

## Gambaran Tingkat Depresi Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado

Framelia Rumimper<sup>1</sup>, Kartini Massa<sup>2</sup>, Velicia Tampil<sup>3</sup>

Akper Rumkit Tingkat III Manado

Email: [thinim21@gmail.com](mailto:thinim21@gmail.com)<sup>2</sup>, [vonny.m2830@gmail.com](mailto:vonny.m2830@gmail.com)<sup>3</sup>

<b>Article Info</b>	<b>Abstrak:</b> Sesudah melahirkan ibu memerlukan adanya dukungan dari orang-orang terdekat sehingga mampu menyesuaikan dengan perannya yang baru sebagai ibu rumah tangga dan memberikan perawatan yang baik bagi bayinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat depresi pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Ranotana Weru. Jenis penelitian ini ialah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional pada sampel yang berjumlah 52 orang ibu postpartum yang berkunjung di Puskesmas Ranotana Weru pada Bulan Januari-Maret 2023. Hasil menunjukkan Responden sebagian besar berumur 20-35 Tahun yaitu 96.2%, pendidikan mayoritas SMA/SMK sebanyak 80.8%, status pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, paritas multipara sebanyak 63.5%, postpartum diatas 4minggu, depresi sebagian besar berada pada tingkat ringan sebanyak 43 orang (82.7%) dan tingkat depresi sedang sebanyak 9 orang atau 17.3%. Kesimpulan; sebagian besar ibu postpartum berada pada tingkat depresi ringan yaitu 43 orang atau 82.7% dan tingkat depresi sedang sebanyak 9 orang atau 17.3%. Disarankan ibu postpartum dalam mencegah terjadinya depresi postpartum dengan menjaga kesehatan seperti makan-makanan yang sehat, berpikir positif dan memeriksakan kesehatan ke fasilitas kesehatan setelah melahirkan. Berpikir positif akan setiap permasalahan dengan berkomunikasi dengan orang terdekat seperti suami sehingga meningkatkan rasa percaya diri untuk mencegah depresi postpartum.
<b>Article history:</b>	
Received 05 September 2024	
Revised 15 Oktober 2024	
Accepted 27 Desember 2024	
<b>Kata Kunci:</b> <i>Ibu Postpartum, Depresi Postpartum</i>	
	<b>Abstract:</b> After giving birth, mothers need support from those closest to them so that they are able to adjust to new pain as housewives and provide good care for their babies. Research Objectives: This study aims to describe the level of depression in postpartum women in the working area of the Ranotana Weru Community Health Center. This type of research is a quantitative descriptive study with a cross-sectional approach on a sample of 52 postpartum mothers who visited the Ranotana Weru Health Center in January-March 2023. Results; Most of the postpartum mothers in

*this study were 20-35 years old, namely 96.2%, the majority were high school/vocational high school education, 80.8%, employment status as housewives, multipara parity was 63.5%, postpartum was above 4 weeks, depression was mostly in mild level as many as 43 people (82.7%) and moderate level of depression as many as 9 people or 17.3%. Conclusion most of the postpartum mothers were at the level of mild depression, namely 43 people or 82.7% and moderate depression levels, as many as 9 people or 17.3%. Suggestion; postpartum mothers in preventing postpartum depression by maintaining health such as eating healthy foods, positive thinking and health checks at health facilities after giving birth. Think positively about every problem by communicating with people closest to you, such as your husband, thereby increasing self-confidence to prevent postpartum depression.*

**Keywords: Postpartum Mother, Postpartum Depression**



©2024 Authors. Published by P2M Akper Rumkit Tk.III Manado.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

## PENDAHULUAN

Masa sesudah melahirkan disebut juga dengan masa postpartum yang dihitung mulai sejak bayi dilahirkan sampai dengan kembalinya organ-organ reproduksi perempuan sewaktu belum mengalami kehamilan, lamanya penyembuhan memerlukan waktu 6 minggu lamanya. Berbagai perubahan-perubahan sesudah melahirkan pada ibu melahirkan terutama perubahan fisik maupun psikologi. Perubahan fisik dimana organ-organ reproduksi kembali seperti semula, sedangkan perubahan psikologis ibu nifas akan mengalami perubahan seperti perubahan mood karena karena ketidakmampuan ibu dalam menyesuaikan perubahan terutama peran yang baru sebagai ibu sehingga ibu cenderung mengalami kecemasan sampai dengan depresi. Depresi postpartum menjadi salah satu gangguan mood nonpsikotik pada sebagian besar ibu setelah melahirkan (Ammah & Arifiyanto, 2021).

Kejadian depresi postpartum dialami oleh ibu yang sedang hamil dengan prosentase 10% dan pada ibu yang telah melahirkan sebesar 13% Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan dari 1000 kelahiran sebanyak 10 orang menderita ringan dan menderita depresi berat sebanyak 30-200/1000 kelahiran. Di Asia angka kejadian depresi postpartum sekitar 26-85%. Negara Taiwan memiliki angka tertinggi terjadinya depresi pada ibu post partum yaitu 40% diikuti Negara India sebanyak 8,5%. Negara Malaysia memiliki angka terendah kejadian depresi postpartum sebesar 3.9%. Ibu dengan depresi postpartum di Indonesia sebagai salah satu Negara yang sedang berkembang berada pada kisaran 50-70% kasus (Rahmayuli, 2022).

Depresi postpartum sebagai salah satu gangguan mood non psikotik ditemukan pada minggu ke 6 dan ke 8 sesudah bayi lahir. Terbatasnya kondisi fisik yang membatasi aktivitas ibu, kelelahan meskipun ringan namun sering bermanifestasi untuk terjadinya depresi postpartum. Sebelum terjadinya depresi didahului dengan gangguan mood yaitu baby blues atau postpartum blues dimana ibu menunjukkan gejala suasana hati yang labil, mudah tersinggung dan menagis, tidur terganggu atau kesulitan untuk tidur, kurangnya nafsu makan . Kejadian postpartum blues lebih sering terjadi pada minggu pertama setelah ibu melahirkan dan ibu melahirkan berisiko empat kali untuk menderita postpartum blues. Penanganan yang tidak segera pada postpartum blues akan berlanjut ke depresi postpartum. Ibu dengan depresi ditunjukkan dengan gejala mudah menagis, keletihan, tegang, berputus asa, menolak untuk menyusui bayinya, tegang,

memiliki perasaan bersalah (Suparman et al., 2020). Apabila kondisi ini menetap dan berkembang dalam 2 minggu setelah melahirkan dimana ibu post partum sering berkahyal, bingung dan berhalusinasi, hingga muncul pikiran untuk melukai diri dan bayinya disebut post partum psikosis (Wulandari et al., 2020).

Insiden depresi pada ibu postpartum dipengaruhi oleh banyak faktor seperti usia, dimana usia yang terlalu muda belum memiliki kesiapan kental terutama dalam menjalankan perannya sebagai ibu dalam merawat bayi sehingga usia muda berisiko untuk terjadinya depresi. Beberapa faktor lain yang dihubungkan dengan dengan insiden depresi seperti rendahnya pendidikan dimana pendidikan yang tinggi dikaitkan dengan kemampuan penerimaan informasi dan kemampuan coping yang baik, resiko tinggi ibu yang mengalami depresi lebih dominan pada ibu yang baru pertama kalinya memiliki anak hal ini dikaitkan dengan belum adanya pengalaman dalam merawat anak. Faktor ekonomi dapat mempengaruhi kesejahteraan ibu dan bayi terutama dalam memenuhi kebutuhan dan kelangsungan hidup, juga dukungan yang memberikan pengaruh dalam mengurangi depresi post partum. rendahnya rendahnya pemberian supor sesudah persalinan berujung pada meningkatnya permasalahan pada gangguan emosi seperti depresi pasca persalinan (Ammah & Arifiyanto, 2021).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan tingginya kejadian depresi pada ibu sesudah melahirkan seperti yang diteliti oleh (Chayanigtyas et al., 2019) di Praktik Bidan Mandiri Misni Herawati mengatakan bahwa dari 32 responden ada 21 ibu atau 65,6% menderita depresi postpartum. Sama halnya dengan penelitian oleh (Suparman et al., 2020) di Puskesmas Sindangwangi dengan melibatkan 60 responden menemukan sebanyak 50 orang atau 83.3% berada pada tingkat depresi yang berat. Depresi postpartum memberikan dampak pada ibu, bayi dan keluarganya. (Kusuma, 2019) menjelaskan bahwa dampak pada ibu yaitu terganggunya kesehatan ibu seperti gangguan tidur, nutrisi tidak terpenuhi karena ibu malas atau tidak mau makan tidak percaya diri, gelisah dan lain-lain. Dampak pada bayi yaitu ibu menolak menyusui dan tidak tertarik dengan bayinya sedangkan pada keluarga yaitu muncul cmas atau stress Perubahan terbesar yang dialami oleh suami akibat ibu yang menderita depresi dapat mempengaruhi sistem dalam keluarga bahkan dapat menyebabkan retaknya rumah tangga yang berakhir dengan perceraian. Uraian tersebut menarik penulis untuk meneliti gambaran tingkat depresi pada ibu postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado.

## METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu penelitian yang bertujuan mendeskripsikan atau memberikan gambaran pada satu atau lebih variabel penelitian tanpa mengetahui hubungan atau perbedaan nilai/data antara variable (Susila & Suyanto, 2015). Penelitian telah dilakukan di Puskesmas Ranotana Weru pada Bulan Januari sampai Matret 2023 pada pada populasi ibu postpartum yang berkunjung ke Puskesmas Ranotana Weru pada Bulan Oktober-Desember 2022 yang berjumlah 109 ibu. Sampel diambil dengan teknik *Nonprbabilty Sampling* (Sampling Non Probabilitas) yaitu sampling *aksidental*, dimana sampel ditentukan berdasarkan siapa saja yang ditemui peneliti dan dapat dijadikan sebagai sumber data. Penentuan besar sampel dengan menggunakan rumus dari Slovin karena jumlah populasinya diketahui (Susila & Suyanto, 2015), Penentuan jumlah sampel dengan menggunakan Rumus Slovin yang berjumlah 52 ibu postpartum. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale/EPDS* yang sudah baku. Analisa data secara univariat untuk melihat gambaran distribusi frekuensi Tingkat depresi

pada ibu postpartum di Puskesmas Ranotana Weru yang disajikan dalam bentuk Tabel distribusi frekuensi

## HASIL

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Responden

Usia	Jumlah (n)	Persent (%)
20-35 Tahun	50	96.2
> 35 Tahun	2	3.8
Pendidikan		
SD/SMP	1	1.9
SMA/SMK	42	80.8
D3/S1	9	17.3
Pekerjaan		
IRT	40	76.9
Swasta	9	17.3
Buruh/Pedagang	3	5.8
Paritas		
Primipara	19	36.5
Multipara	33	63.5
Total	52	100

Data pada Tabel 1 menunjukkan responden mayoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 50 orang (96.2%), berpendidikan SMA/SMK sebanyak 42 orang (80.8), memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 40 orang (76.9%) dengan paritas Sebagian besar multipara sebanyak 33 orang (63.5%).

### 2. Analisis Univariat

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Pada Ibu Postpartum di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado

Tingkat Depresi	Frekuensi	%
Ringan	43	82.7
Sedang	9	17.3
Total	64	100

Data pada Tabel 2 menunjukkan tingkat depresi pada ibu postpartum mayoritas ringan sebanyak 43 orang (82.7%) sedangkan depresi sedang ada 9 orang (17.3%).

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian terhadap 52 ibu postpartum yang berkunjung ke Puskesmas Ranotana Weru ditemukan sebagian besar tingkat depresi dengan kategori ringan yaitu 82.7%. Hasil ini memiliki kesamaan penelitian oleh (Chayanigtyas et al., 2019) pada ibu nifas di Puskesmas

Sukoharjo melaporkan 80.6% ibu dengan depresi ringan. Usia ibu menjadi salah satu faktor yang menentukan munculnya depresi pada ibu postpartum. Usia berkaitan dengan kesiapan mental ibu dalam merawat bayinya, sesuai dengan pendapat oleh Manuaba dalam (Ariyanti, 2020), bahwa usia seorang perempuan yang tepat untuk melahirkan ialah usia 20-35 tahun dimana sistem reproduksi maupun psikologis sudah matang. Pada usia ini ibu mampu dalam beradaptasi dengan baik terhadap perubahan emosi dan mampu menyelesaikan setiap permasalahan yang memungkinkan depresi berkurang. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ditemukan ibu berad pada rentang umur 20-35 tahun dengan persentase 96,2%.

Salah satu unsur yang ikut memberikan kontribusi bagi ibu postpartum dalam meningkatkan kemampuan dalam memilih dan memutuskan berbagai permasalahan setelah melahirkan ialah pendidikan. pada penelitian ini pendidikan ibu postpartum sebagian besar berpendidikan menengah dengan prosentase 80.8%. Pendidikan ibu yang baik ini memungkinkan untuk terjadinya depresi sangat kecil karena kemampuan ibu dalam beradaptasi terhadap berbagai situasi dan peran barunya sebagai ibu rumah tangga. Selain itu juga ibu yang dengan pendidikan tinggi memiliki strategi koping yang baik dalam memilih dan membuat keputusan yang lebih tepat, memudahkan dalam menerima setiap informasi. Seseorang dengan pendidikan tinggi cenderung mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang diterima semakin banyak pengetahuan yang didapat termasuk pengetahuan perawatan pada masa nifas sehingga resiko terjadinya depresi postpartum semakin rendah .

Status pekerjaan merupakan salah satu faktor resiko terhadap permasalahan kesehatan karena terkait dengan aktifitas fisik dan stress. Penelitian ini ditemukan sebagian besar pekerjaan ibu postpartum 79.9% sebagai ibu rumah tangga (IRT). Ibu yang pekerjaannya di dalam rumah memiliki banyak waktu, sehingga memudahkan ibu untuk banyak beristirahat terutama dalam memulihkan fisiknya serta penyesuaian terhadap peran sebagai ibu sehingga resiko depresi berkurang.

Ibu yang pertama kalinya melahirkan pada umumnya menderita depresi postpartum. Menurut (Suparman et al., 2020), dalam penelitiannya melaporkan sebanyak 83.3% ibu postpartum di Puskesmas Sindawangi menderita depresi berat. Resiko untuk meningkatnya gangguan mental dalam 3 bulan pertama terutama pada hari ke 10 sampai 19 hari sebagian besar dialami oleh ibu dengan primipara. Belum adanya pengalaman dalam merawat bayi serta kelelahan mempengaruhi kesehatan fisik dan mental ibu yang berisiko untuk menderita depresi postpartum, perasaan lelah meskipun ringan lama kelamaan memburuk sampai menimbulkan depresi. Hasil ini menemukan juga ibu dengan multipara sebanyak 63.5%, Adanya pengalaman dalam proses melahirkan juga merawat anak memungkinkan resiko menderita depresi lebih rendah.

Setiap ibu berbeda dalam menghadapi berbagai persoalan, ibu postpartum yang kurang mampu mengatasinya cenderung mengalami depresi ringan, sedang maupun berat. Ibu dengan gangguan mood seperti depresi menunjukkan gejala seperti kehilangan nafsu makan atau nafsu makan berlebih, minat beraktivitas berkurang, kehilangan ketertarikan pada pasangan, mengalami gangguan tidur misalnya kesulitan untuk tidur atau tidur yang berlebihan, bahkan berlanjut untuk menghilangkan nyawa bayinya. Pada Hasil ini didapatkan sebesar 17.3% ibu dengan tingkat depresi sedang. Adanya tuntutan peran dalam mengasuh anak terutama ibu yang pertama kalinya bersalin atau ibu primipara lebih dominan mengalami depresi postpartum karena ketidak siapan ibu primipara secara psikologis dalam merawat bayinya, hal ini dapat dibuktikan dalam hasil penelitian ini bahwa masih ada 35.5% ibu primipara.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari hasil penelitian tentang gambaran tingkat depresi pada ibu postpartum di Puskesmas Ranotana Weru Karombasan terhadap 52 orang ibu yang dilakukan pada bulan Januari-Maret 2023 yaitu, ibu postpartum sebagian besar menderita depresi ringan sebanyak 43 orang atau 82.7% dan depresi sedang sebanyak 9 orang atau 17.3%. Bagi petugas kesehatan yang ada untuk memberikan perawatan yang baik juga memberikan dukungan dalam bentuk pemberian informasi seperti menjaga kesehatan melalui pola makan teratur, istirahat cukup dan teratur berolah raga, menghindari konsumsi minuman yang mengandung kafein berlebih, menganjurkan ibu untuk teratur melakukan kunjungan ke puskesmas setelah 3-4 minggu untuk mengetahui status kesehatan ibu.

## DAFTAR PUSTAKA

Ammah, & Arifiyanto, D. (2021). *Gambaran Depresi Pada Ibu Postpartum: Literature Review*. Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat. Universitas Muhammdiyah Pekajangan Pekalongan. <https://jurnal.umpp.ac.id/index.php/prosiding/article/view/941>

Ariyanti, R. (2020). Resiko Depresi Postpartum Pada Persalinan Sectio Caesarea di RSUD Sleman. *Jurnal Bidan Komunitas, Vol.III No.3*, 119–124.

Chayanigtyas, A. Y., Estinigtyas, & Noolitasari. (2019). Pengaruh Dukungan Suami Terhadap Kejadian Depresi Postpartum Pada Ibu Nifas di Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Ilmiah Maternal, Vol.2 No 2*, 36–41. <https://doi.org/10.54877/maternal.v3i2.752>

Kusuma, R. (2019). Karakteristik Ibu Yang Mengalami Depresi Post Partum. *Jurnal Imiah Universitas Batanghari Jambi, Volume 19 No 1*, 99–103.

Rahmayuli, A. T. (2022). *Hubungan Dukungan Suami Terhadap Kejadian Depresi Pada Ibu Postpartum*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi.

Suparman, R., Saprudin, A., & Mamlukah. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan dan Depresi Postpartum Pada Ibu Hamil Dengan Resiko Tinggi Di Puskesmas Sindangwangi Kabupaten Majalengka. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bakti Husada: Health Sciences Journal, Vol.11 No.2 Desember 2020*, 180–189.

Susila, & Suyanto. (2015). *Metodologi Penelitian Cross Sectional, Kedokteran dan Kesehatan*. BOSS SCRIPT.

Wulandari, R. P., Nurdiaty, D.S., & Fitriahadi, E. (2020). *Buku Reference Kesehatan Mental Masa Nifas*.