

Narrative Review: Karakteristik dan Prevelensi Baby Blues Syndrome

Irsanti Sasmita¹, Irma Santy², Farid Abdullah³, Masita Fujiko⁴, Uyuni Azis⁵

¹ Program Studi Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran UMI

^{2,5} Dosen Bagian Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran UMI

^{3,4} Dosen Bagian Obstetri & Ginekologi, Fakultas Kedokteran UMI

e-mail : Irsantisasmita05@gmail.com

Abstrak

Selama masa kehamilan, baik ibu maupun janin yang sedang berkembang dapat menghadapi berbagai risiko gangguan kesehatan. Depresi selama kehamilan dapat disebabkan beberapa faktor yaitu kerentanan individu terhadap stres, pengalaman peristiwa kehidupan yang penuh tekanan seperti kehamilan, dan riwayat depresi yang sebelumnya. Stress pasca melahirkan cenderung dialami oleh sebagian besar ibu yang baru pertama kali melahirkan. Keadaan psikologis yang berupa stress pada ibu melahirkan ini disebut dengan istilah *baby blues syndrome* atau *postpartum blues* atau yang sering disebut *baby blues* merupakan periode emosional stress yang terjadi pada 80% ibu setelah melahirkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik dan prevalensi *baby blues syndrome*. Penelitian yang dilakukan adalah Literature Review dengan desain Narrative Review. Berdasarkan hasil pencarian didapatkan sebanyak 20 artikel yang relevan untuk digunakan dalam Narrative Review ini, 20 jurnal yang menyatakan bahwa karakteristik *baby blues syndrome* yaitu usia, pendidikan, komplikasi persalinan, status ekonomi dan dukungan keluarga pada pasien. Dari penelitian dapat disimpulkan bahwa karakteristik *baby blues syndrome* berdasarkan usia terbanyak ditemukan pada usia 20-35 tahun sebanyak 80%, berdasarkan Pendidikan terbanyak ditemukan pada Pendidikan SMA sebanyak 50%, berdasarkan komplikasi persalinan ditemukan pada tidak memiliki komplikasi persalinan sebanyak 60%, berdasarkan status ekonomi terbanyak ditemukan pada status ekonomi baik sebanyak 60%, berdasarkan dukungan keluarga ditemukan pada terdapat dukungan keluarga sebanyak 65%, dan prevelensi terjadinya baby blues syndrome adalah sebanyak 50%

Kata Kunci : *Karakteristik, Prevalensi, Baby Blues Syndrome*

Abstract

During pregnancy, both the mother and the developing foetus can face various risks of health problems. Depression during pregnancy can be caused by several factors, namely individual susceptibility to stress, experience of stressful life events such as pregnancy, and a previous

history of depression. Postnatal stress tends to be experienced by most first-time mothers. This psychological state in the form of stress in mothers giving birth is called baby blues syndrome or postpartum blues or often called baby blues is a period of emotional stress that occurs in 80% of mothers after giving birth. This research aims to knowing the characteristics and prevalence of baby blues syndrome. The research conducted was Literature Review with Narrative Review design. Based on the search results obtained as many as 20 relevant articles to be used in this Narrative Review, 20 journals which state that the characteristics of baby blues syndrome are age, education, childbirth complications, economic status and family support in patients. From the research can be concluded that the Characteristics of baby blues syndrome based on age are most found in those aged 20-35 years as much as 80%, based on education most found in high school education as much as 50%, based on birth complications found in no birth complications as much as 60%, based on economic status most found in economic status good as much as 60%, based on family support it was found that there was family support as much as 65%, and the prevalence of baby blues syndrome was 50%.

Keywords: *Characteristics, Prevalence, Baby Blues Syndrome.*

PENDAHULUAN

Selama masa kehamilan, baik ibu maupun janin yang sedang berkembang dapat menghadapi berbagai risiko gangguan kesehatan. Gangguan kesehatan tersebut dapat terjadi secara fisik maupun psikologis. Wanita hamil rentan mengalami gangguan psikiatri seperti stress, depresi maupun gangguan mental lain yang lebih berat. Gangguan mental yang paling sering ditemukan pada ibu hamil dan setelah kehamilan adalah gangguan depresi.

Depresi selama kehamilan dapat disebabkan beberapa faktor yaitu kerentanan individu terhadap stres, pengalaman peristiwa kehidupan yang penuh tekanan seperti kehamilan, dan riwayat depresi yang sebelumnya. Gangguan ini terjadi karena ada perubahan zat kimia atau secara spesifik terjadi karena hormon. Perubahan ini menyebabkan gangguan pada tubuh dan psikologi.

Depresi selama kehamilan bisa dibilang merupakan kondisi lanjutan dari baby blues, atau yang disebut juga postpartum distress syndrome. Baby blues syndrome dan depresi pasca melahirkan merupakan gangguan psikologis yang bisa dialami ibu setelah melahirkan. Baby blues syndrome adalah perasaan sedih yang dialami banyak wanita di masa-masa awal setelah melahirkan.

Prevalensi kejadian baby blues syndrome dari berbagai penelitian berbeda di tiap Negara, berkisar antara 10%-34%. 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% dari wanita pasca persalinan. Data di provinsi Sulawesi selatan pada tahun 2015 sebanyak 614 orang dengan riwayat persalinan spontan yaitu bersalin normal sebanyak 530 orang, bersalin dengan tindakan (vacuum, forcep, induksi) sebanyak 44 orang bersalin secara SC (section caesaer) sebanyak 40 orang. meskipun persalinan sangat tinggi namun tidak menutup kemungkinan dari wanita pasca mengalami postpartum

blues. Pada tahun 2013 pada bulan januari-mei terdapat kasus nifas dengan postpartum blues.

Stress pasca melahirkan cenderung dialami oleh sebagian besar ibu yang baru pertama kali melahirkan. Kondisi stress ini menunjukkan bahwa sebagian ibu baru mengalami perubahan emosional yaitu terkadang merasa bahagia dan di waktu yang hampir bersamaan merasakan kesedihan tanpa sebab. Perubahan emosional ini ditandai oleh adanya kekhawatiran akan perhatian dari suami atau keluarga dekat yang teralihkan karena kehadiran bayi, ketakutan tubuhnya tidak lagi ideal, kekhawatiran tidak bisa memberikan ASI kepada buah hati, gelisah dan hilangnya minat untuk melakukan aktivitas sehari-hari yang sebelumnya disukai dan dilakukan, merasa terabaikan oleh suami dan keluarga dekat, merasa lelah dan kehilangan energi, kemampuan berpikir dan konsentrasi menurun, merasa bersalah dan tidak berguna, serta sulit tidur.

Keadaan psikologis yang berupa stress pada ibu melahirkan ini disebut dengan istilah *baby blues syndrome* atau *postpartum blues* atau yang sering disebut *baby blues* merupakan periode emosional stress yang terjadi pada 80% ibu setelah melahirkan.

Depresi pada ibu hamil akan berpengaruh negatif terhadap kesehatan fisik dan mental ibu dan janin. Misalnya pada anak dari ibu yang mengalami depresi lahir dengan berat badan rendah, risiko gangguan iram jantung, peningkatan resiko keterlambatan perkembangan dan prematuritas, peningkatan reaktifitas fisiologis, dan lebih banyak masalah perilaku dimasa kanak-kanak dan remaja dari pada anak dari ibu yang tidak depresi. Gangguan depresi yang dialami saat hamil dapat berpengaruh pada kondisi kesehatan bayi.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian Literature Review dengan desain Narrative Review. Metode ini digunakan untuk mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan menafsirkan semua penelitian yang tersedia. Dengan penggunaan metode ini, dapat dilakukan review dan identifikasi jurnal secara sistematis, yang pada setiap prosesnya mengikuti langkah-langkah atau protokol yang telah ditetapkan.

Jenis data pada penilitian ini berupa data sekunder, yaitu database dari berbagai referensi, seperti jurnal penelitian, review jurnal, annual report, buku dan data-data yang berkaitan dengan karakteristik pasien baby blues syndrome diterbitkan pada tahun 2019-2023. Pencarian literatur dilakukan melalui database elektronik yaitu Google Scholar, Clinical Key, PubMed, Researchgate, hasil survey nasional seperti RIKESDAS, PSG dan WHO, dicari dengan menggunakan kata kunci: Baby blues syndrome. Analisis konten dilakukan dengan menggunakan tabel sintesis dengan membandingkan metode penelitian, subjek dan objek penelitian, serta variabel yang diteliti mencakup karakteristik pasien baby blues syndrome.

HASIL DAN PEMBAHASAN

No	Nama Jurnal (Tahun Terbit)	Judul	Metode	Penulis	Hasil	Elektronik Based & Link
1.	Journal of Healthcare Technology and Medicine (Tahun 2022)	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Baby Blues Syndrome Pada Ibu Post Partum di RSUD dr. Zainoel Abidin Kota Banda Aceh	Kuantitatif dengan metode korelatif	Roza Aryani, dkk	Hasil analisa data bivariat menunjukkan ada hubungan usia dengan baby blues syndrome pada ibu postpartum ($p=0,018$), pendidikan ($p=0.001$), jenis persalinan ($p=0,000$), komplikasi kelahiran ($p=0,025$), serta dukungan keluarga dengan baby blues syndrome pada ibu postpartum ($p=0,031$).	https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/2401
2.	EAS Journal of Nursing and Midwifery (Tahun 2023)	The Influence of Individual Characteristics, Internal and External Factors of Postpartum Mothers with Baby Blues Syndrome in Rural and Urban Areas in Kupang City	Deskriptif analitik	Servasi a Yosefin a Mones, dkk	Dari hasil uji Chi-Square, faktor-faktor yang secara signifikan mempengaruhi kejadian BBS antara lain pendidikan ($p=0,023$), jenis persalinan ($p=0,025$), status ekonomi keluarga ($p=0,005$), dan dukungan sosial ($p=0,039$). Dari uji beda Mann Whitney Test didapatkan bahwa terdapat perbedaan faktor antara daerah pedesaan dan	https://doi.org/10.36349/easin.m.2023.v05i01.001

				perkotaan, antara lain pendidikan (Sig.2 Tailed=0,029), pekerjaan (Sig.2 Tailed=0,001), status gizi (Sig.2 Tailed=0,001), paritas (Sig.2 Tailed=0,010), jenis persalinan (Sig.2 Tailed=0,000), dan status ekonomi keluarga (Sig.2 Tailed=0,000).
3. Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal (Tahun 2019)	HUBUNGAN KARAKTERIS TIK IBU PRIMIPARA DENGAN TERJADINYA BABY BLUES	Analitik observasion al	Sopiatun Nadariah, dkk	Dari sampel 21 ibu nifas primipara yang bersedia menjadi responden. Didapatkan hasil karakteristik ibu primipara antara lain usia (p=1), pendidikan (p=0,570), pekerjaan (p=0,122), status kehamilan (p=0,599), dukungan keluarga atau suami (p=1), dan tidak didapatkan hubungan antara karakteristik dengan kejadian baby blues. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara karakteristik ibu primipara dengan kejadian baby blues.
4. International Journal Scientific and Profesional	Prevalence And That Contributing of	Crosss sectional study	Ekadewi Retnosari, dkk	Karakteristik sosio-demografi ibu pascapersalinan Terdapat 531 ibu

(IJ-ChiProf) (Tahun 2022)	Baby Blues Syndrome On Postpartum Mothers	yang melahirkan dan melakukan kunjungan pascapersalinan selama periode penelitian. Di antara mereka, 208 ibu diikutsertakan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik pengambilan sampel acak sistematis, dengan tingkat partisipasi 100%. Di antara subjek penelitian, 441 (85,7%) berusia 25-45 tahun dan hampir 85% sudah menikah. Mayoritas peserta, 350 (65,9%) telah mengikuti pendidikan formal. Dalam hal etnisitas, mayoritas peserta penelitian, 403 (75,9%) adalah penduduk asli Muara Enim dan 128 (24,1%) adalah etnis dari luar. Sebanyak 461 (86,8%) peserta memiliki penghasilan di atas pendapatan minimum bulanan sebesar Rp. 3.158.000,-.	
5. Jurnal Kedokteran: Media Informasi Ilmu Kedokteran dan	Factors Influencing the Occurrence of Baby Blues Syndrome in Postpartum Mothers	Analitik Namirah, dkk	Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 50 ibu pasca melahirkan yang memenuhi kriteria inklusi, dan kuesioner digunakan untuk

<https://doi.org/10.36679/kedokteran.v8i2.10>

Kesehatan (Tahun 2023)	<p>mengumpulkan data. Ditemukan hubungan yang signifikan antara faktor pendidikan dan pekerjaan dengan terjadinya sindrom baby blues. Sedangkan faktor usia, paritas, dan jenis persalinan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan terjadinya sindrom baby blues.</p>
<p>6. Jurnal Ilmiah Karakteristik Kebidanan Ibu Postpartum dan Dukungan Suami dengan Baby Blues Syndrome (Tahun 2023)</p>	<p>Deskriptif kuantitatif Ni Wayan Eka Wahyuni, dkk Hasil menunjukkan bahwa dari 31 sampel, terdapat 24 responden (80.6%) dengan rentang umur antara 20-35 tahun, berpendidikan tinggi sebanyak 16 responden (51.6%), merupakan kehamilan pertama sebanyak 18 responden (58.1%) dan bekerja sebanyak 20 responden (64.5%), serta dukungan suami dalam kategori baik 25 responden (80.6%). Ibu yang mengalami gejala baby blues syndrome sebanyak 6 responden (19.4%) dengan dukungan suami dalam kategori cukup.</p> <p>https://doi.org/10.33992/jik.v11i1.2440</p>

7. Gema BidanHubungan Indonesia Usia Dan (Tahun Paritas Ibu 2021)	Hubungan Usia Dan Paritas Ibu Dengan Kejadian Postpartum Blues Di PMB “W”Magetan	Analitik	Oktavia Puspita Sari, dkk	uji statistik pada variabel usia dengan kejadian postpartum blues diperoleh nilai $p = 0,031$ (0,05) sehingga disimpulkan ada hubungan antara usia ibu dengan kejadian postpartum blues, hasil uji statistik pada variabel paritas dengan kejadian postpartum blues diperoleh nilai $p = 0,040$ (0,05) sehingga disimpulkan ada hubungan antara paritas ibu dengan kejadian postpartum blues.	https://gebindo.poltekk-esdepkes-sby.ac.id/index.php/gebindo/article/view/3
8. Macedonian Journal of Medical Sciences. (Tahun 2021)	Determinants of Postpartum Blues for Mothers Survey Study at the Madiun City General Hospital	Cross-sectional study	Tinuk Esti Handayani, dkk	Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia terhadap gejala postpartum blues memiliki nilai $p = 0,006$, dan jenis persalinan memiliki nilai $p = 0,032$. Sementara itu, analisis data menggunakan uji chi-square pengalaman melahirkan (paritas) terhadap gejala postpartum blues menunjukkan nilai $p = 0,033$, pendidikan menunjukkan nilai $p = 0,006$, dan dukungan keluarga menunjukkan nilai $p = 0,000$.	https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7348
9. PLACENTU The		Analitik	Ni Hasil		https://doi.org/

M Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya (Tahun 2021)	Jurnal Relationship of Mother Characteristics and Husband Support With The Risk of Postpartum Blues In Postpartum Mothers		Made Ari Febriya nti, dkk	penelitian adidapatka n sebagian besar (73,3%) responden tidak mengalami gejala postpartum blues dan hampir setengahnya (26,7%) reponden mengalami gejala postpartum blues. Hasil bivariatimenunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan ($p=0,00$), paritas ($p=0,00$), dukungan suami ($p=0,00$) dengan resiko terjadinya postpartum blues	rg/10.2096 1/placentu m.v9i2.536 57
10. Jurnal Psikologi Poseidon (Tahun 2022)	Hubungan Karakteristik Ibu Primipara dengan Terjadinya Baby Blues	kuantitatif	Imaniar Astrisar i Putri, dkk	Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara penyesuaian diri dan dukungan sosial suami dengan BBS pada ibu melahirkan primipara. Ada hubungan yang kuat antara penyesuaian diri dan dukungan sosial suami dengan BBS pada ibu melahirkan primipara.	https://doi.o rg/10.3064 9/jpp.v5i2.7 4
11. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada (Tahun 2022)	Distribusi Frekuensi Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Pasca melahirkan	Deskriptif kuantitatif	Nabilah Tarisa dkk	Pada penelitian ini didapatkan pada 40 ibu pascamelahirkan terdapat 7 responden (17,5%) yang terdeteksi terkena postpartum blues,	https://www .google.co m/url?sa=t &rct=j&q=& esrc=s&so urce=web& cd=&ved=2

		<p>dan 33 responden (82,5%) tidak terkena Postpartum Blues. Bahwa terdapat hubungan antara kejadian postpartum blues dengan karakteristik reponden berdasarkan umur dan penghasilan dengan umur penghasilan.</p>	<p>ahUKEwiUI tH389iDAX VW- DgGHYwm DXQQFno ECA0QAQ &url=https %3A%2F% 2Fakper- sandikarsa. e- journal.id% 2FJIKSH% 2Farticle% 2Fdownloa d%2F430% 2F338%2F &usg=AOv Vaw1ZRW 2g7hzfnML YNDgImHg D&opi=899 78449</p>
<p>12. The Indonesian Journal of Public Health (Tahun 2021)</p>	<p>Differences in Postpartum of maternal Depression Levels Based on Characteristics of Maternal Age and Husband Support</p>	<p>Tisandr a Safira Handini , dkk</p> <p>Hasil penelitian yaitu sebagian besar responden berusia 26-30 tahun; memiliki dukungan suami yang tinggi; dan tidak berisiko depresi. terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat depresi ibu pasca persalinan berdasarkan usia ibu (p=0,014) dan terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat depresi ibu pasca persalinan berdasarkan dukungan suami (p=0,000).</p>	<p>https://doi.org/10.20473/ijph.v16i1.2021.124-133</p>

13. Pediomatern al Nursing Journal (Tahun 2022)	Determinants of Postpartum Blues in Indonesia	Kuantitatif	Dini Kurnia wati, dkk	Hasil analisis menggunakan chi-square menemukan bahwa faktor penentu terjadinya postpartum blues adalah usia (p=0,002), gaji (p=0,032), pendidikan (p=0,001), pekerjaan (p=0,042), jenis persalinan (p=0,0001), dukungan suami (p=0,003), dan status kehamilan (p=0,009) dengan nilai p<0,05.	https://doi.org/10.20473/pmni.v8i1.27649
14. Budapest International Research and Critics Institute-Journal (BIRCI-Journal) (Tahun 2022)	Overview of Baby Blues Syndrome Incidence in Postpartum Mothers Based on Sociodemography during the COVID-19 Pandemic	Kuantitatif dengan deskriptif nanalitik	Endang Khoirun nisa, dkk	Berdasarkan hasil penelitian, tidak ada hubungan antara paritas dengan sindrom baby blues. Terdapat hubungan antara pendamping ibu dengan sindrom baby blues. Ada hubungan antara tempat tinggal setelah melahirkan dengan sindrom baby blues. Tidak ada hubungan antara etnis dengan sindrom baby blues.	http://digilib.akbidyo.ac.id/files/berbagi/Endang%20Jurnal%20-2.pdf
15. International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology (Tahun	Determinant of analysis of baby blues syndrome	Observasio nal analitik	Rahma wati, Rahma wati, dkk	Distribusi usia responden, dominan pada rentang 18-25 tahun, jenis kelamin perempuan, tingkat pendidikan SMA atau sederajat, paritas primipara, hubungan keluarga adalah	https://doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20234076

2024)				suami dan jumlah orang yang tinggal serumah >5 orang, jenis persalinan dominan normal, relasi sosial dominan baik, kejadian baby blues syndrome dominan mengalami baby blues syndrome. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa variabel tingkat pendidikan, status pekerjaan, hubungan keluarga, dukungan sosial berkorelasi dengan kejadian postpartum blues syndrome.
16. Frontiers in Psychiatry (Tahun 2021)	The Transition Observasio From Maternity Blues to Full-Blown Perinatal Depression: Results From a Longitudinal Study	Mario Luciano, dkk	Sebanyak 359 wanita direkrut dalam waktu 3 hari setelah melahirkan, dengan skor total EPDS rata-rata 5,51 ($\pm 4,20$). Delapan puluh tiga wanita (23,1%) melaporkan adanya maternity blues. Rata-rata skor total EPDS adalah 12,8 ($\pm 0,2$) pada kelompok MB vs 4,26 ($\pm 0,2$) pada kelompok tanpa MB ($p < 0,0001$). Prediktor MB adalah adanya gangguan kecemasan dengan onset 6 bulan sebelum kehamilan, preeklampsia,	https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.703180

				peningkatan tingkat kesehatan janin, konflik dengan kerabat selain pasangan dan memiliki pasangan dengan gangguan kecemasan. Pada analisis multivariat, keberadaan MB meningkatkan 7 kali lipat risiko untuk memiliki skor EPDS yang lebih tinggi pada pemeriksaan lanjutan (OR: 7,79; CI: 6,88-8,70, p <0,000). Risiko ini hampir empat kali lebih tinggi 1 bulan setelah persalinan (OR: 4,66; CI: 2,54-6,75, p <0,000), hampir tiga kali lebih tinggi setelah 3 bulan (OR: 2,98; CI: 0,50-5,46, p <0,01) dan hampir enam kali lebih tinggi setelah 12 bulan (OR: 5,88; CI: 3,20-8,54, p <0,000).
17. International Factors Seminar on Global Health (Tahun 2022)	Observasio nal analitik Incidence of Postpartum Blues During the COVID-19 Pandemic in Cimahi City	Fitri Nurhayati, dkk	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 15 ibu yang mengalami postpartum blues, termasuk 53,33% di antaranya berusia di atas 20 tahun. Postpartum blues terjadi pada 10 ibu primipara (66,7%), 9	https://doi.org/10.18502/kme.v2i2.11063

				ibu berpendidikan SMP (60%), dan 10 ibu yang tidak bekerja (66,67%). Usia ibu, pendidikan, pekerjaan dan paritas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian postpartum blues pada ibu nifas di masa pandemi COVID-19	
18. STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan (Tahun 2020)	The Effect of Bounding Attachment in Maternal Postpartum Blues Madura Ethnic	Deskriptif analitik	Adenia Dwi Ristanti , dkk	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15 responden yang mengalami postpartum blues ringan, mayoritas sebanyak 10 responden, memiliki kelekatan yang baik dengan anaknya. Sebanyak 18 responden yang mengalami postpartum blues sedang memiliki bounding attachment yang buruk dengan anaknya dan sebanyak 7 responden yang mengalami postpartum berat juga memiliki bounding attachment yang buruk dengan anaknya. Terdapat hubungan antara bounding attachment dengan postpartum blues dengan nilai P	https://doi.org/10.30994/sjik.v9i2.426

					value sebesar 0,29, semakin baik bounding attachment ibu maka semakin rendah kejadian postpartum blues.
19. Atlantis Press International B.V. (Tahun 2022)	The Effect of Sports on the Phenomenon of Baby Blues Syndrome (Postpartum Blues) in Postpartum Mothers	Studi literatur	Emas Novita Deniati, dkk	Hasil: beberapa artikel menyatakan bahwa olahraga mampu mengatasi depresi pasca melahirkan atau sindrom baby blues dengan waktu intervensi sekitar 4-8 bulan yang diukur dengan menggunakan kuesioner EPDS	beberapa penelitian 10.2991/ahsr.k.220203.010
20 The British Journal of Psychiatry (2024)	British Baby blues, Observasional premenstrual syndrome and postpartum affective disorders: intersection of risk factors and reciprocal influences	Observasional	Natalia Chechko, dkk	Ditemukan korelasi antara tingkat keparahan baby blues dan PMS ($r = 0,397$, $P < 0,001$), dengan kedua kondisi tersebut meningkatkan kemungkinan terjadinya gangguan penyesuaian diri dan PPD (baby blues: $OR = 6,72$, $95\% CI 3,69-12,25$; PMS: $OR = 3,29$, $95\% CI 2,01-5,39$). Baby blues dan PMS secara independen memprediksi apakah seorang ibu akan mengalami gangguan penyesuaian diri atau PPD setelah melahirkan ($\chi^2 (64) =$	https://doi.org/10.1192/bjo.2023.612

198.16, $P < 0.001$). Di antara partisipan yang tidak mengalami depresi, baby blues ditemukan berhubungan dengan primiparitas ($P = 0,012$), riwayat psikiatri keluarga ($P = 0,001$), PMS ($P < 0,001$), dan trauma masa kecil ($P = 0,017$).

Duapuluh artikel dianalisis dengan menggunakan tabel sintesis untuk melihat variabel yang diteliti oleh masing-masing penelitian mengenai karakteristik pasien syndrome baby blues. Dari 20 artikel yang membahas karakteristik pasien syndrome baby blues, 20 artikel menyebutkan karakteristik pasien kolelithiasis, sepuluh artikel menggunakan desain study cross sectional (jurnal 4, 8), metode campuran (Jurnal 1) Deskriptif analitik (Jurnal 2,18,14), Analitik (Jurnal 7,9), Kuantitatif (Jurnal 10,12,13) Observasional (Jurnal 16,20), Studi Literatur (Jurnal 19)

Hasil analisis mengenai karakteristik pasien baby blues syndrome, artikel yang membahas tentang karakteristik pasien baby blues syndrome berdasarkan usia (jurnal 1, 7, 9, 17), enam artikel menggunakan desain study cross sectional (jurnal 4, 8), metode campuran (Jurnal 1) Deskriptif analitik (Jurnal 2,18,14), Analitik (Jurnal 7,9), Kuantitatif (Jurnal 10,12,13) Observasional (Jurnal 16,20), Studi Literatur (Jurnal 19)

Salah satu kekuatan beberapa artikel tersebut adalah penggunaan data yang representatif secara nasional maupun internasional dengan edisi terbaru serta jumlah sampel yang besar yang memadai untuk menganalisis karakteristik pasien baby blues syndrome. Selain itu, beberapa variabel yang mungkin menjadi faktor risiko signifikan karakteristik pasien baby blues syndrome. Hal ini penting agar dapat dilakukan intervensi untuk mengurangi risiko terjadinya baby blues syndrome dan dapat diketahui apakah faktor tersebut mempengaruhi terjadinya baby blues syndrome.

Salah satu keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam beberapa artikel dimana sampel yang kurang merata atau kurang mewakili, akan mengakibatkan kesimpulan yang di peroleh dalam penelitian tidak tepat. Peneliti mungkin cenderung memilih data yang sesuai dengan hipotesis mereka, yang dapat memengaruhi hasil penelitian dan menyebabkan bias pada penelitian. Sumber data yang tersedia dalam studi literatur mungkin tidak lengkap untuk menjawab semua pertanyaan penelitian. Selain itu, beberapa artikel menggunakan cakupan populasi yang kurang. Dengan demikian, penulis menyarankan penelitian masa depan untuk peneliti selanjutnya memperkaya besar sampel penelitian dengan topik serupa untuk supaya mendapatkan hasil yang optimal dan mengembangkan penelitian ini pada

faktor-faktor lain seperti masalah emosional selama kehamilan, harga diri ibu rendah yang dapat mempengaruhi terjadinya baby blues

Pembahasan

Berdasarkan tinjauan pustaka, baby blues syndrome adalah perubahan mood dengan gejala perasaan sedih, merasa tidak berharga dan tidak mempunyai harapan yang terjadi pada ibu sekitar 2 sampai 6 minggu setelah melahirkan penyebab umum terjadinya baby blues syndrome yaitu adaptasi psikologis, hormonal, ekonomi dan keluarga. Dari hasil temuan jurnal di atas kriteria kelayakan dipenuhi oleh 20 penelitian yang diterbitkan dari tahun 2019 sampai dengan tahun 2024. Metode penelitian analitik observasional 20% (4 dari 20), kuantitatif 15% (3 dari 20), deskriptif kuantitatif 10% (2 dari 20), deskriptif analitik 10% (2 dari 20), observasional analitik 20% (4 dari 20), literatur review 5% (1 dari 20), campuran 5% (1 dari 20).

Penelitian Roza Aryani, dkk (2022), menyatakan bahwa pasien yang menderita baby blues syndrome pada ibu postpartum di ruang kebidanan RSUD dr. Zainoel Abidin Kota Banda Aceh Tahun 2021 yaitu 34 pasien dari total 50 pasien. Penelitian ini sesuai dengan Servasia Yosefina Mones, dkk (2023), bahwa dari 119 pasien yang diteliti pasien yang menderita baby blues syndrome kawasan pedesaan dan perkotaan di Kota Kupang adalah 90 pasien. Pada peneliti Nabilah Tarisa, dkk (2022) juga mengatakan bahwa didapatkan ibu pasca melahirkan terdeteksi 7 responden terkena post partum blues. Pada peneliti Mario Luciano, dkk (2021) mengatakan bahwa sebanyak 359 wanita dalam waktu 3 hari 83 wanita melaporan adanya maternity blue.

Oktavia Puspita Sari, dkk (2021) menyatakan bahwa mayoritas ibu nifas yang mengalami postpartum blues adalah ibu dengan usia <20 dengan presentasi 39,13%. Pada penelitian Ni Made Ari Febriyanti, dkk (2021) menyatakan bahwa dari 8 postpartum yang mengalami baby blues syndrome adalah 6 kasus dengan umur <29 tahun. Penelitian Roza Aryani, dkk (2022) mendapatkan usia < 20 tahun atau > 35 tahun mengalami baby blues syndrome sebanyak 12 kasus. Peneliti Fitri Nurhayati, dkk (2022) mengatakan bahwa terdapat 15 ibu yang mengalami postpartum blues diantaranya berusia diatas 20 tahun

Ni Wayan Eka Wahyuni, dkk menyatakan sebagian besar dukungan suami pada ibu postpartum di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Petang 1 Kecamatan Petang Kabupaten Badung sebagian besar dalam kategori baik yaitu sebanyak 25 (80,6%) responden. Berbeda dengan penelitian Tinuk Esti Handayani, dkk (2021) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga tidak cukup sebesar 8 kasus (88,9%). Pada penelitian Imaniar Astrisari Putri, dkk (2022) menyatakan bahwa suami memerankan peranan penting bagi ibu yang baru melahirkan dan perlu memberikan support dalam bentuk perhatian dan dukungan bantuan tenaga. Pada peneliti Tisandra Safira Handini, dkk (2021) juga mengatakan bahwa sebagian besar responden berusia 26-30 tahun memiliki dukungan suami yang tinggi dan tidak beresiko depresi.

Namirah, dkk (2023) menyatakan bahwa dari hasil penelitian pasien mengalami baby blues syndrome tidak memiliki pekerjaan sebanyak 19. Serupa dengan penelitian Oktavia Puspita Sari, dkk (2021) Ni Made Ari Febriyanti, dkk (2021) menyatakan bahwa hasil tertinggi menurut pekerjaan adalah tidak bekerja sebanyak 6 kasus. Pada peneliti Fitri

nurhayati, dkk (2022) 9 ibu yang berpendidikan SMP (60%) dan 10 ibu yang tidak bekerja (66,67%).

Sedangkan pada penelitian Namirah, dkk (2023) menyatakan bahwa ibu dengan primigravida mengalami baby blues syndrome adalah sebanyak 11 kasus. Serupa dengan penelitian Oktavia Puspita Sari, dkk (2021) menyatakan bahwa mayoritas ibu nifas yang mengalami postpartum blues adalah ibu dengan paritas primipara dengan presentasi 69,56%. Penelitian Tinuk Esti Handayani, dkk (2021) juga mendukung bahwa pasien dengan primipara sebanyak 6 kasus. Peneliti Fitri nurhayati, dkk (2022) mengatakan bahwa postpartum blues terjadi pada 10 ibu primipara (66,7%)

Ekadewi Retnosari, dkk (2022), menyatakan bahwa 531 ibu yang melahirkan dan melakukan kunjungan didapatkan riwayat penyakit yang diketahui di kalangan ibu pasca melahirkan dari total peserta penelitian, 31 (10,1%) diketahui mempunyai riwayat penyakit mental. Penelitian Roza Aryani, dkk (2022), menyatakan bahwa kejadian komplikasi kehamilan dengan baby blues syndrome sebanyak 17 kasus. Ni Made Ari Febriyanti, dkk (2021) menyatakan bahwa dari 8 postpartum yang mengalami baby blues syndrome adalah 8 kasus dengan pendidikan rendah.

SIMPULAN

1. Karakteristik baby blues syndrome berdasarkan usia terbanyak ditemukan pada usia 20-35 tahun sebanyak 80%.
2. Karakteristik baby blues syndrome berdasarkan pendidikan terbanyak ditemukan pada pendidikan SMA sebanyak 50%.
3. Karakteristik baby blues syndrome berdasarkan komplikasi persalinan terbanyak ditemukan pada tidak memiliki komplikasi persalinan sebanyak 60%.
4. Karakteristik baby blues syndrome berdasarkan status ekonomi terbanyak ditemukan pada status ekonomi baik sebanyak 60%.
5. Karakteristik baby blues syndrome berdasarkan dukungan keluarga terbanyak ditemukan pada terdapat dukungan keluarga sebanyak 65%. Sampel yang kurang merata atau kurang mewakili, akan mengakibatkan kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian tidak tepat. Pada penelitian sebagian besar sampel mendapat dukungan keluarga.
6. Prevalensi terjadinya baby blues syndrome adalah sebanyak 50%.

Saran yang disarankan oleh peneliti adalah :

1. Diharapkan ibu postpartum mengetahui informasi mengenai postpartum blues sehingga ibu dapat mencegah atau mengatasi terjadinya postpartum blues.
2. Penelitian ini didapatkan jumlah dukungan keluarga yang lebih besar dibandingkan tanpa dukungan keluarga, disebabkan karena sampel yang tidak merata antara faktor dukungan keluarga yang menyebabkan tingginya angka kejadian baby blues pada dukungan keluarga.
3. Dan untuk peneliti selanjutnya memperkaya besar sampel penelitian dengan topik serupa untuk supaya mendapatkan hasil yang optimal dan mengembangkan penelitian ini pada faktor-faktor lain seperti masalah emosional selama kehamilan, harga diri ibu rendah yang dapat mempengaruhi terjadinya baby blues, selain itu alangkah lebih baik untuk

melakukan studi pendahuluan lebih mendalam sebelum menentukan tempat penelitian sehingga diharapkan tidak terjadi pemanfaatan waktu yang kurang maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Putu Utamia Suma Masyuni, Wayan Surya Nata, Putu Aryani. Kejadian Depresi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Negara, Kabupaten Jembrana Tahun 2017. *E-Jurnal Medika*, Vol. 8 No.4 April 2019; 1-8.
- Muhammad Akbar Nugraha Dan Budi Anna Keliat. Depresi Selama Kehamilan Sebagai Faktor Risiko Stunting. *Jurnal Jiwa Volume 3 No 3*, Hal 249 - 262, Agustus 2020; 249-262.
- Susanti Prasetya Ningrum. Faktor-Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Postpartum Blues. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi Desember 2017*, Vol. 4, No. 2, Hal : 205 – 218.
- Vistra Vftisia, Luvi Dian Afriyani. Tingkat Kecemasan, Stress Dan Depresi Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III Di Pmb Ibu Alam Kota Salatiga. *Volumen 4 Nomor 1*, Maret 2021; 61-67.
- Wardiyah Daulay, Sri Eka Wahyuni, Mahnum Lailan Nasution. Kualitas Hidup Orang Dengan Gangguan Jiwa: Systematic Review. *Jurnal Jiwa Volume 9 No 1 Februari 2021*; Hal 187 – 196.
- Julia M. Kensbock, Lars Alkærsig dan Carina Lomberg. The Epidemic Of Mental Disorders In Business—How Depression, Anxiety, And Stress Spread Across Organizations Through Employee Mobility*. *Journal Sage. 2022*, Vol. 67(1)1–48.
- Krisdiana Wijayanti, Feri Anita Wijayanti dan Erni Nuryanti³. Gambaran Faktor – Faktor Risiko Postpartum Blues Di Wilayah Kerja Puskesmas Blora. *Jurnal Kebidanan Vol. 2 No. 5 Oktober 2013*. 57-64.
- Ade Nailul Huda. *Syndrom Baby Blues: Kesan Dan Volume 04, Nomor 02, Desember 2019 Penanganan Dalam Al-Qur’an*. 1-22.
- Ryanawati Putriarsih, Uki Retno Budihastuti, Bhisma Murti. Prevalence And Determinants Of Postpartum Depression In Sukoharjo District, Central Java. *Journal Of Maternal And Child Health (2018)*, 3(1): 395-408.
- Mia Dwianna Widyaningtyas. Pengalaman Komunikasi Ibu Dengan Baby Blues Syndrome Dalam Paradigma Naratif. *Jurnal Manajemen Komunikasi, Volume 3, No. 2, April 2019*, Hlm 202-213.
- Ryanawati Putriarsih, Uki Retno Budihastuti, Bhisma Murti. Prevalence And Determinants Of Postpartum Depression In Sukoharjo District, Central Java. *Journal Of Maternal And Child Health (2018)*, 3(1): 11-24.
- Khadije Rezaie-Keikhaie, Mohammad Edris Arbabshastan, Hosein Rafiemanesh, Mehrbanoo Amirshahi, Shokoufeh Mogharabi Ostadkelayeh, And Azizollah Arbabisarjo. Systematic Review And Meta-Analysis Of The Prevalence Of The Maternity Blues In The Postpartum Period. *Jognn*, 49, 127–136; 2020.
- Retno Arienta Sari. Literature Review: Postpartum Depression. *Jurnal Kesehatan, Volume 11, Nomor 1, Tahun 2020*, hlm 167-174.
- Aryani R, Afriana, Faranita. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Baby Blues Syndrome Pada Ibu Post Partum di RSUD dr. Zainoel Abidin Kota Banda Aceh. *Journal of*

- Healthcare Technology and Medicine Vol. 8 No. 2. 2022.
- Mones SY, Lada CO, Jutomo L et al. The Influence of Individual Characteristics, Internal and External Factors of Postpartum Mothers with Baby Blues Syndrome in Rural and Urban Areas in Kupang City. *EAS Journal of Nursing and Midwifery*. 2023.
- Nadariah S, Febriyana N, Budiono DI. Hubungan Karakteristik Ibu Primipara dengan Terjadinya Baby Blues. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*. 2019.
- Retnosari E, Fatimah S. Prevalence And Factors That Contributing of Baby Blues Syndrome On Postpartum Mothers. *International Journal Scientific and Profesional (IJ-ChiProf)*. 2022.
- Namirah, Yunus P, Nurdin A. Factors Influencing the Occurrence of Baby Blues Syndrome in Postpartum Mothers. *Jurnal Kedokteran: Media Informasi Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*. 2023.
- Wahyuni NW, Rahyani NK, Senjaya A. Karakteristik Ibu Postpartum dan Dukungan Suami dengan Baby Blues Syndrome. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. 2023.
- Sari OP, Suharto A, Herlina T. Hubungan Usia Dan Paritas Ibu Dengan Kejadian Postpartum Blues Di PMB "W"Magetan. *Gema Bidan Indonesia*. 2021.
- Handayani TE, Santosa BJ, Suparji S, Setyasih PA. Determinants of Postpartum Blues for Postpartum Mothers Survey Study at the Madiun City General Hospital. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. 2021
- Febriyanti NM, Dewi N, Widiantari K. Hubungan Karakteristik Ibu dan Dukungan Suami Dengan Resiko Terjadinya Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. 2021.
- Putri IA, Aqurisnawati P, Patrika FJ. Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Suami dengan Baby Blues Syndrome pada ibu Primipara. *JURNAL Psikologi Poseidon*. 2022.