

**GAMBARAN DEPRESI PADA IBU POST PARTUM (STUDI DI BPM SISWATI,
KECAMATAN PLOSO JOMBANG)**

**RULIATI
STIKES Insan Cendekia Medika Jombang**

ABSTRAK

Post partum merupakan peristiwa menyenangkan bagi sebagian ibu yang sudah berhasil melalui proses kelahiran, namun sebagian ibu bisa mengalami depresi. Keluhan setiap ibu bervariasi, gejala awal kelelahan, mudah marah, menyalahkan diri sendiri, menarik diri, tidak mau melakukan perawatan diri baik bagi dirinya maupun bayinya. sampai bisa membahayakan keselamatan ibu dan bayi..., sering menangis, gelisah, cemas, nafsu makan menurun, dan tidak bisa tidur. Berdasarkan studi pendahuluan dari 5 ibu post partum, 3 diantaranya mengalami salah satu gejala depresi, Jadi kDapat di simpulkan sementara masih banyak ibu yang mengalami depresi, penelitian ini bertujuan: Untuk mengetahui gambaran depresi pada ibu post partum. Dalam penelitian ini desain penelitian yaitu deskriptif, pendekatan cross sectional, dengan populasi semua ibu post partum Teknik sampling, yaitu total sampling. Instrumen yang di gunakan adalah kuesioner, dan pengolahan data serta analisa data menggunakan editing, coding, scoring dan tabulating. Hasil penelitian menunjukkan kejadian depresi pada ibu post partum sebagian besar 12 Responden mengalami depresi ringan (75%). Dan 4 responden (25%) tidak mengalami depresi. Dari penelitian dapat disimpulkan gambaran depresi pada ibu post partum hampir seluruhnya mengalami depresi ringan. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan bagi tenaga kesehatan bisa mengurangi depresi post partum, dengan cara perawat atau bidan memberi informasi sejak trimester III bahwa masa nifas merupakan siklus hidup normal karena setiap wanita pasti akan mengalami.

Kata kunci :Depresi, Ibu post partum

***DESKRIPTIVE DEPRESSION OF POST PARTUM MOTHER (STUDY IN BPM
SISWATI DISTRICT OF PLOSO REGENCY JOMBANG)***

ABSTRACT

Post partum a occurrence happiness among mother had childbirth, but there are mother depression a depression varies from day to day by showing fatigue, irritability, disturbances of appetite and loss of libido, often crying, anxiety, worry. Based on preliminary conducted in BPM a occurrence Siswati district of Ploso of 5 puerperal women are included 3 people experienced sad, disappointed, often crying, anxiety, worry, and irregular sleep, . From this can be concluded that there is still many mothers got depression this research aims to : To determine depression of post partum mother. Method used was descriptive research design with all number of post partum mother. Sample collecting as total sampling. Instrument used was a questionnaire, and data processing and data analysis used editing, coding, scoring and tabulating. The results showed the depression occurrence of post partum mother were 12 mild depression respondents (75%). and were not depression of post partum mother were 4 middle can be classified that entire respondents had mild depression. The conclusion of the result is the depression descriptive of post partum mother was mild depression. It is expected to Nurses or midwife in order reduce depression by way the midwife providing information about the depression of post partum mother on ANC Trimester III.

Keywords :depression post partum mother

PENDAHULUAN

Perubahan hormon mempengaruhi ibu post partum, hal ini terjadi pada kurun waktu 1 minggu setelah melahirkan yang biasanya sang ibu akan merasakan resah, gelisah, pusing, bahkan ada pula yang sampai mengamuk seperti orang mengalami gangguan kejiwaan (Nugroho, 2010). Tanda dan gejala pada penderita depresi post partum, yaitu perasaan sedih dan kecewa, sering menanggapi, merasa gelisah dan cemas, kehilangan ketertarikan terhadap hal-hal yang menyenangkan, nafsu makan menurun, kehilangan energi dan motivasi untuk melakukan sesuatu, tidak bisa tidur atau (imsonia), perasaan bersalah dan putus harapan, penurunan atau peningkatan berat badan yang tidak dapat di jelaskan, memperlihatkan penurunan keinginan untuk mengurus bayinya (Sitti Saleha, 2009).

Menurut penelitian yang di lakukan oleh nugroho pada ibu nifas riset menunjukkan 10 % ibu mengalami depresi setelah melahirkan dan 10 % - nya saja yang tidak mengalami perubahan emosi (Nugroho, 2010). Dari penelitian - penelitian di ketahui bahwa neraga - negara barat, depresi pasca persalinan di alami oleh kurang lebih 15 % - 20 % dari perempuan yang melahirkan, baik yang pertama kali maupun yang berikutnya. Di malaysia pada tahun 1995 di ketahui bahwa ibu yang mengalami depresi post partum sebanyak 3,9 % sedangkan di singapura, angka kejadiannya rendah atau setidaknya lebih rendah dari negara – negara lain atau masyarakat di tempat lain di belahan dunia (elvita,2009). Berdasarkan studi pendahuluan di BPM Siswati dari 5 ibu post partum, 3 diantaranya menglami salah satu tanda depresi partum , Jadi dapat di simpulkan sementara masih banyak ibu yang mengalami depresi, penelitian ini bertujuan:Untuk mengetahui gambaran depresi pada ibu post partum. Keadaan depresi berlangsung antara 3-6 bulan bahkan pada beberapa kasus terjadi selama 1 tahun pertama kehidupan bayi.Penyebab depresi terjadi karena reaksi terhadap rasa sakit yang muncul saat

melahirkan karena sebab-sebab yang kompleks pada suami dan keluarga.’ Melakukan konseling sejak kehamilan tentang perubahan fisiologi pada masa nifas, misalnya: perubahan fisik, involusi uterus dan pengeluaran lochia, laktasi / pengeluaran air susu ibu, perubahan sistem tubuh lainnya, dan perubahan psikis (Prawirohardjo, 2009). depresi post partum adalah depresi yang bervariasi dari hari ke hari dengan menunjukkan kelelahan, mudah marah, gangguan nafsu makan, dan kehilangan libido (kehilangan selera untuk berhubungan intim dengan suami). Masih menurut pitt (Regina dkk,2001) tingkat keparahan depresi post partum bervariasi. Keadaan ekstrem yang paling ringan yaitu saat ibu mengalami “kesedihan sementara” yang berlangsung sangat cepat pada masa awal post partum, ini di sebut dengan the blues atau maternity blues. Gangguan post partum yang paling berat di sebut psikosis postpartum atau melankolia. Diantara 2 keadaan ekstrem di tersebut terdapat keadaan yang relatif mempunyai tingkat keparahan sedang yang di sebut neurosa depresi atau depresi post partum (Marmi, 2012). Setelah melahirkan, banyak wanita memiliki suasana hati yang berubah-ubah.Mereka mungkin merasa bahagia di satu saat, kemudian sedih saat berikutnya.Beberapa wanita juga dapat kehilangan nafsu makan mereka, menderita masalah tidur, dan merasa sedih. Tapi gejala ini seringkali di sebabkan oleh “baby blues”, kondisi temporer yang di alami 50-80% wanita setelah melahirkan.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan desain penelitian *deskriptif*.Metode penelitian *deskriptif* Penelitian ini di lakukan di BPM Siswati, Kecamatan Ploso, Jombang.

Waktu Penelitian, di lakukan mulai bulan Maret – Juni 2014. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu post partum yang batasan umur post partum 6 jam – 42 hari di BPM Siswati, dengan teknik total sampling. Jumlah populasiada

28 orang. Variabel dalam penelitian ini adalah kejadian depresi ibu post partum. Instrumen yang di gunakan adalah kuesioner yang di adopsi dari burn berupaceklis BDI (Beck's Depression Inventory), dan pengolahan data serta analisa data menggunakan editing, coding, scoring dan tabulating. Mengingat penelitian kebidanan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus di perhatikan

HASIL

Tabel 5.1, Karakteristik Responden menurut umur di BPM Siswati, kecamatan Ploso, Jombang, tahun 2014

No.	Umur	Frekuensi	%
1.	<20	1	6,25
2.	20-25 th	9	56,25
3.	26-35 th	6	37,5
4.	>35 th	0	0
Total		16	100

Tabel 5.2 Karakteristik Responden menurut pendidikan di BPM Siswati, kecamatan Ploso, Jombang, tahun 2014

No	Pendidikan	Frekuensi	%
1.	SD	4	25
2.	SMP	5	31,25
3.	SMA	7	43,75
4.	Perguruan Tinggi	0	0
Total		16	100

Tabel 5.3. karakteristik Responden menurut pekerjaan di BPM Siswati, kecamatan Ploso, Jombang, tahun 2014er,

No	Pekerjaan	Frekuensi	%
1.	IRT	16	100
4.	Wiraswasta	0	0
5.	Swasta	0	0
6.	PNS	0	0
Total		16	100

Tabel5.4 Karakteristik Responden menurut informasi yang pernah didapatkan di BPM siSwati kecamatan ploso, Jombang tahun 2014

No.	Informasi	Frekuensi	%
1.	Ya	5	31,25
2.	Tidak	11	68,75
Total		16	100

Tabel 5.5 Karakteristik Responden menurut sumber informasi di BPM Siswati, kecamatan Ploso, Jombang, tahun 2014

No	Sumber Informasi	Frekuensi	%
1.	Buku / Majalah	3	60
2.	TV/Radio/Internet	2	40
3.	TenagaKesehatan	0	0
4.	Masyarakat / Lingkungan	0	0
Total		5	100

Tabel 5.6.Karakteristik kejadian depresi di BPM Siswati, kecamatan ploso jombang tahun 2014

No.	Kejadian	Frekuensi	%
1.	Terjadinya Depresi	12	75
2.	Tidak Terjadi Depresi	4	25
Total		16	100

Tabel5.7.Karakteristikdepresi ibu post partum di BPM siswati kecamatan ploso jombang 2014.

No.	Depresi	Frekuensi	%
1.	Tidak Depresi	4	25
2.	Ringan	9	56.25
3.	Sedang	3	18.75
4.	Berat	0	0
5.	Extrim	0	0
Total		16	100

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 5.6 mengenai kejadian depresi di BPM siswati Kabupaten Jombang. Menunjukkan bahwa hamper sebagian besar terjadi depresi 12 Responden (75%). Menurut peneliti banyak ibu post partum yang terjadi depresi karena ibu mengalami rasa tidak aman, kurang rasa positif, rasa takut, cemas, rasa bersalah, mimpi buruk, imsonia (gangguan emosi), phobia (rasa takut), sensitive, perubahan mood.

Dilihat dari parameter tentang kejadian depresi ibu post partum ibu kurang memahami bahwa depresi pada post partum merupakan salah satu bentuk yang fisiologis karena perubahan hormonal setelah melahirkan. Selain mempunyai kejadian depresi ringan hampir sebagian besar masih mengalami depresi ringan tentang kejadian depresi ibu post partum. Hal ini dipengaruhi karena responden kurang memahami parameter kejadian depresi. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan notoatmodjo (2010). Bahwasanya kecemasan yang dimiliki seseorang mempengaruhi tindakan seseorang tersebut. Sedangkan menurut marmi (2012). Depresi post partum adalah depresi yang bervariasi dari hari ke hari dengan menunjukkan kelelahan mudah marah, gangguan nafsu makan, dan kehilangan libido (bersenggama). Menurut peneliti kejadian depresi ibu post partum merupakan satu bagian penting yang harus diperhatikan sebagai salah satu persiapan untuk post partum. Apabila ibu post partum masih mempunyai kecemasan dalam menjalani masa post partum maka ia akan mempunyai kecenderungan untuk mengurangi depresi post partum.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sebagian besar ibu melahirkan mengalami depresi post partum.

Saran

Diharapkan tenaga kesehatan memberikan penyuluhan pada ibu hamil trimester III untuk mencegah terjadinya depresi post partum.

KEPUSTAKAAN

Anggraeni, Yetti. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.

Arjadi, 2009. *Dampak depresi*. Diakses 23 Maret 2014.

Elvita. *Proposal Depresi Paska Persalinan*. Diakses 23 Maret 2014.

Khotijah. 2013. *Perilaku ibu dalam perawatan febris pada bayi*. Jombang.

Hidayat, A. Aziz Alimul. 2007. *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta: Salembamedika.

Marmi. 2012. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Mubarak. 2011. *Promosi kesehatan untuk kebidanan*. Jakarta: Salemba medika

Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metode penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Notoatmodjo. 2010. *Metodologi penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nugroho, Taufan. 2010. *Obstetri*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Nursalam. 2007. *Konsep dan penerapan metode penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba medika.

- Nursalam.2003.*Konsep dan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Prawirohardjo,Sarwono 2009. *Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*.Jakarta :Bina Pustaka.
- Saleha, Sitti. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta :Salemba Medika.
- Saryono, 2010.*Kumpulan Instrumen Penelitian Kesehatan*. Bantul :Nuha Medika.
- Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung :Alfabeta.
- Sulistyawati, Ari. 2009.*Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Yogyakarta : C.V ANDI OFFEST
- Wiknjosastro. 2009. *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Binapustaka.