

Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Kemandirian Ibu Postpartum

Family Support with Readiness Postpartum Mother Independence

Lili Purnama Sari^{1*}, Firawati²

^{1,2} Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin,
Makassar, Indonesia

Abstract

Postpartum or puerperium is a time that every mother will definitely experience. This period lasts 42 days. At this time postpartum mothers experience several changes including physiological changes and psychological changes. The purpose of this study was to see whether there was a relationship between family support and the achievement of postpartum mothers' independence readiness. This research was quantitative research with a cross-sectional study. The sampling technique by means of nonprobability sampling using accidental sampling. The total population of 55 postpartum mothers, and obtained a total sample of 35 people. The instrument used was using a questionnaire to see the support of the mother's family. The questionnaire was filled in by postpartum mothers so that measurements could be carried out objectively. Based on the results of research and discussion, namely that there was a relationship between family support and postpartum mothers' independence readiness, this was evidenced by the results of the analysis obtaining $p\text{-value}=0,001$. The importance of educating the family in preparing the mother for independence during the postpartum process is expected to make the mother more prepared to face her role as a mother.

Keywords: family support, postpartum, psychology

Article history:

Submitted 11 Juli 2022
Accepted 10 Maret 2023
Published 30 April 2023

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:

info@salnesia.id, jika@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883



Abstrak

Postpartum atau masa nifas merupakan masa yang pasti dialami oleh setiap ibu melahirkan. Masa ini berlangsung selama 42 hari. Pada masa ini ibu postpartum mengalami beberapa perubahan diantaranya perubahan fisiologis dan perubahan psikologis. Tujuan penelitian ini untuk melihat apakah ada hubungan dukungan keluarga dengan pencapaian kesiapan kemandirian ibu postpartum. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *nonprobability sampling* menggunakan *accidental sampling*. Jumlah populasi sebanyak 55 ibu postpartum dan didapatkan jumlah sampel sebanyak 35 orang. Instrumen yang digunakan yaitu menggunakan kuesioner untuk melihat dukungan keluarga ibu. Kuesioner diisi oleh ibu nifas sehingga pengukuran dapat berjalan secara objektif. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, yaitu ada hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan kemandirian ibu postpartum, ini dibuktikan dari hasil analisis mendapatkan $p\text{-value}=0,001$. Pentingnya edukasi pada keluarga dalam mempersiapkan kemandirian ibu saat proses nifas sehingga diharapkan dapat membuat ibu lebih siap dalam menghadapi perannya sebagai ibu.

Kata kunci : dukungan keluarga, nifas, postpartum, psikologi

*Penulis Korespondensi:

Lili Purnama Sari, email: lilipurnamasari275@gmail.com



This is an open access article under the CC-BY license

PENDAHULUAN

Di Indonesia, jumlah Angka Kematian Ibu (AKI) tergolong relatif tinggi dibanding dengan negara ASEAN lainnya, seperti Singapura dan Malaysia dengan rentang 2-3 AKI per 100.000 kelahiran hidup. AKI sebagai salah satu indikator tingkat kesehatan perempuan serta mencerminkan risiko yang dihadapi setiap ibu selama kehamilan sampai dengan pasca persalinan (Wahyuni dan Nurlatifah, 2017; Kemenkes, 2019).

Berdasarkan Survey Demokrasi dan Kesehatan Indonesia (SDKI), sebanyak 50% kematian dialami oleh ibu yang terjadi sehari paska melahirkan, dan 60% terjadi setelah melahirkan (Kurniasari, 2019). Beberapa komplikasi fatal umumnya seringkali terjadi pada minggu pertama masa nifas seperti perdarahan, sepsis serta eklamsia (Yustiawan dan Nandini, 2018).

Risiko komplikasi pada ibu nifas tersebut juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain keadaan status gizi ibu selama masa kehamilan, keadaan sosial ekonomi, kondisi kesehatan saat hamil sampai pada saat kelahiran, serta yang paling utama ialah ketersediaan dan aksesibilitas ibu terhadap pelayanan kesehatan dalam memantau kondisi kesehatannya khususnya pada saat periode nifas (Indrayanti dan Hikmah, 2017).

Apabila ibu memahami dan menyesuaikan diri dengan beberapa perubahannya pasca persalinan, maka ibu tidak akan mengalami ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran. Sebaliknya jika ibu postpartum merasa takut, cemas dan khawatir terhadap perubahannya maka akan terjadi mal adaptaf atau gangguan psikologis. Jika berlangsung lama akan berdampak pada tugas perkembangan ibu. Pada intinya, ibu postpartum dituntut untuk dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahannya dengan peran baru yaitu menjadi ibu dan orang tua (Nandia *et al.*, 2021).

Adaptasi psikologis pada ibu postpartum salah satunya dapat dipengaruhi oleh respon dan dukungan dari keluarga. Dukungan ini merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggota lainnya. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang mendukung akan selalu siap memberikan pertolongan saat dibutuhkan. Dukungan keluarga sangat penting diberikan kepada ibu postpartum (Saufika, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Xie *et al.*, 2010) kurangnya dukungan keluarga yang diberikan pada saat postpartum sangat besar pengaruhnya terhadap peningkatan depresi postpartum. Jika dukungan keluarga diberikan pada ibu postpartum maka ia akan merasa dihargai dan tidak merasa sendiri. Dukungan keluarga sangatlah dibutuhkan untuk menghindari mal adaptif maternal postpartum. Kesehatan dan Kelangsungan ibu dan bayi sangat dipengaruhi oleh berbagai factor pelayanan kebidanan yang diberikan kepada ibu, anak, keluarga, dan masyarakat (Henri, 2018). Melihat besarnya hubungan dukungan keluarga pada ibu postpartum selama melewati fase pada masa nifas, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan dukungan keluarga dengan pencapaian kesiapan kemandirian ibu postpartum.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan design *cross sectional study*. Penelitian dilaksanakan pada Praktek Mandiri Bidan Hj. Rismawati pada bulan April-Juli 2022. Teknik pengambilan sampel dengan cara *nonprobability sampling* menggunakan *accidental sampling sampling*, yakni teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, sehingga peneliti bisa mengambil sampel pada siapa saja yang ditemui tanpa perencanaan sebelumnya. Jumlah populasi sebanyak 55 ibu postpartum dan didapatkan jumlah sampel sebanyak 35 orang. Subjek yang menjadi sampel penelitian telah menyetujui melalui *informed consent*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner yang sudah paten berdasarkan variabel diteliti dari dukungan keluarga untuk mencapai kesiapan kemandirian ibu postpartum yang berisi tentang pemberian nasehat dalam pengasuhan bayi oleh keluarga, perhatian keluarga dalam perawatan bayi, dan kontribusi keluarga dalam membantu ibu postpartum saat merawat bayi. Pada penelitian ini menggunakan analisis *chi-square* dengan signifikan $p\text{-value} < 0,05$ untuk melihat apakah ada hubungan dukungan keluarga dengan pencapaian kesiapan kemandirian ibu postpartum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari karakteristik umur terbanyak pada kategori 25-34 tahun sebanyak 23 (65,7%), pada karakteristik pendidikan terbanyak pada lulusan SMA yaitu 11 (31,4%) dan pada karakteristik pekerjaan terbanyak sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 23 (65,7%).

Tabel 1. Karkteristik subjek (n=35)

Variabel	n	%
Umur		
16 -24	7	20,0
25 - 34	23	65,7

Variabel	n	%
35-45	5	14,3
Pendidikan		
Sarjana / Diploma	10	28,6
SMA	11	31,4
SMP	9	25,7
SD	5	14,3
Pekerjaan		
PNS	3	8,6
Honorar	5	14,3
Wiraswasta	4	11,4
IRT	23	65,7
Total	35	100,0

Sumber: Data primer, 2022

Hasil penelitian menunjukkan usia terbanyak responden pada kategori 25-34 tahun (65,7%). Hal ini membuktikan bahwa semakin matang usia seseorang maka semakin baik dalam menerima informasi. Penelitian yang dilakukan oleh (Sari *et al.*, 2017) bahwa cukup umur individu maka semakin matang dalam berfikir dan bekerja dan semakin kondusif dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

Table 1 juga menunjukkan bahwa responden dengan Pendidikan terbanyak SMA/ sederajat (31,4%) dan selanjutnya latar pendidikan sarjana/diploma sebanyak (28,6%). Hal ini di kuatkan oleh teori Notoatmodjo (2010) bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah dalam menerima informasi. Walaupun mudah menerima informasi tetapi orang dengan pendidikan tinggi biasanya masih membandingkan antara informasi dan fakta yang didapat.

Pengaruh dukungan keluarga terhadap kesiapan kemandirian ibu postpartum

Tabel 2 menunjukkan hasil uji analisis *chi-square* yang didapatkan nilai *p-value*=0,001<0,05 yang artinya ada hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan kemandirian ibu postpartum.

Tabel 2. Pengaruh dukungan keluarga terhadap kemandirian ibu postpartum dalam pencapaian kemandirian ibu postpartum

Variabel	Kemandirian				<i>p-value</i>	
	Baik		Kurang Baik			
Dukungan Keluarga	n	%	n	%	n	%
Baik	17	49,0	2	5,7	19	54,7
Kurang Baik	4	13,0	12	34,3	16	45,3
Total	21	60,0	14	40,0	35	100,0

Keterangan: *Uji *chi-square* signifikan jika *p-value*<0,05

Pada kenyataannya masih banyak ibu yang butuh dukungan keluarga. Dukungan keluarga seperti bantuan orang tua dalam merawat bayi memberikan dampak positif kepada pencapaian peran ibu primipara yang baik. Ibu dengan usia dewasa muda dan tingkat pendidikan yang baik akan mempengaruhi pemahaman, tingkat pengetahuan, dan emosional yang baik untuk merawat bayinya. Dukungan peran orang tua yang baik pada umumnya berkaitan erat dengan adanya berbagai permasalahan kesehatan yang

mereka hadapi disebabkan karena faktor ketidak mampuan dalam mengatasi berbagai masalah yang mereka hadapi (Hidayah *et al.*, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Saleh *et al.* (2015) mengatakan dalam pencapaian peran menjadi ibu yang merupakan konsep inti dalam teori MRA, kemampuan ibu merupakan hal yang penting. Pada konsep kedua dari teori keperawatan MRA menjelaskan bahwa role strain-role conflict (konflik peran) didefinisikan sebagai konflik dan kesulitan yang dirasakan oleh wanita dalam penyesuaiannya terhadap tugas peran ibu, dipengaruhi oleh kemampuannya dalam berinteraksi dengan bayinya. Selanjutnya infant temperament yang dikaitkan dengan kesulitan bayi dalam mengirimkan berbagai isyarat, juga dipengaruhi oleh ketidakmampuan dan keputusan ibu dalam merawat bayi, sehingga peran keluarga sebagai orang yang dapat memberi dukungan positif sangat dibutuhkan pada kondisi ini.

Kecemasan postpartum masih menjadi masalah masyarakat di Indonesia dan serig tidak terdeteksi karena minimnya pelaporan. Kecemasan ini mengakibatkan gangguan pada psikologis ibu, mengganggu hubungan dengan suami dan anak, gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kecemasan pada ibu nifas dapat memberikan pengaruh yang tidak baik untuk bayi, mental ibu dari bayi itu sendiri serta hubungan pernikahannya. Hormon yang mengalami perubahan dalam angka yang cukup besar akan membuat suasana hati ibu berubah yaitu seperti hormon progesterone, estrogen, kelenjar tiroid, kortisol dan prolaktin. Kecemasan pada ibu nifas biasanya hanya diabaikan dan tidak dilakukan penanganan, hal ini dikhawatirkan akan berlanjut ke tahap yang lebih parah yaitu depresi pada ibu postpartum (Rahmaningtyas *et al.*, 2019; Sari *et al.*, 2022).

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi ibu nifas tentang perawatan diri semakin mandiri dalam kemandirian perawatan masa nifas. Peningkatan pengetahuan dan motivasi tetap diperlukan untuk meningkatkan kemandirian dalam perawatan diri selama early postpartum. Kemampuan perawatan diri secara mandiri dipengaruhi oleh faktor yaitu keterampilan yang sudah dimiliki, pengetahuan, motivasi, usia, kepercayaan dan nilai (Safitri dan Cahyanti, 2016).

Pendampingan ibu nifas sangat dibutuhkan dalam perannya untuk merawat bayi selain suami dan keluarga, peran Bidan sebagai tenaga kesehatan yang paling dekat dengan ibu sangat dibutuhkan dalam melakukan edukasi perawatan bayi kepada ibu dan suami (Susilawati *et al.*, 2020; Ulfah *et al.*, 2021).

Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa kemandirian seorang ibu sangat erat dihubungkan dengan dukungan keluarga. Keluarga merupakan bagian terdekat dari seorang ibu. Keluarga yang dimaksud bukan hanya suami tetapi orang tua atau orang yang tinggal disekitarnya membawa pengaruh besar dalam kemandiriannya. Perasaan stress, tertekan, dan tidak nyaman yang dialami oleh seorang ibu menyebabkan sulit berkonsentrasi baik, dukungan keluarga yaitu perhatian suami dan keluarga yang kurang, ibu nifas yang belum memiliki pengalaman dalam melahirkan dan merawat bayinya (Windari *et al.*, 2018; Martina *et al.*, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, yaitu ada hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan kemandirian ibu postpartum, ini dibuktikan dari hasil analisis mendapatkan $p\text{-value}=0,001$ ($\alpha<0,05$). Pentingnya edukasi pada keluarga dalam mempersiapkan kemandirian ibu saat proses nifas sehingga diharapkan dapat membuat ibu lebih siap dalam menghadapi perannya sebagai ibu

DAFTAR PUSTAKA

- Heni PW. 2018. Asuhan Kebidanan Nifas dan menyusui. Jakarta: Kemenkes RI.
- Hidayah, Nurul Y, Azza A, Yulis ZE. 2021. Hubungan Pengetahuan Tentang Perawatan Bayi Baru Lahir Dengan Penerimaan Peran Baru pada Ibu Primipara di Desa Tugusari Kabupaten Jember. [Skripsi]. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- Indrayanti I, Hikmah H. 2017. Pemberdayaan Ibu Hamil melalui Perawatan Diri sebagai Upaya Pengurangan Risiko Kematian Maternal di Kecamatan Tretap Kabupaten Temanggung. Prosiding Seminar Nasional Geografi UMS, 728–739.
- Kemenkes [Kementerian Kesehatan]. 2019. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kurniasari L. 2019. Analisis Pelaksanaan Pencegahan Komplikasi Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Paal V Kota Jambi Tahun 2018. *Scientia Journal*, 8(1).
- Martina A, Rilyani, Elliya R. 2021. Kecemasan Pada Ibu Postpartum Primipara dengan Produk ASI. *MANUJU : Malahayati Nursing Journal*.
- Nandia JRD, Anggorowati, Asmara FY. 2021. Perawatan Diri Ibu Primipara Selama Periode Nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4: 459–470.
- Notoatmodjo S. 2010. Promosi Kesehatan dan ilmu perilaku. Rineka Cipta: Jakarta.
- Rahmaningtyas I, Winarni S, Mawarni A, Dharminto. 2019. Hubungan Beberapa Faktor dengan Kecemasan Ibu Nifas di Wilayah Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4): 7.
- Safitri Y, Cahyanti RD. 2016. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Motivasi terhadap Kemandirian Ibu Nifas Dalam perawatan Diri Selama Early Postpartum. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 5(4): 1937–1945.
- Saleh A, Nurachmah E, As S, Hadju V, Studi Ilmu Keperawatan P, Kedokteran F, Ilmu Keperawatan F, Kesehatan Masyarakat F. 2015. The Effect Of Health Education With Modelling Approach on Mother's Knowledge, Practice Ability And Maternal Confidence of Infant Growth and Development. *Repository Pascasarjana Universitas Hasanuddin*.
- Sari AK, Probowati R, Khoir AN. 2017. Preterm Dengan Pendekatan Theory of Goalattainment: The Postpartum Mother Intermination of Preterm Baby With Theory of Goal Attainment Approach. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 3(2): 30-36.
- Sari LP, Aji SP, Kusuma DCR, Rini P, Nurvitasari RD, Suriati I, Saleh UKS, Argaheni NB, Satria E. 2022. Asuhan Kebidanan Nifas Normal. Padang: Global Eksekutif Teknologi.
- Saufika F. 2019. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Waktu Pencapaian Adaptasi Psikologis (Letting Go) pada Ibu Postpartum di Wilayah Puskesmas Maesan Bondowoso. [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Susilawati EH, Rahayu ES, Mulyo GP, Nuryat S. 2020. the Effect of Postpartum Accompaniment to Mother's the Effect of Postpartum Accompaniment to Mother's. *Sapporo Medical Journal*, 54(05): 1–8.
- Ulfah B, Fathony Z, Mariati N. 2021. Midwife Assistance on the Independence of Postpartum Mothers Caring Their Newborns in the Martapura Public Health Center 1. *Siklus: Journa Research Midwifery Politeknik Tegal*, 10(2): 88–93.
- Wahyuni N, Nurlatifah L. 2017. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Proses Involusi Uterus pada Masa Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Kabupaten

- Lebak Provinsi Banten. *Jurnal Medike*, 4(2): 167-176. <https://doi.org/10.36743/medikes.v4i2.83>.
- Windari EN, Putri R, Astriani SN. 2018. Hubungan Karakteristik Ibu (Usia, Paritas, Pendidikan) Dan Dukungan Sosial Suami dengan Keikutsertaan Senam Hamil di Desa Pandanmulyo. *Journal of Issues in Midwifery*, 2(3): 30–40. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2018.002.03.3>.
- Xie RH, Yang J, Liao S, Xie H, Walker M, Wen SW. 2010. Prenatal family support, postnatal family support and postpartum depression. *Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 50(4): 340-345.
- Yustiawan T, Nandini N. 2018. Literasi Informasi Kesehatan Nifas Ibu Hamil Bertatus Sosial Menengah ke Bawah. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 6(2):122-128. <https://doi.org/10.20473/jaki.v6i2.2018.122-128>.