

PERAN DUKUNGAN SOSIAL PADA IBU DENGAN GEJALA DEPRESI DALAM PERIODE PASCA PERSALINAN

The Role of Social Support for Mothers with Depression Symptoms in the Postpartum Period

Tri Wurisastuti, Rofingatul Mubasyiroh

Puslitbang Upaya Kesehatan Masyarakat - Badan Litbang Kesehatan

Naskah masuk: 3 Agustus 2020 Perbaikan: 9 September 2020 Layak terbit: 15 September 2020

<https://doi.org/10.22435/hsr.v23i3.3610>

ABSTRAK

Ibu yang baru melahirkan membutuhkan dukungan psikologis dari orang-orang terdekatnya. Kurangnya dukungan dari orang terdekat dapat menyebabkan penurunan psikologis yang akan menyebabkan ibu menjadi depresi. Studi ini bertujuan mengetahui hubungan dukungan sosial dengan depresi ibu pasca persalinan. Analisis menggunakan data Indonesia Family Life Survey (IFLS) 5 tahun 2014. Sampel dalam analisis adalah seluruh ibu berusia 15 tahun ke atas yang menikah dan memiliki bayi berusia 2-24 minggu. Variabel bebas yang dianalisis meliputi keberadaan pasangan, keberadaan kerabat lain, keikutsertaan ibu dalam arisan, dan karakteristik ibu (usia, pendidikan dan pekerjaan). Data dianalisis dari 593 ibu yang memiliki variabel lengkap dengan menggunakan analisis regresi logistik berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa ketidakberadaan suami berpengaruh signifikan terhadap depresi pasca persalinan (p -value=0,001; OR=2,81). Keberadaan kerabat lain dan usia ibu merupakan variabel confounding terhadap depresi ibu pasca bersalin. Ibu yang tidak tinggal bersama pasangannya memiliki risiko depresi 2,81 kali lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang tinggal dengan pasangannya setelah dikontrol variabel keberadaan kerabat lain dan usia ibu. Ibu pasca bersalin disarankan didampingi oleh pasangan selama pengasuhan bayi.

Kata Kunci: pasca persalinan, depresi, dukungan sosial, pasangan.

ABSTRACT

A mother who just gave birth needs to psychological support from her closest people. Lack of support from the closest people triggers her emotions that lead to depression. This study aims to determine the relationship between social support and postpartum depression. The analysis used Indonesia Family Life Survey (IFLS) 5 data in 2014. The samples were all mothers aged 15 years old and above who married and had babies aged 2-24 weeks. The independent variables included the presence of a spouse, the presence of other relatives, the participation of the mother in the social gathering, and the characteristics of the mother (age, education and occupation). Data were from 593 mothers who had complete variables using multiple logistic regression analysis. The analysis showed that the absence of a husband had a significant effect on postpartum depression (p -value = 0.001; OR = 2.81). Both the presence of other relatives and the maternal age are confounding variables for postpartum maternal depression. Mothers who did not stay with their partners had a risk of depression 2.81 times higher than those who did. It was controlled by the presence of other relatives and the age of the mother. Postpartum mothers have to be accompanied by her partner during babysitting.

Keywords: postpartum, depression, social support, partner.

Korespondensi:

Tri Wurisastuti

Puslitbang Upaya Kesehatan Masyarakat, Badan Litbang Kesehatan

E-mail: triwurisastuti88@gmail.com

PENDAHULUAN

Periode pasca persalinan merupakan periode penting bagi seorang ibu dan keluarganya, khususnya ibu yang baru pertama kali melahirkan karena membutuhkan banyak informasi dan bantuan pada periode ini. (Tambag *et al.*, 2018) Ibu baru melahirkan memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah gangguan perasaan yang serius, terutama depresi pasca persalinan. Depresi pasca persalinan merupakan komplikasi paling umum dari pengaruh persalinan yaitu sekitar 10-15% wanita yang baru melahirkan mengalami hal ini (Stewart *et al.*, 2003). Biasanya gangguan ini terjadi antara 2-8 minggu setelah melahirkan, dapat juga berlanjut sampai dengan satu tahun dan bisa juga berubah menjadi gangguan yang lebih parah yaitu psikosis (Tambag *et al.*, 2018) (Stewart *et al.*, 2003).

Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi depresi di Indonesia mencapai 6,1% dan tersebar di seluruh Indonesia, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Terdapat 7,4% perempuan yang mengalami depresi dan 5,8% terjadi pada wanita usia subur usia 10-54 tahun (Kemenkes RI, 2014).

Ibu yang mengalami depresi pasca persalinan ditandai dengan adanya perasaan sedih, mudah marah dan ingin marah saja, gelisah, hilangnya minat dan semangat yang nyata dalam aktivitas sehari-hari yang sebelumnya disukai, enggan dan malas mengurus anaknya, sulit tidur atau terlalu banyak tidur, nafsu makan menurun atau sebaliknya meningkat sehingga mengalami penurunan atau kenaikan berat badan, merasa lelah atau kehilangan energi, kemampuan berpikir dan konsentrasinya menurun, merasa bersalah, merasa tidak berguna hingga putus asa dan mempunyai ide-ide kematian yang berulang (Lubis, 2016).

Kondisi depresi pasca persalinan dapat dipicu dari faktor internal maupun eksternal seorang ibu. Depresi dan kecemasan yang terjadi saat hamil, riwayat depresi, pendapatan yang rendah, tidak adanya dukungan dari keluarga selama hamil dan setelah persalinan, tidak adanya rasa menghargai diri sendiri, memiliki banyak anak, kehamilan yang tidak direncanakan, tidak memiliki pengalaman, usia ibu yang terlalu muda, hubungan pernikahan yang buruk, dan masalah pengasuhan anak merupakan faktor risiko terjadinya depresi pasca persalinan (Stewart *et al.*, 2003) (Norhayati *et al.*, 2015).

Kurangnya dukungan sosial juga merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan risiko depresi pasca persalinan. Dukungan sosial dapat berupa

dukungan instrumental, emosional, informasional dan dukungan penilaian. (Tang, Zhu and Zhang, 2016). Dukungan instrumental berupa bantuan nyata atau tawaran, uang, waktu dan sumber daya yang bermanfaat seperti bantuan untuk menjaga anak ataupun bantuan mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Dukungan emosional dapat berupa rasa cinta, rasa menghargai, rasa empati dan berupa dorongan supaya ibu yang baru melahirkan merasa dihargai. Dukungan emosional biasanya diberikan oleh orang-orang terdekatnya untuk mengurangi rasa tertekan si ibu (Reid and Taylor, 2015). Sedangkan dukungan informasi berupa pemberian pengetahuan, saran dan pendidikan, sedangkan dukungan penilaian adalah sikap yang berisi pernyataan penerimaan dan jaminan (Tang, Zhu and Zhang, 2016).

Sumber dukungan sosial untuk ibu yang baru melahirkan berasal dari berbagai sumber. Dukungan instrumental seperti merawat bayi, memasak dan berbelanja umumnya didapatkan responden dari ibu mereka, ibu mertua dan perawat bayi. Dukungan emosional yang paling diharapkan adalah dukungan dari pasangannya baik pada proses persalinan ataupun setelahnya. Dukungan informasi dapat diperoleh dari dokter, teman dan internet untuk mencari informasi seputar kehamilan dan hal-hal yang berkaitan dengan bayi baru lahir seperti mengenai menyusui eksklusif (Tang, Zhu and Zhang, 2016).

Dukungan sosial pada ibu yang baru melahirkan mampu meningkatkan rasa kepercayaan diri yang cukup, sehingga menguatkan peran seorang ibu dan secara tidak langsung berpengaruh terhadap kesehatan ibu dan bayinya. dan juga berpengaruh positif pada hubungan pernikahannya (Johansson, Benderix and Svensson, 2020).

Oleh karena itu dirasa perlu dilakukan penelitian mengenai berbagai jenis dukungan sosial yang berhubungan dengan gejala depresi ibu pasca persalinan untuk mengetahui penanggulangan depresi ibu pasca persalinan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap depresi pasca persalinan.

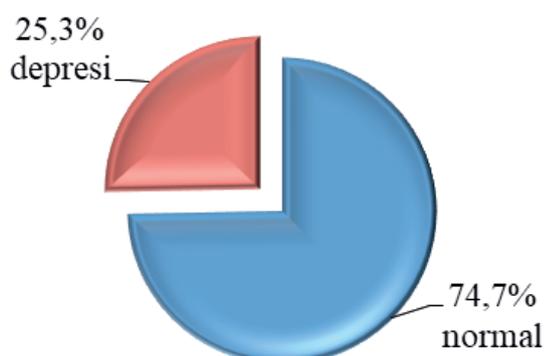
METODE

Desain penelitian ini *cross sectional* menggunakan data sekunder yang bersumber dari hasil Survei Aspek Kehidupan Rumah Tangga Indonesia (SAKERTI) atau *Indonesia Family Life Survey (IFLS)* 5 tahun 2014 (Eratosthenes, 2014).

Sampel pada penelitian ini yaitu seluruh ibu yang berumur 15 tahun ke atas yang berstatus menikah dan memiliki bayi berusia 2-24 minggu serta terpilih dalam sampel IFLS tahun 2014. Sejumlah 593 ibu yang memenuhi kriteria tersebut. Variabel dependen yang akan diteliti adalah kesehatan mental ibu (gejala depresi) yang dibentuk dari sepuluh pertanyaan dari instrumen *Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D)* yang meliputi (Eratosthenes, 2014):

1. saya terganggu dengan hal-hal yang biasanya tidak mengganggu saya
2. saya sulit berkonsentrasi pada apa yang saya lakukan
3. saya merasa tertekan
4. saya merasa apa yang saya lakukan adalah sia-sia
5. saya memiliki harapan tentang masa depan
6. saya merasa takut
7. saya merasa gelisah saat tidur
8. saya merasa bahagia
9. saya merasa kesepian
10. saya tidak bebas bepergian

Sepuluh pertanyaan tersebut memiliki 4 rentang pilihan jawaban dengan skor 0 sampai 3. jumlah skor ≤ 9 dikategorikan normal (0) dan jumlah skor ≥ 10 dikategorikan depresi (1). Variabel independen yang diteliti meliputi karakteristik ibu dan dukungan sosial yang diterima. Karakteristik ibu meliputi usia, tingkat pendidikan, status pekerjaan dan wilayah tempat tinggal. Sedangkan variabel dukungan sosial meliputi tinggal bersama dengan pasangan, keberadaan kerabat dan kepesertaan dalam arisan.



Gambar 1. Depresi pada Ibu Pasca Persalinan menurut Usia Anak

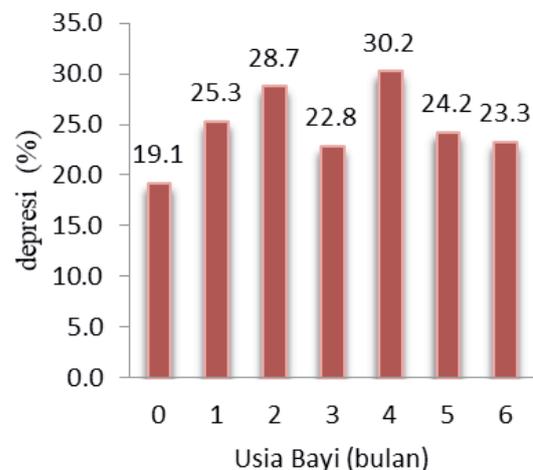
Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi logistik berganda. Regresi Logistik adalah suatu teknik analisis statistika yang digunakan untuk menganalisis data yang variabel dependennya memiliki dua kategori atau lebih dengan satu atau lebih variabel bebas berskala kategori atau kontinu (Hosmer DW, 2000).

Model regresi logistik biner merupakan model yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel-variabel independen dengan variabel dependen yang bersifat biner. Dengan menggunakan metode *backward elimination*, variabel-variabel yang tidak signifikan (nilai $p > 0,05$) dikeluarkan satu per satu hingga variabel yang ada dalam model hanya variabel yang nyata. Dalam setiap proses eliminasi akan dicek keberadaan konfounding (perubahan $OR \geq 10$). Variabel yang menjadi konfounding tidak dikeluarkan dalam model (Hastono, 2016).

HASIL

Dalam analisis ini, banyaknya ibu yang memiliki bayi usia 2-24 minggu yang menjadi sampel dalam analisis ini sebanyak 593 dengan sejumlah 150 ibu yang mengalami gejala depresi (25,3%). (Gambar 1).

Berdasarkan Gambar 2, dari keseluruhan responden, depresi ibu terus meningkat saat usia bayi 0 bulan sampai dengan 2 bulan, kemudian mengalami penurunan di usia bayi 3 bulan, dan meningkat cukup tinggi di usia 4 bulan, setelah itu depresi ibu mulai menurun kembali di usia bayi 5 sampai 6 bulan.



Gambar 2. Persentase Gejala Depresi Ibu Pasca Persalinan menurut Usia Anak

Mayoritas ibu berusia 21 sampai dengan 40 tahun (84,4%), dan 58,2% ibu berstatus tidak bekerja selama 6 bulan terakhir, pendidikan terakhir ibu sebagian besar di bawah SMA (49,4%), tempat tinggal ibu sebagian besar di perkotaan (56,8%), sebanyak 45,4% ibu yang ikut serta dalam perkumpulan arisan, sebagian besar ibu yang berstatus menikah mengaku tinggal bersama pasangan (88,9%) sedangkan 11,1% mengaku tidak tinggal bersama pasangannya (Tabel 1).

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden hanya tinggal bersama keluarga inti saja (46,5%), sekitar 25,1% responden tinggal bersama orang tuanya, dan 19,2% responden tinggal bersama mertuanya selain dengan suaminya, 5,2% ada saudara yang ikut tinggal bersama responden,

Tabel 1. Karakteristik dan Dukungan Sosial pada Ibu Pasca Persalinan

| Karakteristik Ibu | n | % |
|------------------------------------|-----|------|
| Karakteristik | | |
| Usia (Tahun) | | |
| >=41 | 17 | 2,9 |
| 20-41 | 503 | 84,8 |
| <=20 | 73 | 12,3 |
| Status pekerjaan | | |
| Bekerja | 248 | 41,8 |
| Tidak Bekerja | 345 | 58,2 |
| Pendidikan | | |
| >D1 | 106 | 17,9 |
| SMA | 194 | 32,7 |
| <SMA | 293 | 49,4 |
| Tempat tinggal | | |
| Pedesaan | 256 | 43,2 |
| Perkotaan | 337 | 56,8 |
| Dukungan Sosial | | |
| Tinggal bersama pasangan | | |
| Ya | 527 | 88,9 |
| Tidak | 66 | 11,1 |
| Keberadaan kerabat di rumah | | |
| Tidak ada | 276 | 46,5 |
| Orang tua | 149 | 25,1 |
| Mertua | 114 | 19,2 |
| Saudara lainnya | 31 | 5,2 |
| Bukan saudara | 23 | 3,9 |
| Ikut arisan | | |
| Ya | 269 | 45,4 |
| Tidak | 324 | 54,6 |

dan 3,9% ada orang lain yang bukan saudara tinggal bersama responden.

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa gejala depresi pasca persalinan lebih tinggi pada ibu yang berusia >=41 tahun (41,2%), yang disusul pada ibu berusia di bawah 21 tahun (37,0%). Persentase terendah pada ibu berusia antara 20 sampai dengan 41 tahun (23,1%).

Gejala depresi ibu pasca persalinan lebih tinggi terjadi pada ibu yang tidak bekerja (27,0%), pendidikan <SMA (29,7%), dan tinggal di pedesaan (28,5%). Pada ibu yang tidak tinggal bersama suaminya, lebih banyak yang mengalami gejala depresi pasca

Tabel 2. Hubungan Karakteristik dan Dukungan Sosial terhadap Depresi pada Ibu Pasca Persalinan

| Variabel Ibu | Kesehatan Mental (%) | | p-value |
|-----------------------------------|----------------------|---------|---------|
| | Normal | Depresi | |
| Karakteristik | | | |
| Usia (tahun) | | | |
| >=41 | 58,8 | 41,2 | 0,016 |
| 20-41 | 76,9 | 23,1 | |
| <=20 | 63,0 | 37,0 | |
| Status pekerjaan | | | |
| Bekerja | 73,0 | 27,0 | 0,415 |
| Tidak Bekerja | 75,9 | 24,1 | |
| Pendidikan | | | |
| >D1 | 81,1 | 18,9 | 0,041 |
| SMA | 77,8 | 22,2 | |
| <SMA | 70,3 | 29,7 | |
| Tempat tinggal | | | |
| Pedesaan | 71,5 | 28,5 | 0,117 |
| Perkotaan | 77,2 | 22,8 | |
| Dukungan Sosial | | | |
| Tinggal bersama pasangan | | | |
| Ya | 77,2 | 22,8 | 0,000 |
| Tidak | 54,5 | 45,5 | |
| Keberadaan kerabat dirumah | | | |
| Tidak ada/ keluarga inti | 77,5 | 22,5 | 0,229 |
| Orang tua | 74,5 | 25,5 | |
| Mertua | 69,3 | 30,7 | |
| Saudara | 80,6 | 19,4 | |
| Bukan- saudara | 60,9 | 39,1 | |
| Ikut arisan | | | |
| Ya | 77,0 | 23,0 | 0,25 |
| Tidak | 72,8 | 27,2 | |

Tabel 3. Analisis regresi logistik pada ibu depresi pasca persalinan

| Variabel | P-value | OR |
|------------------------------------|---------|------|
| Tinggal Bersama Pasangan | | |
| Ya | 0,001 | |
| Tidak | | 2,81 |
| Usia (Tahun) | | |
| >=41 | 0,014 | |
| 20-41 | 0,060 | 0,38 |
| <=20 | 0,577 | 0,73 |
| Keberadaan Kerabat di Rumah | | |
| Tidak ada/keluarga inti | 0,845 | |
| Orang tua | 0,971 | 1,01 |
| Mertua | 0,350 | 1,28 |
| Saudara | 0,642 | 0,80 |
| Bukan-saudara | 0,795 | 1,14 |

melahirkan (45,5%) dibandingkan pada ibu tinggal bersama suaminya (22,8%) (Tabel.2).

Pada ibu yang hanya tinggal bersama keluarga intinya saja (baik didampingi suami ataupun tidak), ada sebanyak 22,5% ibu yang mengalami gejala depresi. Sedangkan pada ibu yang tinggal bersama orang tuanya, ada sebanyak 25,5% ibu yang mengalami depresi. Selain itu, ada 30,7% ibu yang tinggal bersama mertuanya mengalami depresi pasca persalinan. Ada 19,4% ibu yang tinggal bersama saudara lainnya dan mengalami depresi. Dan pada ibu yang dirumahnya terdapat orang lain/ bukan saudara, ada 39,1% mengalami depresi pasca persalinan (Tabel 2).

Hasil analisis regresi berganda diperoleh variabel dukungan sosial yang berhubungan dengan depresi pasca persalinan adalah variabel keberadaan pasangan. Sedangkan variabel keberadaan kerabat di rumah dan usia ibu menjadi variabel konfounding. Hasil analisis didapatkan Odds Ratio (OR) dari variabel keberadaan pasangan adalah 2,81, Artinya ibu yang tidak tinggal bersama pasangannya memiliki peluang 2,8 kali lebih tinggi mengalami depresi pasca persalinan dibandingkan ibu yang tinggal bersama pasangannya. (Tabel 3).

PEMBAHASAN

Pasca persalinan merupakan bagian dari periode perinatal, yang merupakan periode kritis bagi seorang ibu, anak dan seluruh anggota keluarga.

Masalah psikiatri pun dapat muncul selama periode ini, dengan depresi dan kecemasan menjadi masalah yang sering muncul (Hadi, Shirazi and Soraya, 2019). Gangguan mental ibu pada periode perinatal dapat mengganggu hubungan kelekatan (*attachment*) antara ibu dan anak, dimana kelekatan ini sangat penting dalam fungsi pengasuhan (Stein *et al.*, 2014). Praktek perawatan bayi juga dapat dipengaruhi oleh kesehatan jiwa ibu. Ibu dengan depresi akan lebih buruk dalam menyusui bayi, yaitu intensitas pemberian ASI lebih sedikit dibandingkan pada ibu yang tidak depresi. Serta ibu dengan depresi cenderung memberikan makanan tambahan (seperti sereal) dalam botol susu anaknya (Gaffney *et al.*, 2014).

Penelitian kami menunjukkan 25,3% responden mengalami gejala depresi pada pasca persalinan. Kondisi ini hampir sama dengan gambaran di Amerika, melalui studi Gaffney yang menyebutkan sejumlah 24,1% dari 1.447 ibu mengalami depresi postpartum (Gaffney *et al.*, 2014). Temuan yang sama pada studi di Ethiopia dengan hasil sejumlah 25% ibu pasca persalinan mengalami depresi (Asaye, Muche and Zelalem, 2020). Namun hasil kami sedikit lebih tinggi dari kondisi di Brazil, dimana depresi postpartum sebesar 16,5% (Silva *et al.*, 2012), dan juga lebih tinggi dibandingkan kondisi 6 bulan depresi postpartum di Maroko (11,8%) (Agoub, M., Moussaoui, D., Battas, 2005) dan Pakistan (10,1%) (Ali, Ali and Azam, 2009), dan lebih rendah dari Turki yang menunjukkan hasil 38,2% depresi postpartum pada 6 bulan (Aydin N, Inandi T, 2005).

Penelitian kami menemukan ibu yang tidak tinggal bersama pasangannya berpeluang lebih tinggi mengalami depresi pasca persalinan dibandingkan dengan ibu yang tinggal bersama pasangannya. Sama halnya dengan hasil studi Ravi Prakash di India yang menyatakan bahwa salah satu faktor risiko terjadi depresi pasca persalinan adalah kurangnya dukungan dari suami. Wanita hidup bersama dengan ayah si bayi memiliki lebih sedikit gejala depresi pasca persalinan dibandingkan dengan wanita yang dipisahkan dari pasangannya selama tahun pertama setelah persalinan (R.P. *et al.*, 2017).

Dalam sebuah studi yang dilakukan Yim, di sebuah wilayah di California dimana kaum wanita menjadi kaum minoritas, keberadaan pasangan menjadi pelindung bagi istrinya dan dapat mencegah gejala depresi pasca persalinan supaya tidak bertambah parah. (Yim *et al.*, 2015; Nasr *et al.*, 2020) Penelitian Nasr juga menyatakan bahwa ada hubungan yang

signifikan antara kurangnya dukungan suami dengan depresi pasca persalinan (P -value = 0.023) dengan $OR= 4,53$ (Nasr *et al.*, 2020). Didukung pula dengan penelitian Wubetu yang menyatakan bahwa wanita yang tidak memiliki pasangan memiliki risiko 4x lebih tinggi mengalami depresi pasca persalinan dibandingkan dengan wanita yang memiliki pasangan ($OR=4,17$) (Wubetu, Engidaw and Gizachew, 2020).

Adanya perlindungan dari suami membuat sang istri merasa disayang dan diperhatikan serta merasa terlindungi sehingga kondisi psikologis ibu yang baru saja mengalami proses persalinan akan terjaga (Nasr *et al.*, 2020; Stuchbery, Matthey and Barnett, 1998). Suami-istri adalah pasangan hidup. Seorang istri diharapkan dapat mencurahkan segala kegelisahan yang dialami pada pasangannya, terutama masalah kekhawatiran dan perasaan psikologi negatif selama pasca persalinan. Dalam artikel Johansson menyatakan bahwa seorang ibu merasa sangat sedih ketika suaminya tidak diijinkan menemaninya berada di rumah sakit setelah melahirkan. Ibu tersebut merasa takut, merasa sendirian, dan merasa bingung harus melakukan apa terhadap bayinya, disamping dengan rasa sakit akibat persalinan yang masih membekas dan badan terasa masih sangat lelah. Ibu hanya bisa menangis karena baginya merupakan hal yang memalukan jika meminta bantuan kepada perawat untuk memberitahunya apa yang harus dia lakukan terhadap bayinya (Johansson, Benderix and Svensson, 2020).

Selain butuh dukungan psikologis dari suami, istri juga membutuhkan bantuan saran atau pikiran dari suami. Suami dapat membantu membuat keputusan apakah akan mencari perawatan saat ini atau dimana layanan kesehatan yang akan diberikan untuk istri dan bayinya pada masa pasca persalinan, dimana pada masa ini, mungkin saja akan terjadi komplikasi kesehatan pada istri dan bayinya. seluruh keputusan ini hanya dapat diputuskan oleh suami karena suami memiliki tanggung jawab terhadap kesehatan istri dan anak-anaknya disamping tanggung jawab mencari pendapatan. (Mahiti *et al.*, 2017) Komitmen pasangan dalam membantu saat istri membutuhkan bantuan, kesepakatan dalam perawatan bayi dan keterlibatan pasangan dalam kegiatan rumah tangga, mampu melindungi ibu dari kondisi payah yang dapat memicu depresi (Dennis C, 2006).

Kehadiran suami pada masa pasca persalinan juga dapat memberikan dukungan tenaga kepada istrinya dalam hal membantu pengasuhan anak dan

membantu pekerjaan rumah tangga yang sifatnya lebih menggunakan kekuatan fisik (Mahiti *et al.*, 2017). Diketahui bahwa pasangan yang berpartisipasi dalam kegiatan sehari-hari dalam perawatan anak dapat mengurangi risiko timbulnya gejala depresi diantara pasangannya dan dapat mencegah insiden yang membahayakan ibu dan anaknya (Nasr *et al.*, 2020). Jika suami tidak ada atau terlalu sibuk bekerja, istri merasa tertekan dengan tanggungjawab terhadap anak yang harus ditanggung sendiri. Istri akan merasa ditinggalkan dan kemudian timbul rasa menyalahkan diri mereka sendiri dan memperburuk gejala depresi (Johansson, Benderix and Svensson, 2020).

Ibu pasca persalinan juga membutuhkan dukungan instrumental. Dukungan instrumental terutama diterima oleh responden dari suami, anggota keluarga dekat, dan teman. Suami dapat menyewa layanan pembersihan rumah, layanan perawatan bayi atau anak-anak yang lebih besar dan layanan jasa pemesanan makanan, dimana kurangnya dukungan ini merupakan sumber stres potensial seorang ibu yang baru saja melahirkan dikarenakan badannya yang masih lelah akibat persalinan (Lubker Cornish and Roberts Dobie, 2018).

Ibu dengan depresi pasca persalinan memiliki harga diri yang lebih rendah daripada ibu tanpa depresi. Ibu yang depresi juga dilaporkan kurang bahagia, dan lebih sedih daripada ibu tanpa depresi. Selain itu, Ibu dengan tinggi skor depresi memiliki tingkat kemarahan yang jauh lebih tinggi. Dibandingkan dengan ibu tanpa depresi, ibu yang didiagnosis menderita depresi pada minggu pertama setelah melahirkan akan terus menderita depresi sampai 1 tahun setelah melahirkan (Slomian *et al.*, 2019).

Dalam penelitian Slomian menyatakan bahwa ibu yang melakukan aktivitas seksual pada tahun pertama setelah persalinan memiliki skor depresi yang lebih rendah daripada ibu yang tidak melanjutkan aktivitas seksual selama periode postpartum. Hal ini dapat terlaksana jika pasangannya berada disisinya (Slomian *et al.*, 2019). Disamping itu, ibu yang tidak ditemani pasangannya akan merasa salah memilih pasangan karena merasa pasangannya tidak melakukan tanggung jawabnya dengan benar. Hal inilah yang kemudian berimbas pada kurangnya keintiman dan hasrat seksual yang memberi tekanan pada kualitas pernikahan yang negatif sehingga akhirnya memicu munculnya gejala depresi. Dampak

dari kejadian ini beberapa pasangan memutuskan berpisah (Johansson, Benderix and Svensson, 2020).

Seorang Ibu yang baru saja melahirkan juga membutuhkan bantuan orangtua ataupun dari keluarga wanita yang mungkin saja lebih paham dalam mengidentifikasi masalah postpartum (Mahiti *et al.*, 2017). Seperti dalam studi yang dilakukan Yim menyatakan bahwa Dukungan dari keluarga wanita, terutama ibunya, memiliki hubungan negative yang signifikan terhadap kejadian depresi pasca persalinan (Yim *et al.*, 2015). Namun menurut Johansson, tinggal bersama suami lebih baik dibandingkan dengan tinggal bersama orang tua, karena tinggal bersama orang tua masih memungkinkan ada tekanan dari orang tua, misalnya mengenai syarat jenis kelamin anak-anak harus berjenis kelamin laki-laki atau sebaliknya (Johansson, Benderix and Svensson, 2020). Sama halnya dengan penelitian Wang di Cina menyatakan bahwa wanita yang tinggal bersama mertuanya setelah melahirkan memiliki risiko 2,48 kali lebih tinggi dibandingkan dengan hanya tinggal bersama suaminya (Wang *et al.*, 2017).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dukungan sosial yang berpengaruh terhadap gejala depresi pasca persalinan adalah keberadaan suami. Ibu yang tidak tinggal bersama suaminya memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami gejala depresi dibandingkan dengan ibu yang tinggal bersama suaminya.

Saran

Ibu pasca bersalin disarankan didampingi oleh suaminya selama masa pengasuhan bayi untuk mengurangi gejala depresi pada ibu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Survey meter sebagai penyedia data sehingga tim penulis dapat melakukan analisis lanjut data Survei Aspek Kehidupan Rumah Tangga Indonesia (SAKERTI) atau *Indonesia Family Life Survey (IFLS) 5* tahun 2014. Ucapan terima kasih juga kami ucapkan pada Dr. Nunik Kusumawardani, M.Sc.Ph yang telah memberikan saran sehingga artikel ini dapat diselesaikan oleh tim penulis dengan baik.

KONTRIBUTOR PENULIS

Tri Wurisastuti adalah kontributor utama dalam penulisan yang berperan dalam membuat konsep analisis, melakukan analisis serta melakukan penulisan. Rofingatul Mubasyiroh adalah kontributor anggota yang berperan dalam penyiapan data, narasi hasil dan penulisan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoub, M., Moussaoui, D., Battas, O. (2005) 'Prevalence of postpartum depression in a Moroccan sample. Arch', *Womens Ment. Health*, 8, pp. 37–43.
- Ali, N. S., Ali, B. S. and Azam, I. S. (2009) 'Post partum anxiety and depression in peri-urban communities of Karachi, Pakistan: a quasi-experimental study.', *BMC public health*, 9(November 2015), p. 384. doi: 10.1186/1471-2458-9-384.
- Asaye, M. M., Muche, H. A. and Zelalem, E. D. (2020) 'Prevalence and Predictors of Postpartum Depression: Northwest Ethiopia', *Psychiatry Journal*, 2020, pp. 1–9. doi: 10.1155/2020/9565678.
- Aydin N, Inandi T, K. N. (2005) 'Depression and Associated Factors Among Women Within Their First Postnatal Year in Erzurum Province in Eastern Turkey', *Women & Health*, 41(2), pp. 1–12. doi: 10.1300/J013v41n02_01.
- Dennis C, R. L. (2006) 'Women's perceptions of partner support and conflict in the development of postpartum depressive symptoms', *Journal of advanced nursing*, 6(6), pp. 588–599.
- Eratosthenes, H. (2014) 'Book 3', in *Eratosthenes' 'Geography'*. Kuesioner Indonesia Family Life Survey (IFLS) 5 2014, pp. 69–108. doi: 10.1515/9781400832217.69.
- Gaffney, K. F. *et al.* (2014) 'Postpartum depression, infant feeding practices, and infant weight gain at six months of age', *Journal of Pediatric Health Care*. Elsevier Ltd, 28(1), pp. 43–50. doi: 10.1016/j.pedhc.2012.10.005.
- Hadi, F., Shirazi, E. and Soraya, S. (2019) 'Perinatal mental health: A public health concern', *International Journal of Fertility and Sterility*, 13(1), pp. 86–87. doi: 10.22074/ijfs.2019.5613.
- Hastono, S. P. (2016) 'Analisa Data Bidang Kesehatan', pp. 1–212.
- Hosmer DW, L. S. (2000) *Applied logistic regression*. United States of America: John Sons.
- Johansson, M., Benderix, Y. and Svensson, I. (2020) 'Mothers' and fathers' lived experiences of postpartum depression and parental stress after childbirth: a qualitative study', *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. Taylor & Francis, 15(1). doi: 10.1080/17482631.2020.1722564.

- Kemenkes RI, B. P. dan P. (Balitbang) (2014) 'Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018', *Riset Kesehatan Dasar 2018*, pp. 182–183.
- Lubis, N. L. (2016) *Depresi Tinjauan Psikologis*. 2nd edn. Jakarta: Kencana.
- Lubker Cornish, D. and Roberts Dobie, S. (2018) 'Social Support in the "Fourth Trimester": A Qualitative Analysis of Women at 1 Month and 3 Months Postpartum', *The Journal of Perinatal Education*, 27(4), pp. 233–242. doi: 10.1891/1058-1243.27.4.233.
- Mahiti, G. R. *et al.* (2017) 'Perceptions about the cultural practices of male partners during postpartum care in rural Tanzania: A qualitative study', *Global Health Action*. Taylor & Francis, 10(1). doi: 10.1080/16549716.2017.1361184.
- Nasr, R. S. Al *et al.* (2020) 'Prevalence and predictors of postpartum depression in Riyadh, Saudi Arabia: A cross sectional study', *PLoS ONE*, 15(2), pp. 1–13. doi: 10.1371/journal.pone.0228666.
- Norhayati, M. N. *et al.* (2015) 'Magnitude and risk factors for postpartum symptoms: A literature review', *Journal of Affective Disorders*, 175, pp. 34–52. doi: 10.1016/j.jad.2014.12.041.
- R.P., U. *et al.* (2017) 'Postpartum depression in india: A systematic review and meta-analysis', *Bulletin of the World Health Organization*, 95(10), pp. 706–717. doi: 10.2471/BLT.17.192237.
- Reid, K. M. and Taylor, M. G. (2015) 'Social support, stress, and maternal postpartum depression: A comparison of supportive relationships', *Social Science Research*. Elsevier Inc., 54, pp. 246–262. doi: 10.1016/j.ssrresearch.2015.08.009.
- Silva, R. *et al.* (2012) 'Revista Brasileira de Psiquiatria a cohort study in the public health care system', 34(2), pp. 143–148.
- Slomian, J. *et al.* (2019) *Consequences of maternal postpartum depression: A systematic review of maternal and infant outcomes*, *Women's Health*. doi: 10.1177/1745506519844044.
- Stein, A. *et al.* (2014) 'Effects of perinatal mental disorders on the fetus and child', *The Lancet*. Elsevier Ltd, 384(9956), pp. 1800–1819. doi: 10.1016/S0140-6736(14)61277-0.
- Stewart, D. E. *et al.* (2003) 'Postpartum Depression: Literature review of risk factors and interventions', *WHO publication*, (October), p. 289. Available at: http://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/lit_review_postpartum_depression.pdf.
- Stuchbery, M., Matthey, S. and Barnett, B. (1998) 'Postnatal depression and social supports in Vietnamese, Arabic and Anglo-Celtic mothers.', *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*. Germany, 33(10), pp. 483–490. doi: 10.1007/s001270050083.
- Tambag, H. *et al.* (2018) 'Perceived social support and depression levels of women in the postpartum period in Hatay, Turkey', *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 21(11), pp. 1525–1530. doi: 10.4103/njcp.njcp_285_17.
- Tang, L., Zhu, R. and Zhang, X. (2016) 'Postpartum Depression and Social Support in China: A Cultural Perspective', *Journal of Health Communication*, 21(9), pp. 1055–1061. doi: 10.1080/10810730.2016.1204384.
- Wang, Y. Y. *et al.* (2017) 'Living with parents or with parents-in-law and postpartum depression: A preliminary investigation in China', *Journal of Affective Disorders*. Elsevier B.V., 218, pp. 335–338. doi: 10.1016/j.jad.2017.04.052.
- Wubetu, A. D., Engidaw, N. A. and Gizachew, K. D. (2020) 'Prevalence of postpartum depression and associated factors among postnatal care attendees in Debre Berhan, Ethiopia, 2018', *BMC Pregnancy and Childbirth*. BMC Pregnancy and Childbirth, 20(1), pp. 1–9. doi: 10.1186/s12884-020-02873-4.
- Yim, I. S. *et al.* (2015) 'Biological and Psychosocial Predictors of Postpartum Depression : Systematic Review and Call for Integration', *Annual Review of Clinical Psychology*, 11, pp. 99–137. doi: 10.1146/annurev-clinpsy-101414-020426.Biological.