

Gambaran Depresi Pada Ibu Postpartum : *Literature Review*

Nuzzullul Ammah^{1*}, Dafid Arifiyanto²

^{1,2} Prodi Sarjana Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

*email:nuzzullulammah25@gmail.com

Abstract

Postpartum depression is a mental health disorder that appears after childbirth. Postpartum depression occurs in about 10-15% of mothers who give birth. Postpartum depression has a negative impact on the health status of the mother. It will also have an impact on the family and children because the mothers will refuse to see her baby. The mother's interest in the newborn baby will decrease so that it will bring harm to the mother and baby. The purpose of this literature review study was to determine the description of depression in postpartum mothers. This literature review study accessed the Garuda Portal and PubMed databases. For Indonesian-language articles, the search was carried out using the keywords "depresi postpartum" or "depresipascapersalinan", while English articles use the keywords "postpartum depression". The critical assessment instrument used was the Hawker instrument. The data showed that most of the respondents were less than 35 years old (80%). The most education level was tertiary education (48%). Most of them were unemployed (62), and parity with primiparas (56%). The depression, measured by using EPDS, showed that 41% of the respondents were not depressed. The level of depression, measured by using PHQ-9, showed that 76% of the respondents experienced mild depression. Any new mom can experience postpartum depression. Therefore, new moms need to prepare themselves before and after giving birth to prevent postpartum depression. The literature review research is expected to be a reference for hospitals, educational institutions, and psychology researchers of postpartum depression.

Keywords: Postpartum depression.

Abstrak

Postpartum depression merupakan gangguan kesehatan mental yang muncul pasca persalinan. Postpartum depression ini terjadi sekitar 10-15% pada ibu yang melahirkan. Depresi postpartum berdampak negatif terhadap status kesehatan ibu, selain itu juga akan berdampak pada keluarga dan anak karena ibu akan menolak untuk melihat bayinya, minat ibu pada bayi yang baru lahir akan berkurang bayinya sehingga akan mendatangkan kerugian bagi ibu dan bayinya. Untuk mengetahui gambaran depresi pada ibu postpartum. Penelitian literature review ini mengakses database Portal Garuda dan PubMed. Untuk artikel berbahasa Indonesia pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci "depresi postpartum "atau" depresi pasca persalinan ", sedangkan artikel berbahasa Inggris menggunakan kata kunci "depression postpartum". Instrumen telaah kritis yang digunakan yaitu dengan menggunakan instrument Hawker. Data karakteristik responden berdasarkan usia ibu postpartum sebagian besar berusia <35 tahun (80%), tingkat pendidikan paling banyak berpendidikan Perguruan Tinggi (48%), pekerjaan sebagian besar tidak bekerja (62%), dan paritas dengan primipara (56%). Berdasarkan tingkat depresi yang diukur menggunakan EPDS (41%) responden tidak depresi dan tingkat depresi yang diukur menggunakan PHQ-9 (76%) responden mengalami depresi ringan. Depresi pasca persalinan dapat terjadi pada ibu yang baru saja melahirkan, maka ibu perlu mempersiapkan diri sebelum dan sesudah melahirkan untuk mencegah terjadinya depresi pada ibu postpartum. Penelitian literature review ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pihak rumah sakit, institusi pendidikan maupun peneliti mengenai aspek psikologis pada ibu yang mengalami depresi postpartum.

Kata kunci :Depresi pasca persalinan.

1. Pendahuluan

Periode setelah melahirkan disebut dengan periode *postpartum*, periode tersebut adalah masa enam minggu sejak bayi lahir sampai saat organ-organ reproduksi kembali seperti semula pada saat sebelum hamil[1]. Periode ini merupakan masa transisi bagi ibu karena banyak terjadi perubahan, baik secara fisik maupun psikologis[2]. Seorang ibu dalam periode setelah melahirkan (*postpartum*) cenderung mengalami gangguan mental yang cukup besar karena keterbatasan kondisi fisik yang membatasi aktivitasnya[3]. Ibu yang tidak berhasil menyesuaikan diri terhadap adanya perubahan, baik perubahan secara biologis, fisiologis maupun psikologis, termasuk perubahan peran, maka akan cenderung mengalami emosional pasca persalinan. *Postpartum depression* merupakan gangguan kesehatan mental yang muncul pasca persalinan[4].

Menurut data *World Health Organization* (WHO), sebanyak 13% ibu pasca persalinan di seluruh dunia mengalami gangguan depresi *postpartum* (*postpartum depression*). Jumlah ibu yang mengalami gangguan depresi *postpartum* di negara berkembang justru menunjukkan jumlah yang lebih tinggi, yaitu 19,8% pasca persalinan[5]. Prevalensi depresi di Indonesia mencapai 6,1% yang tersebar di seluruh wilayah Indonesia mencakup area perkotaan dan pedesaan. Hampir keseluruhan ibu depresi di Indonesia tidak menjalani pengobatan medis, hanya 9% penderita depresi saja yang minum obat atau menjalani pengobatan medis[6]. Di Jawa Tengah prevalensi depresi sebanyak 4,40%, di Kota Pekalongan 4,56% sedangkan di Kabupaten Pekalongan mencapai 5,44%[6].

Hasil penelitian Achyar dan Margiana dengan judul "Gambaran kejadian depresi *postpartum* di wilayah kerja Puskesmas 2 Sokaraja" yang dilakukan pada tahun 2017 dari 29 ibu *postpartum* didapatkan hasil 10,2% ibu yang mengalami depresi *postpartum*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Ibrahim dan Ikhsan dengan jumlah 76 ibu *postpartum* di RSIA Pertiwi Makassar pada tahun 2012 terdapat 19,7% ibu yang mengalami depresi *postpartum*. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ruliati (2015) menunjukkan hasil dari 16 ibu *postpartum* 75% atau 12 ibu mengalami depresi *postpartum*. Pada tahun 2017 di RSKIA Sadewa Yogyakarta, didapatkan hasil penelitian kejadian depresi *postpartum* sebanyak 7,7%. Hal ini menandakan bahwa kejadian depresi *postpartum* perlu mendapatkan perhatian mengingat masih banyaknya kejadian yang terjadi di berbagai daerah[7].

Depresi *postpartum* merupakan permasalahan yang sampai sekarang masih terus dikaji, depresi *postpartum* berdampak negative terhadap status kesehatan ibu, selain itu juga akan berdampak pada keluarga dan anak karena ibu akan menolak untuk melihat bayinya, minat ibu pada bayi yang baru lahir akan berkurang dan ibu tidak akan menanggapi secara positif[8]. Depresi *postpartum* memberikan efek jangka panjang yang tidak baik bagi perkembangan ibu dan bayinya sehingga akan mendatangkan kerugian bagi ibu dan bayinya, pada bayi kondisi ini akan mempengaruhi perkembangan emosi, perilaku, dan kecerdasan pada anak[9]. Depresi *postpartum* selain dapat berdampak secara fisik, juga berdampak pada perubahan perilaku dimana ibu yang mengalami depresi *postpartum* dapat melakukan upaya percobaan penganiayaan dan bunuh diri. Berdasarkan latar belakang diatas maka

peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai "Gambaran Depresi pada Ibu Postpartum".

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* yang mengakses database Portal Garuda dan PubMed. Untuk artikel berbahasa Indonesia pencarian dilakukan dengan menggunakan kata kunci "depresi postpartum" atau "depresi pasca persalinan", sedangkan artikel berbahasa Inggris menggunakan kata kunci "*depression postpartum*". Instrumen telaah kritis yang digunakan yaitu menggunakan instrument *Hawker*.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Hasil penelitian dengan judul Gambaran Depresi Pada Ibu Postpartum didapatkan hasil bahwa Berdasarkan tingkat depresi yang diukur menggunakan alat ukur *Edinburgh postnatal depression scale (EPDS)* sebanyak 87 responden (41%) tidak depresi, sedangkan tingkat depresi yang diukur menggunakan alat ukur *Patient health questionnaire-9 (PHQ-9)* yaitu 240 responden (76%) mengalami depresi ringan.

Hasil Analisis Data/*literature review variable* depresi pada ibu postpartum dapat dilihat pada tabel/grafik/diagram berikut:

Tabel 3.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (n=112)

Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<35	90	80%
>35	22	20%
Total	112	100%

Berdasarkan tabel 3.1 responden paling banyak dalam rentang usia <35 tahun yaitu 90 responden (80%), dan paling sedikit pada rentang usia >35 tahun sebanyak 22 responden (20%).

Tabel 3.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan (n=527)

Tingkat Pendidikan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Dasar	63	12%
Menengah	209	40%
Tinggi	255	48%
Total	527	100%

Berdasarkan tabel 3.2 dapat diketahui bahwa tingkat pendidikan ibu postpartum paling banyak berpendidikan Perguruan Tinggi yaitu 255 responden (48%), dan paling sedikit yaitu 63 responden (12%).

Tabel 3.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan (n=497)

Pekerjaan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak Bekerja	310	62%
Bekerja	187	38%
Total	497	100%

Berdasarkan tabel 3.3 dapat diketahui bahwa karakteristik pekerjaan ibu postpartum sebagian besar tidak bekerja yaitu 310 responden (62%), dan sebagian kecil ibu postpartum bekerja yaitu 187 responden (38%).

Tabel 3.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas (n=185)

Jenis Persalinan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Primipara	103	56%
Multipara	82	44%
Total	185	100%

Berdasarkan tabel 3.4 dapat diketahui bahwa paritas ibu postpartum paling banyak adalah primipara yaitu 103 responden (56%), dan paling sedikit adalah multipara 82 responden (44%).

Tabel 3.5 Hasil Literature Review Tingkat Depresi Berdasarkan *EPDS* (n=212)

Tingkat Depresi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak Depresi	87	41%
Ringan	68	32%
Sedang	22	10%
Berat	35	17%
Total	212	100%

Berdasarkan tabel 3.5 dari hasil analisa artikel dapat disimpulkan tingkat depresi ibu postpartum yang diukur menggunakan alat ukur *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* didapatkan 212 responden dari penelitian Silsilia Indriasari (2017), Prima Daniyati Kusuma et al., (2018), Hidayatun Nufus et al., (2016) dan Yustisia Imaninditya et al., (2017). Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar ibu postpartum tidak mengalami depresi sebanyak 87 responden (41%).

Tabel 3.6 Hasil Literature Review Tingkat Depresi Dengan *PHQ-9* (n=315)

Tingkat Depresi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak Depresi	-	-
Ringan	240	76%
Sedang	72	23%
Berat	3	1%
Total	315	100%

Berdasarkan tabel 3.6 dari hasil analisa artikel dapat disimpulkan tingkat depresi ibu postpartum yang diukur menggunakan alat ukur *Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)* didapatkan 315 responden dari penelitian Reema R. Safadi et al., (2015). Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar ibu postpartum mengalami depresi ringan sebanyak 240 responden (76%).

Pembahasan

1. Karakteristik responden

a) Usia

Berdasarkan *literature review* terhadap 5 (lima) jurnal mengenai data karakteristik responden pada ibu postpartum. Menurut data karakteristik usia responden ibu postpartum terbanyak pada usia <35 tahun yaitu 90 responden (80%). Hal ini sejalan dengan penelitian Kharisah Diniyah (2017) dengan hasil responden paling banyak pada usia <35 tahun yaitu 66 responden (84,6%). Hasil penelitian Zulpatin Nasri (2017) menjelaskan bahwa pada kategori usia tersebut merupakan usia yang tepat dalam proses kehamilan dan persalinan sedangkan tingginya kejadian depresi postpartum pada usia tersebut kemungkinan karena faktor lain seperti masalah sosial ekonomi.

Pada kelompok usia ini sebagian besar orang percaya bahwa waktu yang tepat bagi seorang wanita untuk melahirkan adalah pada usia tersebut, dan ini mendukung masalah periode optimal perawatan bayi oleh seorang ibu[10]. Faktor usia wanita yang bersangkutan selama kehamilan dan persalinan sering dikaitkan dengan kesiapan mental wanita untuk menjadi seorang ibu. Ibu dalam usia reproduksi sehat merupakan masa paling baik untuk melahirkan karena organ-organ reproduksinya sudah matang, kondisi wanita pada usia tersebut sedang dalam kondisi prima, karena rahim sudah mampu menjalankan fungsinya[11].

b) Pendidikan

Hasil karakteristik berdasarkan pendidikan responden terbanyak berada pada tingkat pendidikan Perguruan Tinggi yaitu 48 responden (48%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Anik Latifah (2021) didapatkan hasil kejadian depresi postpartum pada ibu dengan pendidikan tinggi sebanyak (60%). Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa pendidikan sangat berpengaruh dalam hal kematangan psikologis, ibu dengan lulusan perguruan tinggi mudah menerima informasi yang didapatkan dan mampu mengaplikasikannya. Selain itu ibu juga mampu untuk mencari informasi di media sosial mengenai persiapan apa saja yang harus dilakukan pada saat setelah melahirkan.

Pendidikan tidak berpengaruh terhadap kejadian depresi postpartum, namun semakin tinggi pendidikan ibu maka kemungkinan semakin kecil untuk terjadi depresi postpartum. Sedangkan ibu yang berpendidikan tinggi kemungkinan memiliki strategi koping yang baik dalam memilih dan membuat keputusan yang lebih tepat. Selain itu semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah dalam menerima 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 tentang kesehatan sehingga resiko terjadinya depresi postpartum semakin rendah[12].

c) Pekerjaan

Hasil karakteristik pekerjaan responden mayoritas tidak bekerja sebanyak 310 responden (62%). Hal ini sejalan dengan penelitian Winda Ayu Fazraningtyas (2019) menyebutkan bahwa ibu yang tidak bekerja sebanyak 79 responden (89,8%) dan penelitian Kusumastuti et al., (2015) didapatkan hasil 65 responden (71,4%) ibu tidak bekerja. Hutagaol (2010) menjelaskan status ibu yang bekerja dan memiliki penghasilan tetap ataupun tidak bekerja (hanya menjalankan tugas rutinitas sebagai ibu rumah tangga) cenderung tidak mempengaruhi kondisi psikologis ibu nifas, sebab status pekerjaan ibu lebih berpengaruh terhadap peningkatan penghasilan keluarga. Tingkat kecemasan ibu yang tidak bekerja cenderung berhubungan dengan adanya keterbatasan dana saat ibu memerlukan pelayanan kesehatan, berbeda dengan ibu yang bekerja yang kemungkinan memiliki dana yang lebih baik untuk melakukan pemeliharaan kesehatan [13].

d) Paritas

Hasil karakteristik paritas responden sebagian, sebagian besar yaitu 103 responden (56%) berasal dari paritas primipara. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Prima Daniyati Kusuma (2017) diperoleh hasil 24 responden (70,59%) dimana wanita yang pertama kali melahirkan (primipara) tidak memiliki pengalaman dibandingkan dengan wanita yang telah melahirkan (multipara), hal ini akan mempengaruhi adaptasi ibu dalam perannya menjadi ibu baru.

Wanita yang baru pertama kali melahirkan bayi lebih berisiko mengalami depresi pasca persalinan, mengingat bahwa peran seorang ibu dan segala sesuatu yang berhubungan dengan bayinya merupakan situasi yang sama sekali baru baginya yang dapat menyebabkan depresi pasca persalinan[10].

2. Gambaran Depresi pada Ibu Postpartum

Penelitian mengenai tingkat depresi yang diukur menggunakan alat ukur *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* pada ibu postpartum diketahui dari penelitian Silsilia Indriasari (2017) yang menyebutkan 18 responden (33%) tidak depresi, penelitian Prima Daniyati Kusuma (2018) diketahui 49 responden (49%) tidak depresi dan penelitian Yustisia Imaninditya (2017) diketahui 20 responden (66,7%) tidak depresi. Berdasarkan hasil *literature review* terhadap artikel-artikel penelitian dapat diambil kesimpulan mengenai tingkat depresi yang diukur menggunakan alat ukur *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* pada ibu postpartum yaitu sebanyak 87 responden (41%) ibu postpartum tidak mengalami depresi. Sedangkan penelitian mengenai tingkat depresi yang diukur menggunakan alat ukur *Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)* pada ibu postpartum diketahui dari penelitian Reema R. Safadi et al., (2015) dapat disimpulkan bahwa didapatkan 240 responden (76,1%) mengalami depresi ringan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Prima Daniyati Kusuma (2018) didapatkan hasil 41 responden (41%) mengalami depresi ringan yang diukur menggunakan *Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)*.

Samiaji (2012) mengatakan bahwa pasangan atau suami yang tidak memberikan dukungan yang baik akan mempengaruhi kondisi ibu, sedangkan suami yang suportif akan membuat ibu lebih mampu menghadapi segala tekanan yang ada. Jika ibu tidak

mendapatkan dukungan dari suaminya, maka ibu harus menghadapi segala tekanan dan perubahan yang terjadi selama kehamilannya tanpa dukungan dari suaminya. Hal ini akan mempengaruhi pikiran dan suasana hati ibu yang memicu terhadap terjadinya depresi[13].

Seseorang yang mendapat kandukungan dari keluarga juga mempunyai tingkat depresi yang berbeda dengan orang yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarganya. Semakin baik dukungan keluarga maka semakin rendah kecenderungan mengalami depresi postpartum, sebaliknya semakin rendah dukungan keluarga yang ibu dapatkan maka semakin tinggi kecenderungan mengalami depresi postpartum[14].

Ibu yang mengalami depresi postpartum dikarenakan ibu tidak mampu merawat bayinya secara optimal, ibu merasa tidak berdaya atau tidak mampu sehingga akan menghindari tanggung jawabnya. Akibatnya, kondisi kebersihan dan kesehatan bayi tidak optimal. Ibu juga tidak antusias menyusui bayinya sehingga tumbuh kembang bayinya tidak seperti bayi yang ibunya tidak mengalami depresi[15].

4. Kesimpulan

Data karakteristik responden berdasarkan usia yaitu ibu postpartum sebagian besar berusia <35 tahun sebanyak 90 responden (80%), berdasarkan tingkat pendidikan paling banyak yaitu berpendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 255 responden (48%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar tidak bekerja sebanyak 310 responden (62%), berdasarkan paritas sebagian besar responden dengan primipara yaitu 103 responden (56%). Berdasarkan tingkat depresi yang diukur menggunakan alat ukur *Edinburgh postnatal depression scale (EPDS)* sebanyak 87 responden (41%) tidak depresi, sedangkan tingkat depresi yang diukur menggunakan alat ukur *Patient health questionnaire-9 (PHQ-9)* yaitu 240 responden (76%) mengalami depresi ringan.

Referensi

- [1] Marmi, Asuhan kebidanan pada masa nifas, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- [2] D. Maritalia, Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas, Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2017.
- [3] N. M. S. Nasruddin Andi Mappaware, kesehatan ibu dan anak dilengkapi dengan studi kasus dan alat ukur kualitas pelayanan kesehatan ibu dan anak, Yogyakarta: Deepublish, 2020.
- [4] Centers For Disease Control And Prevention, Depression Among Women, USA: U.S. Department Of Health And Human Sevices, 2020.
- [5] World Health Organization, "World Health Organization," 2021. [Online]. Available: <https://www.who.int/health-topics/Depression>.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, "hasil utama riskesdas 2018," kementerian kesehatan badan penelitian dan pengembangan kesehatan, 2018.
- [8] Pebri Warita Pulungan, Ilmu Obstetri dan Ginekologi Untuk Kebidanan, Medan :

Yayasan Kita Menulis, 2020.

- [9] P. Rebecca Fox-Spencer, mengenali mengtasi dan mengantisipasi depresi, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2010.
- [10] D. M. Destiani, *Anakku Bukan Anakku*, Surakarta: Selaksa Publishing, 2015.
- [11] Anggraini dan Surbakti, *Kupas Tuntas Seputar Kehamilan*, Jakarta: Agro Media Pustaka, 2013.
- [12] Priyoto, *Teori Sikap dan perilaku dalam Kesehatan*, Yogyakarta: Nuha Medika, 2014.
- [13] Samiaji, *Ibu dan Depresi*, Jakarta: Pustaka, 2012.
- [14] I. Riani, D. Dahrianis dan M. Nur, "faktor yang berhubungan dengan tingkat depresi pada pasien post partum di RSIA Siti fatimah Makasar," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, vol. I (6), pp. 81-88, 2013.
- [15] A. Andriany, *Depresi pasca melahirkan*, Jakarta, 2021.