

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Masa nifas (*Puerperium*) adalah masa pulih kembali dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir kembali seperti keadaan sebelum hamil (Khasanah dan Sulistyawati, 2017). Perubahan masa nifas antara lain perubahan adaptasi psikologis, perubahan pengeluaran *lochea*, perubahan sistem reproduksi, perubahan sistem muskuloskeletal dan perubahan sistem endokrin. Salah satu perubahan masa nifas adalah perubahan adaptasi psikologis. Psikologis yang tidak baik dapat menjadi penyulit pada masa nifas. Psikologis yang tidak mendukung antara lain adalah bentuk kecemasan dan stress. Kondisi ini sebagai bentuk pengembangan reaksi ketakutan sejak kehamilan hingga persalinan menurut Ningrum (2017). Keadaan psikologis ini disebut *baby blues syndrome*, yaitu perasaan sedih dan gelisah yang dialami wanita setelah melahirkan dan bisa menjadi lebih buruk dihari keempat atupun hari ketiga menurut Ningrum (2017). Keadaan *baby blues* ini terjadi pada masa post partum dan dikenal *Post Partum Blues*.

Menurut Kurniasari dan Astuti (2015) Angka kejadian post partum blues di Asia cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85 %, sedangkan di Indonesia angka kejadian post partum blues antara 50-70 % wanita pasca persalinan diperkirakan angka kejadiannya rendah dibandingkan hal ini disebabkan oleh budaya dan sifat orang Indonesia yang cenderung lebih sabar dan menerima apa yang dialaminya baik itu peristiwa yang menyenangkan maupun menyedihkan. Sehingga dapat dipahami mengapa hampir 70% ibu mengalami kesedihan atau *syndrome baby blues* setelah melahirkan. Sebagian ibu dapat segera pulih dan mencapai kestabilan, namun 13% diantaranya mengalami depresi post partum. Namun hasil

penelitian yang dilakukan di DKI Jakarta oleh dr. Irawati Sp.Kj menunjukkan bahwa 25% dari 850 respondennya mengalami postpartum blues. Dan dari beberapa penelitian yang telah dilakukan di Jakarta, Yogyakarta dan Surabaya, ditemukan bahwa angka kejadiannya 11-30 %, suatu jumlah yang tidak sedikit dan tidak mungkin dibiarkan begitu saja menurut Ratna (dalam Kurniasari dan Astuti, 2015). Berdasarkan data di Rumah Sakit Bersalin Prasetya Husada Malang dari 43 pasien, setidaknya 23 % mengalami post partum blues menurut Syahrin (2012). Menurut Machmudah (dalam Pramasatya, 2018) menunjukkan bahwa ibu primipara yang mengalami *baby blues syndrome* mencapai 88,9% yaitu 48 dari 52 responden dan hasil penelitian pada ibu multipara memiliki persentase 11,1% atau 6 responden dari 28 ibu multipara. Hasil studi pendahuluan dari PMB Sutari Kecamatan Wajak pada Bulan Agustus – September 2019 dengan menggunakan metode pengisian kuesioner *Edinburg Postnatal Depression Scale* (EPDS) didapatkan hasil 13 dari 7 ibu nifas primipara mengalami post partum blues.

Penyebab post partum blues tidak dapat ditentukan secara pasti namun diduga dipengaruhi antara lain dikarenakan faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang dapat mendukung terjadinya *post partum blues* adalah kesehatan ibu selama periode perinatal, penyakit yang menyertai ibu sebelum dan sesudah kehamilan dapat membuat ibu merasa takut, cemas dan penuh kekhawatiran sehingga dapat memicu peningkatan hormon kortikosteroid serta faktor eksternal dikarenakan karakteristik ibu, kondisi bayi dan dukungan suami, menurut Mansyur (dalam Kurniasari dan Astuti, 2015). Dalam penelitian kejadian *post partum blues* mencoba menelaah pemicu penderitaan kaum ibu, menduga hal itu sebagai akumulasi kecemasan yang terkumpul selama kehamilan sehingga akan berdampak pada persalinan dan post partum, ibu post partum mengalami penurunan esterogen secara bermakna dan esterogen mempunyai efek supresi aktivitas *enzyme monoaminase oksidase* yaitu suatu enzim yang bekerja

menginaktivasi baik nonadrenalin maupun serotonin yang berperan dalam suasana hati menurut Biben (dalam Kirana, 2015). Apabila *postpartum blues* tidak ditangani dengan serius, maka akan berkembang menjadi *depresi postpartum* dan kondisi yang paling berat bisa sampai *postpartum psychosis* (Fatmawati, 2015).

Upaya penanganan post partum blues yang dapat dilakukan meliputi, terapi psikologi, psikososial dan penanganan tanpa obat seperti latihan, akupunktur dan *massage* terapi menurut Fitelson,dkk (dalam Kusumasuti, Astuti dan Dewi, 2019). Hasil penelitian lain menjelaskan salah satu upaya menurunkan tingkat kelelahan dan mengurangi depresi tanpa obat adalah *massage* terapi *efflurage* menurut Field, dkk (dalam Kusumasuti dan Astuti et al, 2019). *Efflurage Massage* dalam hal ini merupakan manipulasi dari struktur jaringan lunak yang dapat menenangkan serta mengurangi stress psikologis dengan meningkatkan hormone *morphin endogen* seperti *endorphin*, *enkefalin* dan *dinorfin* sekaligus menurunkan kadar *stress hormone* seperti hormon *cortisol*, *norepinephrine* dan *dopamine* menurut Best, dkk (dalam Kusumasuti, Astuti dan Dewi 2019)

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang ***“Efektivitas Teknik Efflurage Massage terhadap Kejadian Post Partum Blues pada Ibu Nifas Primipara di PMB Sutari Kecamatan Wajak Kabupaten Malang ”***

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat disimpulkan rumusan masalah sebagai berikut : ***“Adakah Efektivitas Teknik Effleurage Back Massage terhadap Kejadian Post Partum Blues pada Ibu Nifas Primipara di PMB Sutari Kecamatan Wajak Kabupaten Malang?”***

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Efektivitas Teknik *Effleurage Back Massage* terhadap Kejadian Post Partum Blues pada Ibu Nifas Primipara di PMB Sutari Kecamatan Wajak Kabupaten Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Kejadian Post Partum Blues Sebelum Diberikan Teknik *Effleurage Massage* Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol
- b. Mengidentifikasi Kejadian Post Partum Blues Sesudah Diberikan Teknik *Effleurage Massage* Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol
- c. Mengidentifikasi Efektivitas Teknik *Effleurage Back Massage* terhadap Kejadian Post Partum Blues pada Ibu Nifas Primipara Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan menjadi referensi ilmu pengetahuan mengenai *Effleurage Massage* terhadap kejadian Post Partum Blues serta ditujukan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan yang secara teoritis dipelajari di bangku perkuliahan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan meningkatkan ketrampilan pelayanan Asuhan Kebidanan yang mana menggunakan Teknik *Effleurage Massage* terhadap Ibu nifas primipara dengan Post Partum Blues.

5.1 Penelitian Relevan

| No | Tahun | Nama Penulis / Judul | Metode dan Variabel | Hasil | Perbedaan dengan penelitian ini |
|----|-------|--|--|--|---|
| 1. | 2018 | Muhammad Nurul Anwar/ Efektivitas Manipulasi <i>Effleurage</i> Terhadap Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres Pada Lansia di Dusun Plumbon, Banguntapan, Bantul | Pre Eksperimen dan Variabel Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres | Tingkat efektivitas manipulasi <i>effleurage</i> terhadap tingkat depresi pada lansia yang berkategori normal 10 orang atau 66,67%, dan ringan 5 orang atau 33,33%. | Variabel ditujukan pada lansia |
| 2 | 2019 | Kusumastuti, Dyah P. Astuti, dan Adinda P. S Dewi/ Efektivitas <i>Massage Terapi Effleurage</i> Guna Mencegah Kejadian Depresi <i>Postpartum</i> Pada Ibu Nifas | Quasi Eksperimen dan Variabel Depresi <i>Post Partum</i> | Nilai <i>significancy</i> 0.001 pada uji <i>wilcoxon</i> , hal ini berarti "Ada perbedaan skor depresi <i>postpartum</i> yang bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan <i>massage therapy</i> ". Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh <i>massage</i> terapi 2 kali seminggu dengan durasi 30 menit terhadap depresi <i>postpartum</i> | Variabel ditujukan untuk depresi <i>post partum</i> |
| 3 | 2017 | Widiyanti, A E S. /Penerapan <i>Massage Terapi</i> Dengan Tehnik <i>Effleurage</i> Sebagai Pencegahan Depresi <i>Postpartum</i> Pada Ibu Nifas di BPM Tugira | Deskriptif Analitik dan Variabel Depresi <i>post Partum</i> | Menurut penelitian Ade, 2017 ada seorang ibu yang mengalami <i>baby blues</i> hingga 40% sebelum intervensi pemijatan dan 60% responden normal, setelah intervensi 100% dari responden normal. Skor menurun setelah intervensi | Variabel ditujukan untuk depresi <i>post partum</i> |

| | | | | | |
|---|------|--|---|--|---|
| 3 | 2016 | Kathryn F. Westman, MS, CNS, and Cathy Blaisdell, BSW, NCTM/ <i>Many Benefits, Little Risk: The Use of Massage in Nursing Practice</i> | - | Pada pasien kemoterapi di Rumah Sakit UK menemukan bahwa dilakukan <i>a single episode massage therapy</i> secara signifikan dapat menurunkan hormone kortisol setelah 30 menit pemberian. | Massage ditujukan tahap penyembuhan pada pasien rawat inap di Rumah Sakit |
| 4 | 2016 | Kalpana/ <i>Effectivenss Of Effleurage Back Rub On Physiologic Measures Among Children Admitted In Selected Post Operative Wards at Ich & Hc, Egmore, Chennai India</i> | Quasi Eksperimen dan Variabel <i>Selected Post Operative Wards</i> | Sebuah studi kuantitatif menentukan bahwa terapi <i>massage</i> dapat menurunkan kortisol. Setelah dilakukan dengan frekuensi yang sering, dapat menurunkan level kortisol selain itu bermanfaat mengurangi kecemasan , depresi dan nyeri. | Responden ditujukaan pada anak- anak |

| | | | | | |
|---|------|--|--|--|--|
| 6 | 2016 | Fereshteh Jahdi, Maryam Mehrabadi, Forough Mortazavi and Hamid Haghani/ <i>The Effect of Slow-Stroke Back Massage on the Anxiety Levels of Iranian Women on the First Postpartum Day</i> | Quasi Eksperimen dan Variabel <i>Anxiety Level</i> | Dalam penelitian ini, setelah menerima pijatan, kegelisahan tingkat kelompok eksperimen berkurang secara signifikan ($P < 0,001$), dan perbedaan dalam skor kecemasan dua kelompok adalah signifikan ($P < 0,001$), dengan skor pada kelompok intervensi berkurang secara signifikan dibandingkan dengan orang-orang dari kelompok kontrol. Ini merupakan peningkatan yang lebih tinggi kecemasan pada kelompok intervensi daripada kelompok kontrol setelah intervensi. | Variable yang digunakan adalah tingkat kecemasan |
|---|------|--|--|--|--|

