

## **BAB I. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Ustadz Khalid Basalamah (2017) mengemukakan Pernikahan merupakan penyatuan dua lawan jenis dalam sebuah ikatan ritual agama yang menghalalkan hubungan biologis di antara keduanya serta menyatukan antara dua keluarga, suku, dan negara. Dengan adanya pernikahan suami istri akan mempunyai suatu pengalaman, rutinitas baru, tanggung jawab baru dan harapan baru. Pada umumnya awal dari adanya sebuah pernikahan adalah mempunyai keturunan untuk melanjutkan regenerasi.

Zan dan Lumongga (2010) mengatakan bahwa Kehamilan merupakan sebuah fase di mana seorang perempuan membawa embrio kedalam rahimnya yang merupakan dimana awal terjadinya perubahan fisik dan psikis. Kehamilan juga merupakan awal dunia baru bagi pasangan suami istri karena dengan adanya berita ini diharapkan dapat membawa suasana bahagia dalam keluarga. Oleh karena itu, persiapan yang baik secara fisik dan psikis harus sangat dipersiapkan.

Terutama pada perubahan psikis ibu hamil terdapat 3 perubahan antara lain pascapartum *blues* (*Maternity Blues* atau *Baby Blues*), depresi pascapartum dan psikosa partum. *Baby blues syndrome* merupakan gangguan suasana hati yang berhubungan dengan para ibu muda yang sedang hamil atau para ibu yang baru melahirkan dan mengalami trauma atau stres pasca melahirkan. Biasanya akan timbul reaksi psikis yang berbeda-beda, mulai dari khawatir, ketakutan ataupun kebahagiaan. *Baby blues syndrome* menghasilkan sekitar 80% perempuan yang melahirkan akan mengalaminya dan bisa terjadi dalam 14 hari pertama setelah melahirkan dan cenderung lebih buruk sekitar hari ketiga atau keempat setelah persalinan.

Faktor pendukung dari fase seorang ibu yang mengalami *baby blues* memerlukan dukungan sosial dari suami, keluarga, teman maupun tenaga kesehatan. Jika pada fase ini tidak mendapatkan dukungan, maka periode pink ini akan menjadi periode *blues*

pada fase berikutnya (*fase taking hold*) (Bobak, 2005). Pada *baby blues* terdapat gejala-gejala seperti reaksi depresi, sedih, disforia, mudah menangis, mudah tersinggung, cemas, nyeri kepala, labilitas perasaan, cenderung menyalahkan diri sendiri, merasa tidak mampu, gangguan tidur dan gangguan nafsu makan. Menurut Perry & Bobak (2000) Biasanya gejala akan muncul setelah proses persalinan dan pada umumnya akan hilang dalam waktu antara beberapa jam sampai sepuluh hari atau lebih. Namun pada beberapa minggu atau bulan kemudian dapat berkembang menjadi keadaan yang lebih berat.

Dari hasil data kuesioner yang perancang lakukan dari 55 responden bahwa 94,4% calon ibu yang mengetahui *baby blues syndrome* dan 46,3% ibu mengetahui *baby blues* dari media online dan masa. Lalu dari hasil kuesioner mengenai ibu, teman atau kerabat yang mengalami *baby blues* sekitar 42,6%, 52,9% menurut ibu suami yang paling penting turut membantu menjaga anak, sebanyak sebanyak 38,9% yang menjawab tidak boleh stres, setelah di akumulasi sekitar 41,7% menjawab psikologis, hal yang harus dipersiapkan sebelum kehamilan yaitu setelah di akumulasi sekitar 38,2% menjawab mental, sekitar 98% calon ibu tertarik mengikuti kegiatan tentang persiapan kehamilan dan melahirkan, 42,6% ibu menjawab sudah mengelola emosi saat hamil.

Terdapat beberapa kasus yang berada pada *baby blues syndrome* yaitu minimnya support system dari pasangan dan keluarga, ibu tidak menyadari bahwa ibu mengalami *baby blues syndrome*, para orang tua atau mertua suka menyangkutpautkan dengan mitos-mitos yang ada, minimnya parenting terhadap ibu baru, kata-kata *baby blues* suka di sangkutpautkan kedalam kasus *post partum depression*

Ibrahim (2018) menyatakan bahwa untuk mencegah supaya tidak menjadi gangguan yaitu pertama adalah pasangan yang akan menikah betul-betul menginginkan untuk punya anak, jadi anak itu bukan anak hasil kecelakaan atau tidak direncanakan. Maka dari itu harus dipersiapkan sungguh-sungguh dari kesehatan fisik, emosi, psikologi, terutama ekonomi itu harus sudah betul-betul matang dan dengan disiapkan kemudian

di iklaskan dan betul-betul dinikmati dengan sangat-sangat bahagia menjadi orang tua, lalu sebenarnya yang paling penting itu peran suami karena suami lah yang selalu ada bersama kita.

Dalam ilmu psikologi depresi ini termasuk dalam golongan depresi ringan, akan tetapi *baby blues syndrome* ini memerlukan adanya informasi kepada calon ibu baru akan bahayanya apabila si penderita tidak mengetahui gejala dan juga cara mencegahnya. Maka dari itu perancang mengangkat sebagai topik tugas akhir (TA). Dan perancang mengharapkan dengan adanya hasil dari tugas akhir ini akan lebih membantu para calon ibu untuk lebih mudah mengetahui ciri-ciri *baby blues syndrome*, cara mengatasi, dan juga lebih menyadarkan para calon ibu akan bahayanya mengesampingkan gejala-gejala *baby blues syndrome*.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

- Adanya beberapa kasus yang terjadi pada ibu yang mengalami *baby blues*
- Beberapa calon ibu baru kurang mengetahui kalau dirinya memiliki gejala akan *baby blues*.
- Sekitar 42,6% ibu sudah mengelola emosi saat hamil.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Dari beberapa penjabaran yang telah diuraikan di latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang diatas, dapat disimpulkan rumusan masalah yaitu bagaimana menginformasikan tentang *baby blues syndrome* dan cara pencegahannya melalui media yang efektif.

## **1.4 Batasan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, agar permasalahan dapat terfokuskan dan dapat mempermudah proses penyusunan data maka perancang akan menggunakan informasi

dalam batasan masalah disini membahas tentang mengatasi *baby blues syndrome* pada calon ibu baru yang dapat dipahami bagi semua masyarakat.

## **1.5 Tujuan dan Manfaat**

### **1.5.1 Tujuan**

Berdasarkan permasalahan di atas tujuan dari informasi yang dilakukan ini agar masyarakat bisa mempunyai pengetahuan tentang faktor apa saja yang bisa menyebabkan, dampak dan mengatasi *baby blues syndrome* pada calon ibu baru.

### **1.5.2 Manfaat**

Adapun manfaat dari informasi ini diharapkan dapat menghasilkan manfaat yang dimana nantinya calon ibu baru lebih paham terkait *baby blues syndrome* gejala, penyebab, dan dampaknya, setelah mengetahui informasi tersebut bisa dapat mencegah *baby blues* pada calon ibu baru.