea* yang dapat mengganggu kondisi fisik dan psikologis ibu (Susilawati, 2020).

Ada hubungan jenis persalinan dengan kejadian *baby blues*, dimana ibu yang melahirkan *sectio caesarea* cenderung mengalami baby blues dibandingkan dengan ibu yang melahirkan normal. Persalinan dengan *sectio caesarea* menimbulkan trauma jaringan fiisk nyeri akut yang dapat mengganggu kondisi fisik dan psikologis ibu dan perawatan rumah sakit yang lama dapat mempengaruhi gangguan psikologis pada ibu yang berdampak pada kejadian *baby blues* (Aryani, 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa:

1. Ada pengaruh dukungan suami terhadap kejadian baby blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh dengan *p value* 0,003.
2. Ada pengaruh usia terhadap kejadian baby blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh dengan *p value* 0,003.
3. Ada pengaruh pendidikan terhadap kejadian baby blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh dengan *p value* 0,005.
4. Ada pengaruh paritas terhadap kejadian baby blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh dengan *p value* 0,003.
5. Ada pengaruh pendapatan terhadap kejadian baby blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh dengan *p value* 0,003.
6. Ada pengaruh Jenis Persalinan terhadap kejadian baby blues di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh dengan *p value* 0,007.

DAFTAR PUSTAKA

- Yuliana. (2020). *Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Sulawesi Selatan. Yayasan Ahmad Cendekia Indonesia
- Permatasari. (2024). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Baby Blues Syndrome*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Volume 8 (1):244-253
- Satriani. 2021. *Asuhan Kebidanan Pasca Persalinan dan Menyusui*. Malang. Ahlimedia Press
- Sutanto, V, A. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Wulan. (2023). *Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Baby Blues Syndrome Postpartum di Desa Bayuning*. Jurnal of Nursing Practice And Education. Volume 4 (1):194-201
- Susilawati. (2020). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Postpartum Blues di RS Akademik Universitas Gajah Mada*. Jurnal of Nursing Care dan Biomolecular. Volume 5 (1):77-86
- Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh. (2023). *Jumlah Ibu Nifas di Kota Banda Aceh*.

- Puskesmas Baiturrahman. (2024). *Jumlah Ibu Nifas di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh*.
- Purwati. (2020). *Faktor-Faktor yang Menyebabkan Kejadian Postpartum Blues*. Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan. Volume 10 (2):1-4
- Novita. (2023). *Hubungan Dukungan Suami dengan Kejadian Postpartim Blues pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Baru Kabupaten Dharmasraya*. Jurnal Kesehatan Tambusai. Volume 4 (3): 3292-3299
- Rahayu. (2023). *Hubungan Dukungan Suami dengan Terjadinya Postpartum Blues pada Ibu Nifas*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida. Volume 10 (2):87-95
- Sambas. (2022). *Faktor-Faktor Determinan Baby Blues pada Ibu Postpartum*. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada. Volume 22 (1):147-156
- Marwiyah. (2022). *Faktor Determinan yang Mempengaruhi Terjadinya Postpartum Blues pada Ibu Nifas*. Faletahan Health Journal. Volume 9 (1):89-99
- Purwati. (2023). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Postpartum Blues di BPM Elizabet Pekanbaru*. Jurnal Kesehatan. Volume 12 (1):171-176
- Aryani. (2022). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Bbay Blues Syndrome pada Ibu Postpartum di RSUD dr. Zainole Abidin Kota Banda Aceh*. Jurnal Of Healthcare Tecnology and Medicine. Volume 8 (2):1325-1336
- Fika. (2023). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Baby Blues pada Ibu Nifas di RSUD Dr. H. MOch Ansari Saleh Banjarmasin*. Jurnal Innovative Education. Volume 5 (2):1047-1052