

Hubungan Dukungan Suami dengan Risiko *Baby Blues* pada Ibu *Postpartum* di BPM Kecamatan Purwosari

Della Ameilia Firdhyanti¹, Juliati Koesrini^{2*}, Alfunnafi Fahrul³

¹Program S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, ITS RS dr. Soepraoen

^{2,3}Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraen

E-mail: juliatikoesrini@itsk-soepraoen.ac.id^{2*}

Article Info	Abstract
Article History Received: 2025-12-26 Revised: 2026-03-05 Published: 2026-03-30 Keywords: <i>baby blues; husband support; postpartum</i>	<i>Baby blues is a mild emotional disturbance that generally occurs within one to two weeks after delivery. This study aimed to analyze the relationship between husband's involvement and the risk of baby blues in postpartum mothers at the BPM (Healthy Family Planning Agency) in Purwosari District. The study used a quantitative cross-sectional design with 35 respondents. Husband's involvement was measured using the PSSQ and the risk of baby blues using the PHQ-9, then analyzed using the Spearman correlation test. The results showed a significant negative relationship between husband's involvement and the risk of baby blues ($r = -0.549$; $p = 0.001$). This finding suggests that the higher the husband's involvement, the lower the risk of baby blues in postpartum mothers. Thus, husband's involvement plays a protective role in maintaining maternal emotional stability during the postpartum period.</i>
Artikel Info	Abstrak
Sejarah Artikel Diterima: 2025-12-26 Direvisi: 2026-03-05 Dipublikasi: 2026-03-30 Kata kunci: <i>baby blues; dukungan suami; postpartum</i>	<i>Baby blues merupakan gangguan emosional ringan yang umumnya terjadi dalam satu hingga dua minggu setelah persalinan. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan keterlibatan suami dengan risiko baby blues pada ibu postpartum di BPM Kecamatan Purwosari. Penelitian menggunakan desain kuantitatif potong lintang dengan 35 responden. Keterlibatan suami diukur menggunakan PSSQ dan risiko baby blues menggunakan PHQ-9, kemudian dianalisis dengan uji korelasi Spearman. Hasil menunjukkan adanya hubungan negatif yang bermakna antara keterlibatan suami dan risiko baby blues ($r = -0,549$; $p = 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan suami, semakin rendah risiko baby blues pada ibu postpartum. Dengan demikian, keterlibatan suami berperan sebagai faktor protektif dalam menjaga stabilitas emosional ibu selama masa nifas.</i>

PENDAHULUAN

Masa *postpartum* atau masa nifas merupakan periode sejak keluarnya plasenta hingga enam minggu setelah persalinan yang ditandai dengan perubahan fisiologis dan psikologis yang signifikan (Nurhayati et al., 2024). Penurunan hormon estrogen dan progesteron, kelelahan fisik, serta tuntutan adaptasi terhadap peran baru meningkatkan kerentanan ibu terhadap gangguan kesehatan mental (Rika, 2023). Perubahan biologis tersebut juga berkaitan dengan respons stres dan regulasi neuroendokrin yang berkontribusi terhadap gangguan suasana perasaan pada

ibu *postpartum* (Yim et al., 2015). Salah satu gangguan yang umum terjadi adalah *baby blues*, yaitu gangguan emosional ringan yang muncul pada 3-14 hari pascapersalinan dan ditandai dengan perubahan mood, mudah menangis, kecemasan, serta kelelahan emosional (Dewi et al., 2024). Meskipun bersifat sementara, kondisi ini dapat berkembang menjadi depresi *postpartum* apabila tidak ditangani secara tepat (Sari et al., 2023). Depresi *postpartum* sendiri diketahui memiliki dampak jangka panjang terhadap kesejahteraan ibu, bayi, dan keluarga (Qi et al., 2022; Slomian et al., 2019).

Prevalensi *baby blues* dilaporkan cukup tinggi. Secara global angkanya berkisar 3–8% (Dewi et al., 2024), sedangkan meta-analisis di Asia menunjukkan prevalensi 33,1% dan di Indonesia berkisar 37–67% (Rezaie-Keikhaie et al., 2020). Di Jawa Timur, prevalensi dilaporkan mencapai 70% di Kabupaten Pasuruan (Dinkes, 2023). Data nasional juga menunjukkan bahwa gangguan psikologis pascapersalinan masih menjadi masalah kesehatan maternal yang memerlukan perhatian serius (Manurung & Setyowati, 2021).

Terjadinya *baby blues* dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, dan sosial (Purwati & Noviyana, 2020). Salah satu faktor protektif yang berperan penting adalah dukungan suami, baik dalam bentuk dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan (Wiyanto & Ambarwati, 2021). Dukungan yang memadai terbukti membantu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan adaptasi psikologis ibu selama masa nifas (Ilmiah & Rustida, 2022). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa keterlibatan suami secara aktif berhubungan dengan penurunan risiko gangguan emosional pascapersalinan (Ilmiah et al., 2023). Dukungan tersebut tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga mencakup keterlibatan fisik dan mental dalam proses transisi menjadi orang tua (Abbaspoor et al., 2023).

Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara dukungan suami dan risiko *baby blues* pada ibu *postpartum* di Kecamatan Purwosari masih terbatas.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara dukungan suami dengan risiko terjadinya *baby blues* pada ibu *postpartum* di BPM Kecamatan Purwosari.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang dilaksanakan di BPM Kecamatan Purwosari pada November 2025. Populasi adalah seluruh ibu *postpartum* yang melakukan kunjungan nifas selama periode penelitian, dengan sampel sebanyak 35 responden yang ditentukan melalui teknik *total sampling*. Kriteria inklusi meliputi ibu *postpartum* ≤ 42 hari, berdomisili di Kecamatan Purwosari, mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menandatangani *informed consent*. Kriteria eksklusi adalah ibu dengan riwayat gangguan mental sebelum kehamilan, komplikasi medis berat pascapersalinan, atau pengisian kuesioner tidak lengkap.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Postpartum Social Support Questionnaire* (PSSQ) dan *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9). Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik (*ethical clearance*) dari Komite Etik Penelitian Kesehatan yang berwenang dengan tetap menjamin kerahasiaan dan anonimitas responden. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan bivariat menggunakan uji korelasi Spearman dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ untuk menilai hubungan antara dukungan suami dan risiko *baby blues*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan sebanyak 35 ibu *postpartum* berpartisipasi dalam penelitian ini. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi dukungan suami dan risiko *baby blues*, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk menilai hubungan antara kedua variabel tersebut.

Tabel 1. Distribusi dukungan suami pada ibu *postpartum*

Dukungan Suami	Frekuensi (f)	Mendukung Persentase (%)
Tidak Mendukung	9	26%
Mendukung	26	74%
Jumlah	35	100%

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berada pada kategori mendapatkan dukungan suami, yang menunjukkan bahwa keterlibatan pasangan selama masa nifas tergolong baik pada sebagian besar ibu *postpartum*.

Tabel 2. Risiko *baby blues* pada ibu *postpartum*

Risiko Baby Blues	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Depresi	23	66%
Depresi Ringan	5	14%
Depresi Sedang	7	20%
Depresi Sedang-Berat	-	-
Depresi Berat	-	-
Jumlah	35	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami depresi, meskipun masih terdapat ibu dengan depresi ringan dan sedang. Tidak ditemukan responden dengan depresi sedang-berat maupun depresi berat.

Tabel 3. Hubungan dukungan suami dengan risiko *baby blues*

Variabel	r hitung	p-value
Hubungan Dukungan Suami dengan Risiko Baby Blues pada Ibu Postpartum	0,549	0,001

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan risiko *baby blues* ($r = -0,549$; $p = 0,001$). Nilai koefisien tersebut menunjukkan korelasi negatif dengan kekuatan sedang hingga kuat, yang berarti semakin baik dukungan suami, maka semakin rendah risiko *baby blues* pada ibu *postpartum*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu *postpartum* memperoleh dukungan dari suami, yang mencerminkan adanya keterlibatan pasangan dalam proses adaptasi pascapersalinan. Dukungan suami, baik dalam bentuk emosional, instrumental, informasional, maupun penghargaan, berperan sebagai faktor protektif yang membantu ibu mengelola stres, meningkatkan rasa aman, serta memperkuat kepercayaan diri dalam menjalankan peran baru sebagai ibu (Wiyanto & Ambarwati, 2021). Dukungan tersebut dapat menurunkan persepsi beban dan tekanan psikologis sehingga respons emosional menjadi lebih stabil. Sebaliknya, keterbatasan dukungan berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap gangguan suasana perasaan pada masa nifas (Ilmiah & Rustida, 2022).

Sebagian besar responden berada pada kategori tidak depresi, meskipun masih ditemukan depresi ringan hingga sedang. Hal ini menunjukkan bahwa periode *postpartum* tetap merupakan fase yang rentan akibat perubahan hormonal, kelelahan fisik, gangguan tidur, serta tuntutan perawatan bayi (Purwati & Noviyana, 2020). Hubungan negatif yang ditemukan antara dukungan suami dan

risiko *baby blues* memperkuat asumsi bahwa kehadiran dan keterlibatan suami dapat menjadi sumber koping eksternal yang efektif dalam menjaga kestabilan psikologis ibu. Namun demikian, masih adanya gejala depresi ringan hingga sedang pada sebagian responden menegaskan bahwa *baby blues* bersifat multifaktorial dan tidak hanya dipengaruhi oleh dukungan suami, tetapi juga faktor lain seperti dukungan keluarga besar, kondisi sosial ekonomi, dan kesiapan psikologis ibu.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang relatif kecil sehingga membatasi generalisasi hasil, serta penggunaan desain *cross-sectional* yang tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara langsung. Selain itu, faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi risiko *baby blues*, seperti dukungan keluarga selain suami dan kondisi ekonomi, belum dianalisis secara mendalam.

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa keterlibatan suami berkaitan dengan risiko terjadinya *baby blues* pada ibu *postpartum* di BPM Kecamatan Purwosari. Dukungan suami yang diberikan secara optimal, baik dalam bentuk dukungan emosional, informasional, maupun instrumental, berkontribusi terhadap penurunan risiko gangguan emosional pada ibu selama masa nifas. Dukungan tersebut berperan sebagai faktor protektif yang penting dalam menjaga stabilitas psikologis ibu setelah persalinan dan membantu proses adaptasi terhadap perubahan peran serta kondisi fisik dan emosional. Oleh karena itu,

keterlibatan aktif suami perlu menjadi perhatian dalam pelayanan kesehatan maternal, khususnya dalam upaya pencegahan *baby blues*, melalui edukasi dan pendampingan yang berkelanjutan selama masa kehamilan hingga postpartum.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbaspoor, Z., Sharifipour, F., Javadnoori, M., Moghadam, Z. B., Cheraghian, B., & Najafian, M. (2023). Evaluation of the effectiveness of a postnatal support education program for husbands in promotion of their primiparous wives' perceived social support: a randomized controlled trial. *BMC women's health*, 23(1), 139. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02270-x>
- Elza, E. F., Andriyani, R., & Megasari, M. (2023). Pemberian konseling pada ibu nifas hari ke 29-42 menggunakan ABPK di PMB Ernita Kota Pekanbaru tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 3(1).
- Dewi, R., Nuha, K., Kurniawati, P., Safitri, A., Yasmita, H., & Ani, F. (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 2024R. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 10(2), 2109–2615.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2023). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Khasanah, R. N., Novitasari, E., & Widowati, N. O. (2022). Hubungan Dukungan Suami dengan Kejadian Post Partum Blues pada Ibu Primipara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 9(2), 159-164.
- Manurung, S., & Setyowati, S. (2021).

- Development and validation of the maternal blues scale through bonding attachments in predicting postpartum blues. *Malaysian Family Physician*, 16(1),64–74.
<https://doi.org/10.51866/OA1037>
- Nurhayati, Lubis, S. H., Ardhiyanti, D., & Ramadhan, M. (2024). Analisis Kunjungan Tenaga Kesehatan terhadap Perawatan Nifas dan. *Jurnal Kewarganegaraan*, 8(1), 648–653.
- Purwati, P., & Noviyana, A. (2020). Metode studi pijat oksitosin. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(2), 1–4.
- Rahayu, S. F., Sunanto, S., & Ekasari, T. (2023). Hubungan Dukungan Suami dengan Terjadinya Postpartum Blues pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(2), 87-95.
- Qi, W., Liu, Y., Lv, H., Ge, J., Meng, Y., Zhao, N., Zhao, F., Guo, Q., & Hu, J. (2022). Effects of family relationship and social support on the mental health of Chinese postpartum women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1186/s12884-022-04392-w>
- Rezaie-Keikhaie, K., Arbabshastan, M. E., Rafiemanesh, H., Amirshahi, M., Ostadkelayeh, S. M., & Arbabisarjou, A. (2020). Systematic Review and Meta-Analysis of the Prevalence of the Maternity Blues in the Postpartum Period. *JOGNN - Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 49(2),127–136.
<https://doi.org/10.1016/j.jogn.2020.01.001>
- Sari, N., Dewi, F. N. M., & Muhani, N. (2023). Maternal Factors Influencing Postpartum Depression in Indonesia. *Kesmas*,18(3),203–208.
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v18i3.7209>
- Slomian, J., Honvo, G., Emonts, P., Reginster, J. Y., & Bruyère, O. (2019). Consequences of maternal postpartum depression: A systematic review of maternal and infant outcomes. In *Women's Health* (Vol. 15).
<https://doi.org/10.1177/1745506519844044>
- Wiyanto, B. E., & Ambarwati, K. D. (2021). Dukungan Sosial dan Postpartum Depression pada Ibu Suku Jawa. *Psychopreneur Journal*, 5(2), 68–79.
<https://doi.org/10.37715/psy.v5i2.2270>
- Yim, I. S., Stapleton, L. R. T., Guardino, C. M., Hahn, J., Schetter, C. D., Behavior, S., & Angeles, L. (2015). Depression : Systematic Review and Call for Integration. *Annual Review of Clinical Psychology*,11,99–137.
<https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-101414-020426.Biological>