

PENGARUH PEMBERIAN KONSELING TERHADAP DEPRESI POST PARTUM DI PUSKESMAS II DAN IV DENPASAR SELATAN

Pamela Kenwa, Made Kornia Karkata, I Gusti Ayu Triyani

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

Abstract. Post partum depression is the changing of mother's mood after labor because of many problem that had been around when she's pregnant or after labor. Many therapy can be using for eliminate the incident of post partum depression such like counseling. This research aim to analyze the effect of counseling to post partum depression in Puskesmas II dan IV South Denpasar with study design was a Quasi Experiment post test with control group. The instrument used to measure post partum depression using the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) which has been modified by Soep. Based on test statistic Independent Sample T-Test, got the test significant $p=0,04$ ($<0,05$) indicating counseling have an effect to post partum depression in mothers.

Abstrak. Depresi post partum merupakan keadaan perubahan suasana alam perasaan (*mood*) yang dialami oleh ibu setelah melahirkan akibat dari munculnya berbagai permasalahan selama melahirkan atau setelah persalinan. Berbagai terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi kejadian depresi post partum pada ibu, salah satunya dengan konseling. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis pengaruh pemberian konseling terhadap depresi post partum di Puskesmas II dan IV Denpasar Selatan dengan desain penelitian *Quasi Experiment post test with control group*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur depresi post partum yaitu *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) yang telah dimodifikasi oleh Soep. Hasil uji statistik *Independent Sample T-Test* diperoleh angka kemaknaan $p=0,04$ ($<0,05$) sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian konseling terhadap depresi post partum di Puskesmas II dan IV Denpasar Selatan.

Keyword: Counseling, Post Partum Depression

PENDAHULUAN

Persalinan (*labor*) merupakan serangkaian proses fisiologis yang dialami oleh wanita untuk mengeluarkan hasil konsepsi dari dalam uterus melalui jalan lahir dengan melewati beberapa tahapan (Bahiyatun, 2008). Pada masa post partum, ibu akan mengalami proses adaptasi psikologis, yaitu suatu proses penerimaan peran baru

sebagai orang tua yang dialami oleh seorang wanita. Adaptasi ini dibagi menjadi beberapa fase, diantaranya fase *taking in*, fase *taking hold*, dan fase *letting go*. Apabila ketiga fase ini tidak dapat dilewati dengan baik, maka seorang ibu dapat mengalami gangguan depresi post partum (Suherni, 2008).

Depresi post partum merupakan gangguan alam perasaan (*mood*) yang dialami oleh ibu pasca persalinan akibat kegagalan dalam penerimaan proses adaptasi psikologis. Kasus depresi post partum ini sudah banyak dilaporkan dengan tingkat insiden yang bervariasi. Di dunia, WHO (2011) menyatakan tingkat insiden kasus depresi post partum yang berbeda di beberapa negara seperti di Kolumbia (13,6%), Dominika (3%), dan Vietnam (19,4%). Soep (2009) melaporkan hasil penelitian dari O'Hara dan Swain bahwa kasus depresi post partum masih banyak terjadi di beberapa negara maju seperti di Belanda (2%-10%), Amerika Serikat (8%-26%), dan Kanada (50%-70%). Sedangkan di Indonesia sendiri, insiden kasus depresi post partum bervariasi yaitu di Bandung mencapai 30% (2002), Medan mencapai 48,4% (2009), dan Jatinegara, Jakarta, serta Matraman mencapai 76% (2010).

Kejadian depresi post partum ini dapat disebabkan oleh berbagai hal, diantaranya akibat dari perubahan fisik dan hormon, dukungan keluarga, suami, dan sosial yang kurang, riwayat obstetri ibu, proses persalinan yang ibu alami, riwayat depresi pada ibu maupun keluarga sebelumnya, serta faktor stress akibat masalah yang dirasakan oleh ibu pada saat itu. Oleh karena itu, beberapa peneliti telah mengajukan beberapa intervensi yang dapat diberikan untuk mengurangi

kejadian depresi post partum ini, diantaranya pendidikan kesehatan mengenai antenatal, proses perawatan bayi di rumah, serta depresi post partum melalui booklet, proses metode belajar sambil bermain mengenai cara perawatan bayi kepada ibu, serta pentingnya dukungan suami dalam kehamilan hingga perawatan bayi. Intervensi tersebut terbukti mampu untuk mengurangi kejadian depresi post partum pada ibu.

Dengan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk menganalisis pengaruh pemberian konseling terhadap depresi post partum di Puskesmas II dan IV Denpasar Selatan. Pemberian konseling diharapkan mampu dalam menemukan pemecahan masalah yang dialami ibu sehingga angka kejadian depresi post partum dapat menurun. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi masukan bagi petugas kesehatan terutama bidan dan perawat dalam menerapkan skreening test dan memberikan konseling apabila ibu cenderung akan mengalami depresi post partum.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan *Quasi Experiment* dengan rancangan *post test with control group* yang memungkinkan untuk membandingkan hasil intervensi yang diberikan.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah semua ibu hamil yang datang ke Puskesmas II dan IV Denpasar Selatan selama periode pengumpulan data. Sampel penelitian diambil dengan teknik *incidental sampling* yaitu ibu hamil primigravida dengan usia kehamilan 38-40 minggu sebanyak 20 orang yang terdiri dari 10 ibu kelompok perlakuan yang diberikan konseling dan 10 ibu kelompok control.

Instrument Penelitian

Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara kepada ibu dan untuk mengukur skor depresi post partum peneliti menggunakan kuisioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS) yang telah dimodifikasi oleh Soep.

Prosedur Pengumpulan dan Analisis Data

Dari sampel yang terpilih akan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok perlakuan yang mendapatkan konseling dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi apapun.

Sebelumnya sampel akan dijelaskan tentang prosedur dan tujuan penelitian. Kemudian sampel menandatangani *informed consent* sebagai responden. Pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara kepada ibu

mengenai permasalahan yang dialami saat itu dan pemecahan masalah yang sudah berusaha dilakukan oleh ibu. Ibu yang masuk dalam kelompok perlakuan kemudian dilakukan perjanjian untuk tempat dan waktu pemberian konseling dan selanjutnya diberikan konseling sesuai permasalahan yang dialami.

Setelah hari ke-14 pasca persalinan, peneliti kembali menemui sampel untuk melakukan pengukuran skor depresi post partum ibu. Hasil pengukuran dan data karakteristik sampel kemudian dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi. Untuk menganalisis adanya pengaruh pemberian konseling terhadap depresi post partum maka digunakan uji statistik *Independent Sample T-Test* program SPSS for Windows dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ dan tingkat kepercayaan 95%.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penghitungan skor depresi post partum, rata-rata skor depresi post partum pada kelompok perlakuan mencapai 3,40 sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 7,40. Nilai maksimal dari masing-masing kelompok yaitu 13 sedangkan nilai minimum pada kelompok kontrol 2 dan pada kelompok perlakuan 0.

Menurut hasil uji statistik *Independent Sample T-Test* ($p < 0,05$)

ditemukan nilai $p = 0,04 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian konseling terhadap depresi post partum di Puskesmas II dan IV Denpasar Selatan.

PEMBAHASAN

Menurut Ambarwati (2009), depresi post partum merupakan suatu keadaan dimana ibu mengalami perasaan sedih yang diakibatkan oleh berbagai peristiwa kehidupan yang bersifat stressor, seperti masalah perkawinan, keuangan, pekerjaan, maupun dalam hal perawatan bayi. Penilaian kategori depresi post partum ini dapat dilakukan dengan *screening* menggunakan kuisioner EPDS. Setelah ibu mengisi jawaban dari pertanyaan yang berisikan gejala-gejala depresi post partum, maka dilakukan penghitungan skor untuk mengetahui ibu memiliki kecenderungan mengalami depresi post partum atau tidak.

Pemberian konseling merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan kepada ibu, yaitu dengan membantu memecahkan masalah yang dialami saat itu melalui pengkajian simtoma biologis dan psikologis. Selain pemberian konseling, kejadian depresi post partum ibu dapat dipengaruhi oleh karakteristik ibu, seperti usia, pendidikan, dan pekerjaan. Dari faktor usia, jika usia ibu <

20 tahun sistem reproduksi cenderung belum siap untuk kehamilan dan persalinan dan ibu cenderung labil, sedangkan jika usia ibu > 35 tahun ibu termasuk dalam resiko tinggi melahirkan namun ibu dapat memecahkan masalah yang dihadapinya dengan baik. Dari faktor pendidikan, ibu yang memiliki pendidikan tinggi cenderung memiliki pengetahuan lebih mengenai melahirkan dan perawatan bayi serta akan mencari bantuan tenaga kesehatan ketika memiliki masalah dibandingkan dengan ibu yang memiliki pendidikan rendah. Sedangkan dari faktor pekerjaan, ibu yang bekerja cenderung dapat mengalami kelelahan dalam pekerjaan dan tugas rumah sehingga tidak dapat fokus dalam merawat bayinya dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja. Berdasarkan hasil uji *Pearson Chi Square* diperoleh tidak ada pengaruh antara usia, pendidikan, dan pekerjaan terhadap kejadian depresi post partum pada ibu.

Menurut hasil uji statistik *Independent Sample T-Test* ($p < 0,05$) ditemukan nilai $p = 0,04 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian konseling terhadap depresi post partum di Puskesmas II dan IV Denpasar Selatan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Budihastuti dkk (2012), pemberian konseling efektif dalam membantu pembentukan mekanisme

koping positif pada ibu sehingga ibu cenderung tidak mengalami depresi. Konseling harus dilakukan oleh seorang tenaga kesehatan yang memiliki pengalaman melakukan konseling lama sehingga lebih mudah untuk menggali permasalahan yang dialami oleh ibu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Rata-rata skor depresi post partum yang diperoleh pada kelompok perlakuan mencapai 3,40 sedangkan pada kelompok kontrol mencapai 7,40. Menurut hasil uji statistik *Independent Sample T-Test* ($p < 0,05$) ditemukan nilai $p = 0,04 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian konseling terhadap depresi post partum di Puskesmas II dan IV Denpasar Selatan. Petugas kesehatan terutama bidan dan perawat yang bekerja di bagian KIA hendaknya melakukan skrining pada ibu post partum untuk mengetahui ibu memiliki kecenderungan mengalami depresi post partum atau tidak. Untuk mempersiapkan fisik dan mental ibu menjelang persalinan terutama pada ibu primigravida diharapkan memberikan pendidikan kesehatan dan konseling yang telah dilakukan oleh konselor terlatih sehingga ibu dapat membangun mekanisme koping yang positif.

Bagi peneliti lain yang ingin melanjutkan penelitian ini diharapkan melakukan homogenitas sampel serta

memberikan perlakuan konseling kepada sampel minimal dua kali, yaitu pada saat ibu hamil dan pada masa post partum.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, N.(2005). *Depresi Aspek Neurobiologi Diagnosis dan Tatalaksana*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Atif, dkk.(2013). *Interventions for common perinatal mental disorders in women low- and middle- income countries: a systematic review and meta-analysis*. England: Buletin of World Health Organization.
- Bahiyatun.(2008). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC
- Budihastuti, S.F.,Hakimi,M.,Sunartini,Soejono, S.K.(2012).*Konseling dan Mekanisme Koping Ibu Bersalin*.Yogyakarta:Journal of Educational, Health and Community Psychologi 2012 Vol.1 No.1
- Dewi, V.N.L. dan Sunarsih,T.(2013).*Asuhan Kebidanan pada ibu nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Fatimah, Siti.(2009).*Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Primipara Di Ruang Bugenvile RSUD Tugurejo Semarang*. Skripsi tidak diterbitkan.Semarang:Universitas Diponegoro
- Fisher, J., dkk.(2010). *Common Perinatal Mental Disorders in Northern Viet Nam: Community Prevalence and Health Care Use*. Vietnam: Buletin of World Health Organization.

- Fisher, J., dkk.(2011). *Prevalence and determinants of common perinatal mental disorders in women in low- and lower- middle- income countries: a systematic review*. Melbourne: Buletin of World Health Organization.
- Glade.(2007).*Kehamilan Di Atas Usia 30*. Jakarta: arcan.
- Hartono dan Soedarmadji,B.(2012).*Psikologi Konseling edisi revisi*. Jakarta:Kencana.
- Hartono&Soedarmadji.(2012).*Psikologi Konseling*.Jakarta:Kencana.
- Henderson, C.(2003). *Buku ajar konsep kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Hutagaol,Esther.(2010).*Efektivitas Intervensi Edukasi Pada Depresi Post Partum*. Thesis tidak diterbitkan.Jakarta: Tesis Universitas Indonesia.
- Lutfatul dan Hartati.(2006).*Efektifitas Skala Edinburgh dan Skala Beck Dalam Mendeteksi Risiko Depresi Post Partum Di Rumah Sakit Umum Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto*.Jurnal Keperawatan Sudirman Volume 1, No. 1, Juli 2006.
- Mansur, H.(2011).*Psikologi Ibu dan Anak Untuk Kebidanan*.Jakarta: Salemba Medika.
- Marmi.(2011).*Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*.Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Nirwana, A.B.(2011). *Psikologi ibu, bayi, dan anak*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nursalim, M.(2013).*Strategi dan Intervensi Konseling*.Jakarta:Indeks.
- Setyo,Slamet.(2008).*Pengaruh Konseling Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Seksio Sesarea*.Thesis tidak diterbitkan.Surakarta:Universitas Sebelas Maret.
- Soep.(2009).*Pengaruh Intervensi Psikoedukasi Dalam Mengatasi Depresi Postpartum Di RSUD. Pirngadi Medan*. Thesis tidak diterbitkan.USU Repository: Tesis Universitas Sumatera Utara.
- Sugiyono.(2013).*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.Bandung:Alfabeta.
- Surkan,P., dkk.(2011). *Maternal depression and early childhood growth in developing countries: systematic review and meta-analysis*. United States of America: Buletin of World Health Organization.
- Sylvia dan Laila.(2009). *Sindroma Depresi Pasca Persalinan di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan*. Medan: Jurnal Universitas Sumatera Utara.
- Trihendradi,C.(2013).*Langkah Praktis Menguasai Statistik untuk Ilmu Sosial dan Kesehatan*.Yogyakarta:Penerbit Andi
- Urbayantun,Siti.(2010).*Dukungan Sosial Dan Kecenderungan Depresi Post Partum Pada Ibu Primipara Di Daerah Gempa Bantul*.Yogyakarta:Universitas Ahmad Dahlan.