PHENOMENOLOGY STUDY OF POST PARTUM DEPRESSION (PPD) IN POST PARTUM MOTHERS WITH COVID-19 COMPLICATIONS

STUDI FENOMENOLOGI POST PARTUM DEPRESION (PPD) PADA IBU NIFAS DENGAN KOMPLIKASI COVID-19

Oleh:
Rusfita Retna[1], Reni Sumanti[2]
[1,2] Politeknik Banjarnegara
e-mail[2]: renisumanti@polibara.ac.id

ABSTRACT

Postpartum depression (PPD) is a serious family mental health problem in the long term and is related to the issue of mother-child safety. Some mothers during the puerperium managed to adjust well, but some others were less able to handle it so they were prone to experiencing psychological disorders, namely Post Partum Depression. Postpartum depression is a continuation of the baby blues that is not managed properly. The research method used in this study is a qualitative narrative method. The population is all postpartum mothers. The sample in this study were postpartum mothers at the Banjarnegara Health Center in a certain period of time. Data analysis using coding and data triangulation. Based on a qualitative analysis of the phenomenological events of post partum depression with a history of reactive covid, several themes were found, namely maternal knowledge about covid, changes in postpartum physiology, psychological changes during the postpartum period and family support. It is necessary to do basic psychological screening in postpartum care to prevent Post Partum Depression in the puerperium and increase knowledge about the management and recognition of signs and symptoms of postpartum depression in postpartum mothers.

Keywords: pos partum depression, postpartum mother, covid-19

ABSTRAK

Depresi Post Partum (DPP) merupakan permasalahan kesehatan mental keluarga serius dalam jangka panjang dan terkait dengan isu keselamatan ibu-anak. Sebagian ibu pada masa nifas berhasil menyesuaikan diri dengan baik, namun sebagian lainnya kurang mampu mengatasinya sehingga rentan mengalami gangguan psikologis yaitu Depresi Post Partum. Postpartum depression merupakan merupakan kondisi lanjutan dari baby blues yang tidak dikelola dengan baik. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif narative. Populasi yaitu semua ibu nifas. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu nifas di Puskesmas wilayah Banjarnegara dalam kurun waktu tertentu. Analisis data menggunakan koding dan triangulasi data. Berdasarkan analisis kualitatif tentang kejadian fenomenologi post partum depresion dengan riwayat covid reaktif ditemukan beberapa tema yaitu pengetahuan ibu tentang covid, perubahan fisiologi masa nifas, perubahan psikologi masa nifas serta dukungan keluarga. Perlu dilakukan skrening psikologis dasar pada asuhan masa nifas untuk mencegah terjadinya Depresi Post Partum di masa nifas serta peningkatan pengetahuan tentang pengelolaan dan pengenalan tanda gejala depresi post partum.

Kata kunci: depresi post partum, ibu postpartum, covid-19

PENDAHULUAN

Kesehatan mental menjadi bagian tidak terpisahkan dari kesehatan secara keseluruhan. Pada beberapa negara berkembang pengembangan kesehatan diarahkan pada peningkatan kesehatan fisik dan mental ibu. Depresi menjadi salah satu beban penyakit global (the global burden of disease) dan penyebab utama kecacatan di seluruh dunia, terutama bagi perempuan. Perempuan rentan mengalami depresi terutama pada masa nifas. Selama masa nifas, ibu menjalani proses adaptasi karena perubahan peran menjadi seorang ibu. Berbagai macam konflik dalam diri ibu sering muncul dan setiap ibu memiliki kemampuan yang berbeda dalam menghadapi konflik. Sebagian ibu pada masa nifas berhasil menyesuaikan diri dengan baik, namun sebagian lainnya kurang mampu mengatasinya sehingga rentan mengalami gangguan psikologis yang dinamakan yaitu Depresi Post Partum (DPP) (Widarini, Arifah and Werdani, 2020).

Depresi post partum merupakan masalah psikologis yang dialami oleh ibu setelah 4 minggu melahirkan yang ditandai dengan kecemasan dan kekhawatiran ibu terhadap bayinya. Ibu menjadi sangat sensitif, kehilangan nafsu makan dan merasa tidak berharga. Pada hari ketiga masa nifas, 80% ibu mengalami depresi ringan atau baby blues. Baby blues dapat meningkat menjadi depresi postpartum apabila sekitar 2 minggu gejala yang dirasakan berulang atau tidak segera ditangani hingga tuntas. Dari seluruh ibu nifas di dunia, 30%-50% ibu nifas terdiagnosa secara klinis mengalami depresi masa nifas, namun hanya 14%-16% yang mendapat penanganan dari gejala yang dirasakan (Widarini, Arifah and Werdani, 2020)

DPP membawa efek serius bagi kesehatan. Ibu yang mengalami DPP akan menunjukkan penurunan minat dan ketertarikan terhadap anak bayinya. pengasuhan yang buruk, interaksi ibu-anak yang kurang baik, kesulitan dalam pengasuhan, dan persepsi yang buruk terhadap anak. Kondisi ini akan mengakibatkan anak mengalami permasalahan dalam pembentukan kelekatan dan bonding dengan ibu sehingga cenderung mengembangkan insecure attachment. Anak dari ibu yang mengalami DPP juga cenderung mengalami hambatan sepanjang perkembangannya seperti permasalahan perilaku, perkembangan kognitif, maupun sosial-emosi seperti temperamen (Ardiyanti and Dinni, 2019).

DPP merupakan permasalahan kesehatan mental keluarga serius dalam jangka panjang dan terkait dengan isu keselamatan ibu-anak. Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) adalah salah satu instrumen yang dirancang khusus untuk screening PPD. (Matthey, Barnett and White, 2003). Deteksi dini PPD merupakan salah satu hal yang dapat dilakukan sebagai usaha preventif mencegah munculnya permasalahan kesejahteraan mental akibat PPD maupun memanajemen ibu yang sudah terdiagnosis agar tidak semakin memperparah kondisinya.

Program nasional kunjungan ulang masa nifas dilakukan minimal 3 kali meliputi deteksi dini, pencegahan dan menangani komplikasi. Kunjungan ini dinilai belum menyentuh aspek psikologis, padahal ibu nifas mengalami perubahan tidak hanya fisik namun juga psikologis dan sosial. Demikian juga dukungan keluarga dan tenaga kesehatan yang baik terbukti berpengaruh terhadap depresi postpartum. Hasil penelitian lain menyatakan bahwa terapi konseling dengan pendekatan kognitif dapat menurunkan depresi pasca salin (Haeba and Moordiningsih, 2009).

Berdasarkan identifikasi dan analisis masalah peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang deteksi dan pencegahan Depresi post partum pada ibu nifas di Banjarnegara. Penelitian ini penting karena akan memberikan manfaat bagi tenaga kesehatan dalam menyelesaikan masalah di bidang kesehatan ibu dan anak.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian kualitatif naratif. Data utama diperoleh dari wawancara dan observasi. Setelah itu peneliti akan menganalisis data yang didapat sehingga melahirkan konsep atau teori baru jika hasil penelitian yang dilakukan bertentangan dengan teori yang digunakan di dalam penelitian. Penelitian ini akan dilaksanakan di Puskesmas Wilayah Banjarnegara pada bulan Juli-Agustus 2022 dengan populasi Ibu nifas di Puskesmas Wilayah

Banjarnegara.. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu nifas di Puskesmas wilayah Banjarnegara dalam kurun waktu tertentu. Penelitian sampai kurun waktu tertentu yaitu sekurang-kurangnya satu bulan sampai dengan jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi.

Analisis data kualitatif dilakukan peneliti dengan cara membangun kata-kata dari hasil observasi atau pengamatan terhadap data yang dibutuhkan untuk dideskripsikan dan dirangkum Penelitian ini juga menggunakan triangulasi data sumber yang diperoleh dari bidan dan keluarga pasien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini pengkajian dilakukan pada ibu bersalin dngan covid di puskesmas wilayah banjarnegara Yaitu responden 1 di puskesmas pagentan, responden 2 di puskesmas pagedongan dan responden 3 di Puskesmas Mandiraja. Triangulasi data dilakukan kepada keluarga pasien dan kepada penolong persalinan yaitu bidan. Berdasarkan hasil pengolahan data kualitatif ditemukan beberapa kesimpulan yaitu:

a. Pengetahuan ibu tentang covid
   R1 "iya itu, yang penyakit lagi banyak sekarang kan"
   R2 "iya, yang covid itu ya, tapi saya gak merasa ada apa-apa"
   R3 "iya yang pilek dan batuk ya,kaya kemarin saya pas diperiksa lagi agak pilek si"
b. Riwayat kehamilan
   R1 "ini yang pertama mba.. iya dulu keguguran satu kali"
   R2 "ini yang ke empat, anakku udah 3"
   R3 "ini yang pertama mba"
c. Perubahan fisiologi masa nifas
   R1 "iya biasa mba, keluar darah .... Klo ASI ini si keluar sedikit"
   R2 "udah keluar mba, ini menyusui"
   R3 "belum keluar mba ini"
d. Perubahan psikologi masa nifas
   R1 "Rasane pengen nangis mba kalo denger anak nangis, gelisah rasane"
   R2 "sing penting bisa ndeleng anak mba, anak sehat"
   R3 "ya kan gak bisa liat anak, foto aja gak boleh mba.... kata suami si pandangan kosong kon sabar"
e. Dukungan keluarga
   R1 "ya ditemenin sama suami sma ibu"
   R2 "sama suami ditemenin"
   R3 "sama suami yang nemenin kan cuman 1"

Triangulasi sumber data dilakukan kepada keluarga dan bidan:

a. Pengetahuan ibu tentang covid
   K3 "tahu, yang pilek sama batuk sesek nafas ya"
   B1 "kalau menjelaskan ke pasien ya mudahnya pakai bahasa yang gampang dikenali, pilek dan batuk sama sesak nafas nggih. Kebijakan untuk penanganan kasus covid dengan hasil tes positif adalah dirujuk. Penanganan di Puskesmas apabila memang persalinan sudah memasuki pembukaan lengkap maka tetap harus ditolong dengan menggunakan apd lengkap."
b. Perubahan fisiologi masa nifas
   K3 "Nggih mboten saged nyusui bayi niku bu"
   B1 "Keluhan pasca covid memang tidak ada Apabila ada yang terkonfirmasi positif memang Hanya batuk pilek saja tidak menyebabkan komplikasi yang lain seperti perdarahan. Asuhan yang diberikan pada saat menyusui apabila pasien bersedia prokes kuat maka diberikan ASI yang dimaksud proses adalah membatasi jumlah kunjungan menggunakan masker dan cuci tangan apabila belum siap untuk progres maka bisa diberikan susu formula sampai dengan bebas covid"

c. Perubahan psikologi masa nifas
   K3 "ngalamun niko, pandangane kosong"
   B1 "Saat memang belum ada kegiatan untuk asuhan dan pengkajian yang mengkaji keadaan psikologi pada masa nifas"
d. Dukungan keluarga
   K3 "ken isolasi teng ngumah bu"
   B1 "Isoman yang dilakukan adalah tidak berhubungan langsung dengan masyarakat luas hanya dengan keluarga inti saja"

Pengetahuan Ibu tentang Covid

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengetahui tentang penyakit covid-19 dan tanda gejala yang kemungkinan muncul. Beberapa diantaranya juga menceritakan bahwa sebelum dan saat proses pemeriksaan sedang dalam keadaan kurang sehat. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Guvenc *et al.*, 2021) tidak ada hubungan yang ditemukan antara tingkat pengetahuan wanita tentang COVID-19 dan pengetahuan mereka tentang menyusui selama pandemi, risiko PPD mereka, dan tingkat kecemasan. Tidak ada penelitian lain yang ditemukan dalam literatur yang mengevaluasi persepsi dan tingkat pengetahuan ibu postpartum tentang menyusui selama pandemi COVID-19.

Perubahan Fisiologi Masa Nifas

Beberapa responden menyampaikan ASI telah keluar dan beberapa diantarnya belum keluar tetapi belum menyusui bayinya secara langsung. Informan Bidan penolong persalinan juga menyampaikan bahwa apabila keadaan ibu dan bayi tidak memungkinkan untuk rawat gabung dengan adanya kasus covid-19 tersebut maka dapat dilakukan pengeloaan nutrisi dengan pemberian susu formula. Akan tetapi sejauh ini pemberian ASI lebih diutamakan. Adapun perubahan fisik masa nifas lainnya yaitu pengeluaran darah masa nifas (lokhea) responden menyampaikan pengeluaran darah tersebut keluar seperti biasa masa nifas pada umumnya. Pasca melahirkan ibu akan mengalami beberapa perubahan, baik perubahan fisik maupun perubahan psikologis, seorang ibu akan merasakan gejala gejala psikiatrik setelah melahirkan, beberapa penyesuaian dibutuhkan oleh ibu. Sebagian ibu bisa menyesuaikan diri dan sebagian tidak bisa menyesuaikan diri, bahkan bagi mereka yang tidak bisa menyesuaikan diri mengalami gangguan gangguan psikologis dengan berbagai macam sindrom atau gejala.

Perubahan Psikologi Masa Nifas

Hasil wawancara menunjukan bahwa keadaan psikologis masa nifas setiap informan berbeda dalam hal menyikapi diagnosa covid yang dialaminya. Beberapa diantaranya menenrima dan pasrah dengan diagnosa yang ada dan beberapa diantaranya merasa tidak mengalami kasus tersebut karena tidak mengalami tanda gejala covid. Reaksi yang dimunculkan pun beragam ada yang mengatakan tatapan kosong karena tidak bisa melihat dan merawat bayinya secara langsung, ada juga yang mengatakan gelisah ketika merawat bayinya atau ketika melihat bayinya menangis dana da juga yang ingin segera rawat gabing dengan bayinya. Secara umum, bidan menyampaikan bahwa perawatan nifas pada pasien covid dan bukan covid sam hanya berbeda pada ketaatan dalam penggunaan protokol kesehatan seperti penggunaan masker, cuci tangan sebelum dan setelah menyusui dan membatasi kerumunan atau kunjungan selain keluarga inti di dalam rumah. Adapun program atau kebijakan tentang asuhan psikologis pada masa nifas memang belum diterqapkan dalam asuhan. Pemeriksaan yang dilakukaan saat kunjungan rumah atau kunjungan di puskesmas lebih fokus pada pemeriksaan fisik. Proses fisiologis dan psikologis yang dialami dalam beberapa minggu pertama setelah melahirkan mempengaruhi kesehatan mental ibu dan meningkatkan risiko depresi pascamelahirkan

(PPD). Kejadian PPD meningkat karena beban psikologis yang meningkat akibat pandemi. Dalam sejumlah penelitian terbaru, dilaporkan bahwa tingkat kecemasan dan depresi meningkat pada wanita pada periode postpartum. PPD yang diamati pada ibu baru menyebabkan kurangnya minat untuk melindungi keluarga dan perasaan yang berlawanan terhadap bayinya, yang dapat menyebabkan keterbelakangan pertumbuhan dan perkembangan, selain masalah kognitif, perilaku, sosial, dan psikologis di kemudian hari pada anak-anak (Guvenc *et al.*, 2021).

Transisi menjadi seorang ibu membutuhkan beberapa hal penting perubahan diantaranya perubahan dinamika keluarga, keuangan dan kehidupan kerja yang me- nyesuaikan dengan fisik dan psikologis. Namun beberapa wanita tidak dapat meng- atasi perubahan pada masa transisi karena kurangnya kepercayaan diri pada kemam- puannya dalam merawat perkembangan bayinya secara fisik, perkembangan peri- laku, emosional dan sosial. Seseorang meng- alami stres melalui proses kognitif, perilaku, emosional dan biologis yang kompleks. Proses pemilihan strategi merupakan evaluasi terhadap kompetensi pribadi untuk menghadapi masalah (Putriarsih, Budihastuti and Murti, 2017).

Hasil penelitian (Guvenc et al., 2021) menunjukkan bahwa pandemi COVID-19 meningkat risiko PPD. Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan selama pandemi COVID-19, wanita dalam periode antenatal ditemukan memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang tinggi. Sebagai cerminan dari masalah yang dialami pada periode antenatal hingga postpartum, periode antenatal dan postpartum tidak dapat dianggap terpisah satu sama lain. Diperkirakan wanita yang mengalami kecemasan akibat pandemi COVID-19, selain stres umum dari masa kehamilan, memiliki risiko lebih tinggi untuk PPD. Dapat diduga bahwa risiko tinggi PPD pada wanita yang ditemukan di penelitian dapat dikaitkan dengan kehamilan dan persalinan mereka yang bertepatan dengan proses pandemi. Wanita paling takut Penularan COVID-19 ke diri mereka sendiri, ke bayi mereka, dan ke keluarga mereka selama pandemi. Selain itu, wanita ingin segera keluar dari rumah sakit setelah melahirkan, menghindari pergi ke rumah sakit untuk kontrol postpartum, dan menyatakan bahwa mereka tidak menerima pengunjung pada periode postpartum. Alasan perilaku wanita ini adalah ketakutan mereka akan penularan infeksi. wanita yang takut akan penularan COVID-19 selama menyusui memiliki risiko PPD yang lebih tinggi.

Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil pengkajian data diperoleh bahwa seluruh responden dengan diagnosa covid-19 reaktif pada masa bersalin dan masa nifas di dampingi oleh pendamping persalinan yaitu suami dan atau keluarga terdekat. Selama masa nifas, ibu menghadapi kesulitan dalam membesarkan bayi dan mempertahankan gaya hidup yang mereka miliki sebelumnya. Dukungan sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dan meyakinkan mereka untuk menerima peran baru mereka sebagai ibu. Mendorong ibu dan mendukung keputusan mereka telah terbukti mengurangi stres ibu dan membuat mereka puas dengan peran baru mereka. Paparan pandemi COVID-19, dikombinasikan dengan praktik jarak sosial untuk mengurangi kasus infeksi, dilaporkan menjadi faktor risiko depresi pascapersalinan,15 karena tidak hanya memperburuk kecemasan ibu tentang anak- anak mereka tetapi juga merusak kesempatan untuk menerima dukungan yang memadai (Terada, Kinjo and Fukuda, 2021)

Hasil penelitian dari Terada, Kinjo and Fukuda (2021) tentang depresi Postpartum didapatkan hasil wanita dalam kelompok dukungan rendah secara signifikan lebih mungkin untuk mengalami depresi Postpartum dibandingkan dengan kelompok dukungan tinggi (rasio odds [OR], 11,7; interval kepercayaan 95% [CI], 5,4-27,3; p <0,001). Dukungan sosial merupakan faktor prediktif penting untuk depresi pasca melahirkan selama pandemi COVID-19. Model regresi logistik multivariabel, wanita dalam kelompok dukungan sosial rendah secara signifikan lebih mungkin mengalami depresi pasca melahirkan pada pemeriksaan pasca persalinan 1 bulan dibandingkan dengan kelompok dukungan tinggi (rasio odds [OR], 11,7; interval kepercayaan 95% [CI] , 5,4–27,3; p < 0,001).

Faktor terkait COVID-19 yang memberikan dampak stres pada kesehatan mental wanita mungkin berbeda dari satu negara ke negara lain. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menguji hubungan antara pandemi COVID-19 dan perubahan prevalensi depresi pascamelahirkan. Selain itu,

penting untuk memantau tren karena depresi pascapersalinan adalah hasil interaksi dinamis dari faktor risiko biologis, psikologis, dan sosial, yang semuanya dapat diperkuat selama pandemi COVID-19. Para ibu dapat menemukan kelegaan dan dorongan ketika mereka menceritakan kepada teman dan keluarga tentang kesulitan membesarkan anak. Dukungan emosional semacam ini dapat mengurangi stres pengasuhan dan dapat menjadi faktor pelindung terhadap depresi pascamelahirkan (Terada, Kinjo and Fukuda, 2021).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif tentang kejadian *Post Partum Blues* pada ibu nifas dengan komplikasi covid diperoleh beberapa tema yang mempengaruhi yaitu pengetahuan tentang covid, perubahan fisiologis ibu nifas, perubahan psikologis ibu nifas, dan dukungan sosial. Perlu dilakukan skrening psikologis dasar pada asuhan masa nifas untuk mencegah terjadinya Depresi *Post Partum* di masa nifas.

DAFTAR PUSTAKA

Ardiyanti, D. and Dinni, S.M. (2019) 'Pengembangan Asipp (Alat Asesmen Ibu Postpartum) Menggunakan Pemodelan Rasch', Jurnal Psikologi, 18(2), p. 116. Available at: https://doi.org/10.14710/jp.18.2.116-136.

Guvenc, G. et al. (2021) 'Anxiety, depression, and knowledge level in postpartum women during the COVID-19 pandemic', Perspectives in Psychiatric Care, 57(3), pp. 1449–1458. Available at: https://doi.org/10.1111/ppc.12711.

Haeba, H.N. and Moordiningsih, M. (2009) 'Terapi Kognitif Perilaku Dan Depresi Pasca Melahirkan', Jurnal Intervensi Psikologi (JIP), 1(1), pp. 41–68. Available at: https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol1.iss1.art3.

Matthey, S., Barnett, B. and White, T. (2003) 'The Edinburgh Postnatal Depression Scale', British Journal of Psychiatry, 182(4), pp. 368–368. Available at: https://doi.org/10.1192/bjp.182.4.368.

Murwati, M., Suroso, S. and Wahyuni, S. (2021) 'Faktor Determinan Depresi Postpartum Di Wilayah Kabupaten Klaten Jawa Tengah', Jurnal Sipakalebbi, 5(1), pp. 18–31. Available at: https://doi.org/10.24252/jsipakallebbi.v5i1.21074.

Nasri, Z., Wibowo, A. and Ghozali, E.W. (2017) 'Faktor determinan depresi postpartum di Kabupaten Lombok Timur', Buletin Penelitian Sistem Kesehatan, 20, No. 3, pp. 89–95.

Putriarsih, R., Budihastuti, U.R. and Murti, B. (2017) 'Prevalence and Determinants of Postpartum Depression in Sukoharjo District, Central Java', Journal of Maternal and Child Health, 03(01), pp. 395–408. Available at: https://doi.org/10.26911/thejmch.2017.03.01.02.

Sari, R.A. (2020) 'Literature Review: Depresi Postpartum', Jurnal Kesehatan, 11(1), p. 167. Available at: https://doi.org/10.26630/jk.v11i1.1586.

Terada, S., Kinjo, K. and Fukuda, Y. (2021) 'The relationship between postpartum depression and social support during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study', Journal of Obstetrics and Gynaecology Research, 47(10), pp. 3524–3531. Available at: https://doi.org/10.1111/jog.14929.

Widarini, Y.I.P., Arifah, I. and Werdani, K.E. (2020) 'Analisis Faktor Risiko Gejala Depresi Pada Ibu di Masa Nifas di Kecamatan Banjarsari, Surakarta', Buletin Penelitian Kesehatan, 48(2), pp. 131–138. Available at: https://doi.org/10.22435/bpk.v48i2.2872.