

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Pengaruh Pemberian Edukasi Dukungan Suami Terhadap Tingkat Depresi Ibu Post-Partum Pada Hormon Endorfin

The Effect of Husband Support Education on Levels of Depression in Post-partum Mothers on Endorphin Hormones

Desta Ayu Cahya Rosyida

Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Sains Dan Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Article Info

Article History

Received: 07 Feb 2023

Revised: 12 Feb 2023

Accepted: 23 Feb 2023

ABSTRACT / ABSTRAK

Postpartum is a woman's condition starting from the birth of the placenta up to 6 weeks or 40 days. During the postpartum period, the mother will experience changes in psychological adaptation, namely depression. Depression experienced by postpartum mothers can hamper the continuity of breastfeeding, milk that rarely comes out reacts negatively and does not respond at all to the circumstances in the surrounding environment. Education on the husband's role is crucial to reduce risk factors for mothers who experience postpartum depression. In the quasi-experimental research design, with a two groups posttest design, there was an intervention group and a control group in this study. The samples were divided into 2 groups, 20 in the intervention group and 20 in the control group. The research instrument used an educational questionnaire on husband support. Data analysis used the Mann-Whitney U test. The results of this study show that the hormone endorphin affects changes in maternal anxiety. The husband's support influences this after being given education on assisting postpartum mothers. The results showed $0.000 < 0.05$, indicating an average difference in endorphin hormones between the intervention and control groups on the effect of providing education about husband's support.

Keywords: Education, Husband Support, Postpartum Blues, Endorphins

Post-partum adalah, keadaan seorang wanita dimuali dari lahirnya plasenta hingga yang 6 minggu tau 40 hari. Pada masa post-partum ibu akan mengalami perubahan adaptasi psikologis yaitu depresi. Depresi yang dialami ibu post-partum bisa menghambat keberlangsungan menyusui, ASI yang jarang keluar, bereaksi negative dan tidak merespon sama sekali dengan keadaan di lingkungan sekitar. Edukasi peran suami sangat penting dilakukan untuk mengurangi faktor risiko pada ibu yang mengalami depresi post-partum. Desain penelitian quasi-eksperimen, dengan rancangan two groups posttest. Dalam penelitian ini terdapat kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Jumlah sampel dibagi menjadi 2 kelompok, 20 orang kelompok intervensi, 20 orang kelompok kontrol. Intrumen penelitian menggunakan kuesioner edukasi dukungan suami. Analisa data menggunakan Uji Mann Whitney U. Hasil penelitian menunjukkan hormone endorfin berpengaruh terhadap rubahan kecemasan ibu hal ini dipengaruhi oleh dukungan suami setelah diberikan edukasi terkait pendampingan ibu post-partum. Hasil menunjukkan $0,000 < 0,05$ menandakan ada perbedaan rata-rata hormone endorfin antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol terhadap pengaruh pemberian edukasi tentang dukungan suami.

Kata kunci: Edukasi, Dukungan Suami, Post-Partum Blues, Endorphin

Corresponding Author:

Name : Desta Ayu Cahya Rosyida

Afiliate : Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Sains dan Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Address : Jl. Dukuh Menanggal XII, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Email : desta@unipasby.ac.id

PENDAHULUAN

Ibu *post-partum* adalah, seorang wanita yang memiliki peran baru sebagai seorang ibu yang telah melahirkan bayinya atau anak kandungnya selama sembilan bulan atau kurang lebih 40 minggu (Depresi and Partum, 2022). *Post-partum* itu sendiri dimulai dari periode persalinan, plasenta lahir, hingga organ sistem reproduksi wanita kembali seperti semula atau dalam keadaan normal sebelum mengandung atau sebelum melahirkan. Ibu *post-partum* juga disebut sebagai ibu nifas (Rahayu, Widyawati and Dewi, 2018).

Secara tidak langsung ibu *post-partum* akan mengalami perubahan adaptasi psikologis dan fisiologis, fase ini merupakan penyesuaian menjadi seorang ibu terhadap peran barunya. Fase *talking-hold* atau fase dimana ibu tertarik untuk merawat bayinya. Fase ini ibu membutuhkan teman atau dukungan untuk merawat bayinya agar tidak merasa berjuang sendiri untuk merawat sang buah hati. Terdapat 40%. Dan rata-rata 80% mengalami *postpartum blues* (Bustami *et al.*, 2019). Proses psikologis menjadi seorang ibu telah dimulai sejak ia hamil, adanya perubahan mood yang labil, perasaan sering berubah-ubah, sering menangis tiba-tiba hal tersebut merupakan manifestasi adanya perubahan psikologi ibu yang tidak baik. Di Indonesia kejadian *postpartum blues* yaitu lebih dari 70%. Hal ini merupakan kondisi yang harus segera dicarikan penanganan yang baik (Masdinarsah, Anwar and Sutisna, 2019).

Insiden depresi *postpartum blues* di dunia banyak di laporkan, WHO (2018) menyatakan kasus adanya wanita yang mengalami depresi *postpartum* yaitu 29,8%. Di Indonesia angka kejadian *postpartum* yakni cukup banyak yaitu 63% ibu yang mengalami *postpartum blues*. Di Jawa Timur (2021), menurut Studi pendahuluan di Kecamatan Wonocolo, terdapat kasus 66% ibu yang mengalami depresi *postpartum* (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2021).

Dalam beberapa penelitian dampak ibu yang mengalami depresi pada masa *postpartum* akan menghambat keberlangsungan menyusui, ASI yang jarang keluar, produksi ASI kurang. Ibu yang mengalami kondisi seperti ini kebanyakan akan melakukan penyapihan ASI dini kepada bayinya dibandingkan dengan ibu yang normal tidak mengalami depresi. Sebanyak 91% ibu yang mengalami depresi *postpartum* akan berhenti untuk menyusui bayinya (Saudia and Murni, 2017). Ibu dengan *postpartum blues* bisa mencintai anaknya dengan perhatian yang lebih, namun terkadang ibu juga bisa bereaksi negative dan tidak merespon sama sekali dengan keadaan di lingkungan sekitar. Inkonsistensi ini juga akan mempengaruhi (*bonding*) antara ibu dan bayi sehingga akan berdampak rasa kasih sayang (Purwati and Noviyana, 2020).

Kejadian depresi *postpartum* dapat disebabkan karena berbagai macam faktor, diantaranya yaitu akibat dukungan keluarga, suami, dan dukungan social yang kurang, akibat perubahan hormone, akibat perubahan fisik, riwayat depresi sebelumnya, trauma akibat beberapa faktor internal dan eksternal (Marwiyah *et al.*, 2022). Secara psikologi ibu membutuhkan bantuan dan pendampingan dari berbagai pihak terutama suami. Peran suami sangat penting dalam membantu ibu untuk belajar beradaptasi untuk menjalani perannya. Namun saat ini partisipasi atau dukungan suami sangat rendah, masih banyak suami belum mampu berperan bersama beriringan untuk menjadi orang tua. Dukungan penuh pada saat ibu *postpartum* sangat dibutuhkan (Delvina and Syafriani, 2022). Dukungan dan pendampingan suami mempengaruhi berdampak pada kecemasan ibu.

Hormon Endorfin mempunyai peran yang banyak dalam mempengaruhi suasana hati seseorang, Endorfin adalah hormone yang secara alami di hasilkan oleh tubuh seseorang (Suparyanto dan Rosad (2015, 2020). Hormon ini berfungsi sebagai penghilang rasa sakit, nyeri dan rasa cemas, bahkan hormone endorphin dapat memberikan energi yang positif. Endorfin dihasilkan dari kelenjar pituitary, hormone mengalir melalui system syaraf (Marawita, Soraya and Putri, 2023). Begitu juga jika ibu mempunyai dukungan suami maka kecemasan ibu dalam proses menjalani perannya akan semakin mudah dan ibu tidak mengalami cemas yang berlebihan.

Pada penelitian yang sudah ada dengan judul “Pengaruh pemberian Edukasi pada Pendampingan Persalinan terhadap kecemasan dan Intensitas Nyeri” dengan hasil $p=0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian edukasi pada pendamping persalinan (Mutiah *et al.*, 2022). Beda dari penelitian menurut Mutiah (2022) variable pada penelitian ini adalah mengukur kadar Depresi melalui Hormon B-Endorphin ibu Postpartum yaitu 40 hari setelah ibu melahirkan. Dengan keterbaharuan dari penelitian ini diharapkan, pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang “dukungan suami” diharapkan bisa menjadi lebih baik sehingga bisa berdampak baik juga bagi psikologi ibu *postpartum*.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi-eksperimen, two groups posttest*, yang terdiri dari kelompok intervensi dan kelompok control.

Kelompok	Perlakuan	Post tes
X	1	01
Y	0	02

Penelitian dilakukan di wilayah Pukesmas Gayungsari, Kecamatan Gayungan Kota Surabaya, pada tanggal 13 Mei 2022 – Agustus 2022. Populasi penelitian yaitu seluruh ibu *postpartum* sebanyak 40 orang, dengan jumlah sampel sebanyak 40 orang yang diperoleh teknik pengambilan sampel *total sampel*. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok, yang terdiri dari kelompok intervensi sebanyak 20 orang, dan kelompok control sebanyak 20 orang. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen kuesioner edukasi dukungan suami ibu *postpartum* sebanyak 15 pertanyaan. Kuesioner tingkat depresi. menggunakan skala depresi beck yang disebut BDI (*The Beck Depression Inventory*). Pemeriksaan kadar endorphin menggunakan *Enzim Linked Immuno Sorbent Assay (ELISA)* kit. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan Uji *Mann Whitney U*.

HASIL

Analisis Univariat

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan umur responden paling banyak yaitu kelompok umur 26-30 tahun, baik kelompok kontrol maupun kelompok intervensi, yaitu 55% pada kelompok kontrol, dan 50% pada kelompok intervensi. Sosial ekonomi pada ekonomi sedang 80% pada kelompok kontrol, 70% pada kelompok intervensi. Pendidikan Sarjana 50% pada kelompok kontrol, 50% pada kelompok intervensi.

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Kontrol		Intervensi	
	n	%	n	%
Umur (Tahun)				
20-25	7	35	8	40
26-30	11	55	10	50
31-35	2	10	2	10
Sosial Ekonomi				
Rendah	0	0	0	0
Sedang	17	85	14	70
Tinggi	3	15	6	30
Pendidikan				
SD	0	0	0	0
SMP	2	10	0	0
SMA	8	40	10	50
Sarjana	10	50	10	50

Tabel 2. Pengaruh edukasi suami terhadap Depresi dan Hormone B-Edorphin

Variabel	Tingkat Depresi						Hormon B-Endorphin		r	Nilai P
	Normal		Ringan		Berat		Mean	SD		
	n	%	n	%	n	%				
Intervensi Edukasi	17	85	3	10	0	0	172.21	0.52731	-234	0,000
Kontrol (Leaflet)	0	0	7	35	13	65	134.00	0.46782		

Hasil Pengujian statistic menggunakan uji *Mann Whitney* pada tabel 2 didapatkan nilai $p=0,000$ ($P < 0,05$). Dengan demikian, maka H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh pemberian edukasi tentang dukungan suami terhadap depresi ibu *postpartum*.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, dukungan suami menambah hormone endorphin pada ibu yang mengalami depresi *postpartum*. Ibu yang didampingi dan mendapat dukungan suami menurunkan kecemasan yang dialami ibu *postpartum* karena hormone endorphin yang meningkat. Pada Karakteristik responden dari umur ibu, menjadi faktor yang juga mempengaruhi kesiapan seseorang untuk menjadi seorang ibu, dari faktor usia didapatkan ibu yang masih berusia muda. Dengan ini bisa disimpulkan bahwa pemahaman dan edukasi bagi keluarga muda sangatlah penting untuk meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku dan sikap menjadi lebih baik dan siap untuk menjadi orang tua. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Noviyanti (2022), umur mempengaruhi seseorang dalam merespon, berperilaku, bersikap terhadap sesuatu. Usia yang sudah matang akan cenderung lebih siap untuk menerima perubahan-perubahan yang dialami seseorang baik itu fisiologi atau psikologis.(Noviyanti, 2022).

Karakteristik sosial ekonomi juga mempengaruhi seseorang dalam mendapatkan pengetahuan. Dalam penelitian ini rata-rata responden sosial ekonomi sedang. Semakin bagus kondisi sosial ekonomi seseorang, maka semakin baik seseorang mendapatkan akses tentang

pengobatan. Begitu juga sebaliknya, jika sosial ekonomi kurang, maka akses untuk menerima pengobatan, atau sembuh dari suatu kejadian sakit akan susah. Hal ini sejalan dengan penelitian Hitipeuw (2022) yang menyatakan dalam penelitiannya bahwa sosial ekonomi akan berdampak pada seseorang untuk mendapatkan pelayanan. (Hitipeuw, Achmad and Regel, 2022).

Pendidikan juga mempengaruhi seseorang untuk respon dalam mendapatkan informasi dengan baik. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka pengetahuan akan semakin bertambah, dan mampu melakukan, mengaplikasikan sebuah edukasi dan informasi dengan mudah karena terkait pemahaman yang dimiliki seseorang tersebut. Penelitian Hanun (2021), pendidikan mempengaruhi seseorang untuk menerima ilmu dan informasi. Terutama informasi tentang pentingnya pendampingan suami untuk menjaga psikologi ibu postpartum (Hanun, Dewiani and Suriyati, 2021). Sehingga akan menghasilkan edukasi yang interaktif dan dinamis sesuai tujuan.

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam membantu ibu *postpartum* dalam beradaptasi pada dunia barunya yaitu sebagai seorang ibu, peran dan fungsi sebagai orang tua dan respon dukungan psikososial, suami dan keluarga. Semua hal tersebut saling berkesinambungan dan berkaitan. Faktor hormonal sering disebut sebagai pemicu timbulnya stress yang dialami seseorang. Karena terjadi perubahan hormone dari tubuh seseorang yaitu menurunnya hormone progesterone dan esterogen dan tingkat endorphin (kesenangan). Selain itu dukungan suami sangat diperlukan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat pengaruh pemberian edukasi dukungan suami terhadap tingkat depresi Ibu *postpartum*.

Dukungan suami terhadap ibu *postpartum* perlu diperhatikan, sehingga akan mencegah terjadinya *postpartum blues*, dan depresi *postpartum*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapat terima kasih dari peneliti kepada Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang sudah menyediakan dana hibah Universitas, sehingga penelitian ini bisa dilaksanakan dengan baik sehingga bisa bermanfaat kedepannya bagi responden terutama ibu nifas yang mengalami *postpartum blues*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bustami, L. E. S. *et al.* (2019) 'Pengaruh Continuity of Care (CoC) pada Asuhan Kebidanan Masa Postpartum Terhadap Kecenderungan Depresi Postpartum pada Ibu Nifas', *Jurnal Elektronik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 9, pp. 32–37. Available at: file:///C:/Users/COMPAQ/Documents/MATERI KTI PENTINGGGG/New folder/270-799-1-PB.pdf.
- Delvina, V. and Syafriani, N. E. (2022) 'Faktor yang Berhubungan dengan Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Menyusui', *Human Care Journal*, 7(2), pp. 466–473.
- Depresi, S. and Partum, P. (2022) 'Jurnal Keperawatan', 14(December 2021), pp. 1087–1098.

- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2021) 'Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2021', *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur*, p. tabel 53.
- Hanun, L. C., Dewiani, K. And Suriyati, S. (2021) 'Pemberian Edukasi Dan Pendampingan Pada Ny. "S" G4p3a0 Dengan Faktor Resiko Umur Dan Paritas Di Pmb Risminiana Kota Bengkulu', *Journal Of Midwifery*, 9(2), pp. 1-7. doi: 10.37676/jm.v9i2.1821.
- Hitipeuw, A. J., Achmad, I. and Regel, L. (2022) 'Efektivitas Komunikasi Terapeutik Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif', *Jurnal Kebidanan*, 2(1), pp. 25-35. doi: 10.32695/jbd.v2i1.332.
- Marawita, D., Soraya, D. and Putri, D. (2023) 'Pengaruh Penggunaan Birth Ball Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan', 5(1), pp. 12-19.
- Marwiyah, N. *et al.* (2022) 'Faktor Determinan yang Mempengaruhi terjadinya Postpartum Blues pada Ibu Nifas Determinant Factors Influencing the Incidents of Postpartum Blues in Puerperium Mothers', 9(1), pp. 89-99.
- Masdinarsah, I., Anwar, R. and Sutisna, M. (2019) 'Pengaruh Akupresur Terhadap Pengeluaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Nifas Di Bidan Praktik Mandiri Bidan M Desa Cipinang Kecamatan Cimaung Kabupaten Bandung', *Jurnal Asuhan Ibu&Anak (Jaia)*, 4(1), pp. 23-29.
- Mutiah, C. *et al.* (2022) 'The Pengaruh Pendamping Persalinan terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Primigravida', *Jurnal Kebidanan*, 12(1), pp. 16-25. doi: 10.35874/jib.v12i1.1012.
- Noviyanti, A. (2022) 'Faktor Fisik dan Psikologis Ibu Bersalin dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Primipara Physical and Psychological Factors of Maternal in Labor with Intensity of First Stage of Labor Pain in Primipara ' s Mothers', 13, pp. 437-444.
- Purwati, P. and Noviyana, A. (2020) 'Faktor- Faktor yang Menyebabkan Kejadian Postpartum Blues', *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*, 10(2), pp. 1-4. doi: 10.47701/infokes.v10i2.1021.
- Rahayu, S., Widyawati, M. N. and Dewi, R. K. (2018) 'Pengaruh Masase Endorphen Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Involusio Uteri Ibu Nifas', *Jurnal Kebidanan*, 8(1), p. 29. doi: 10.31983/jkb.v8i1.3732.
- Saudia, B. E. P. and Murni, N. N. A. (2017) 'Pengaruh endorphen massage terhadap peningkatan produksi asi pada ibu yang terdeteksi postpartum blues dengan skrining EPDS (Edinburgh Post Depression Scale) di puskesmas wilayah kerja sekota mataram.', *Jurnal Kesehatan Prima*, 1(1), pp. 36-42. Available at: <http://poltekkes-mataram.ac.id/wp-content/uploads/2017/08/5.-Eka-Saudia-1.pdf>.
- Suparyanto dan Rosad (2015 (2020) ', *Suparyanto dan Rosad (2015*, 5(3), pp. 248-253.