

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan, melahirkan dan menjadi seorang ibu merupakan hal yang fisiologis. Kelahiran seorang anak akan membawa kebahagiaan didalam suatu keluarga, namun juga dapat menimbulkan suatu masalah baru terutama bagi seorang ibu. Selama masa pasca persalinan atau yang disebut dengan postpartum, ibu mengalami berbagai perubahan hormon, perubahan hormon tersebut membuat ibu mengalami perubahan emosional seperti yang memicu terjadinya berbagai gangguan psikologis. Salah satu gangguan psikologis tersebut adalah Pengalaman Postpartum Blues pada Ibu Primipara (Notokusumo, 2017). Post partum blues merupakan problem psikis sesudah melahirkan seperti timbulnya perasaan sedih, cemas, kemurungan, kehilangan nafsu makan, gangguan tidur, dan terkadang tidak peduli dengan bayinya, jika keadaan ini terjadi secara terus menerus dan tidak segera diatasi maka ibu akan jatuh pada keadaan depresi (Rimandini & Sari, 2014). Rubin (1967 dalam Mufdlilah dkk 2015) menyebutkan masa postpartum seorang ibu akan melalui tiga periode adaptasi psikologis yang disebut dengan "Rubin Maternal Phases" yaitu fase dependen (taking in), dependen-mandiri (taking hold), dan interdependen (letting go).

Ibu dalam masa nifas juga dapat mengalami gangguan psikologis, gangguan psikologis ini dapat berupa postpartum blues dan depresi postpartum. Suatu penelitian di Negara yang pernah dilakukan seperti di Swedia, Australia, Italia dan Indonesia dengan menggunakan EPDS (Edinburg Postnatal Depression Scale) (Suherni, 2012).

Angka kejadian post partum blues di Asia cukup tinggi dan sangat bervariasi antara 26-85% (Iskandar, 2014). Sedangkan di Indonesia angka kejadian postpartum blues antara 50-70% dari wanita pasca persalinan (Hidayat, 2014). Di Indonesia sendiri postpartum blues disebabkan kurangnya perhatian tentang postpartum blues, dan diperparah dengan anggapan yang keliru dimana postpartum blues ini dianggap tidak terlalu penting dan hanya sebagai efek samping dari kelelahan setelah proses persalinan (Sulistiyanti & Susanti, 2017). Penelitian yang dilakukan di Jawa Timur ditemukan bahwa lebih dari 50% ibu memiliki tingkat depresi ringan (Indriasari, 2017).

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan di PMB Ny Ida Rohmawati, Str.Keb pada tanggal 10 Januari 2023, didapatkan data ibu melahirkan pada bulan Oktober – Desember 2022 sebanyak 35 ibu postpartum. Dan di PMB Ny Nurhasanah, Str.Keb pada tanggal 10 Januari 2023, didapatkan data ibu melahirkan pada bulan Oktober – Desember 2022 sebanyak 26 ibu postpartum. Diperoleh data di PMB Ida Rohmawati pada bulan Januari ada 20 ibu post partum. Dari jumlah ibu post partum tersebut terdapat sekitar 7 ibu post partum mengalami gejala post partum blues seperti kecemasan, mudah sedih, mudah emosi, marah – marah tanpa sebab, mudah tersinggung, mudah menangis, dan susah tidur dikarenakan *post partum blues* sering terjadi setelah ibu post partum, sedangkan yang ibu post partum yang lainnya tidak mengalami *gejala postpartum blues*. Diperoleh data di PMB Nurhasanah pada bulan Januari ada 17 ibu post partum. Dari jumlah ibu post partum tersebut terdapat 5 ibu post partum mengalami gejala post partum blues seperti kecemasan, mudah sedih, mudah emosi, marah – marah tanpa sebab, mudah tersinggung, mudah menangis, dan susah tidur dikarenakan *post partum blues* sering terjadi

setelah ibu post partum, sedangkan yang ibu post partum yang lainnya tidak mengalami *gejala postpartum blues*.

Besarnya efek negative yang ditimbulkan dari postpartum blues jika berkembang menjadi depresi post partum baik pada ibu maupun pada anak sehingga diperlukan terapi komplementer yang dapat memaksimalkan perawatan untuk postpartum blues. Skrining secara berkala yang dilakukan dengan tujuan untuk mengidentifikasi gejala depresi merupakan cara yang efektif, sederhana, dan ekonomis untuk mengidentifikasi wanita yang berisiko (Bhusal et al., 2016). Jika kondisi postpartum blues tidak disikapi dengan benar, bisa berdampak pada hubungan ibu dengan bayinya, bahkan anggota keluarga yang lain juga bisa merasakan dampak dari post partum blues tersebut. Jika post partum blues dibiarkan, dapat berlanjut menjadi depresi pasca melahirkan, yaitu berlangsung lebih dari hari ke-7 pasca persalinan. Depresi setelah melahirkan rata-rata berlangsung tiga sampai enam bulan, bahkan terkadang sampai delapan bulan. Pada keadaan lanjut dapat mengancam keselamatan diri dan anaknya (Ibrahim, 2014).

Adapun upaya pencegahan kejadian postpartum blues ini dengan terapi relaksasi menggunakan aromaterapi dari minyak sereh (*Cymbopogon citratus*) yang terbukti berpengaruh terhadap pencegahan post partum blues pada ibu primipara. Aromaterapi yang berasal dari tanaman sereh memiliki sifat anti depresan yang mampu untuk membantu menurunkan kegelisahan, ketakutan, dan kecemasan sehingga sirkulasi darah dan pernapasan menjadi lancar (Sari & Widyaningrum, 2018). Kemudahan dalam mendapatkan bahan dari alam ini, memicu adanya pembuatan aromaterapi dari minyak sereh (*Cymbopogon citratus*). Salah satu tumbuhan yang dapat digunakan untuk relaksasi bagi postpartum blues dan menghasilkan minyak aromaterapi adalah tanaman sereh (*Cymbopogon citratus*) atau Lemon

grass. Penggunaan minyak aromaterapi untuk relaksasi dengan dioles, dihirup, atau dicampurkan kedalam makanan dan minuman. (Sumiartha, 2012). Minyak aromaterapi yang dihasilkan dari tanaman serih ini berfungsi sebagai antidepresan, yaitu menekan dan menghilangkan depresi atau stress sehingga mampu membantu ibu primipara pada masa nifas untuk lebih merasa rileks baik badan maupun pikiran

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka peneliti tertarik dan termotivasi untuk membahas lebih lanjut apakah ada Pengaruh aromatherapy minyak serih terhadap pencegahan gejala post partum blues ibu primipara.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Adakah pengaruh pemberian aromatherapy minyak serih terhadap gejala post partum blues pada ibu primipara?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah “untuk mengetahui pengaruh aromatherapy minyak serih terhadap gejala postpartum pada ibu primipara”

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi ibu postpartum blues sebelum pemberian aromatherapy minyak serih
- b. Mengidentifikasi ibu postpartum blues sesudah pemberian aromatherapy minyak serih
- c. Menganalisis pengaruh pemberian aromatherapy minyak serih terhadap gejala postpartum blues ibu primipara

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Di harapkan hasil penelitian dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama tentang kejadian postpartum blues pada ibu primipara.

1.4.2 Bagi Tempat Penelitian

Berdasarkan hasil penellitian yang dilakukan dapat dijadikan referensi bagi tempat penelitian terutama terkait dengan kejadian postpartum blues pada ibu primipara.

1.4.3 Bagi Instituti Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan baru dan pengembangan ilmu kebidanan asuhan ibu postpartum sebagai referensi terkait dengan kejadian postpartum blues pada ibu primipara.

1.4.4 Bagi Peneliti

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang pengaruh pemberian aromatherapy minyak sereh terhadap kejadian postpartum blues pada ibu primipara.