

Depresi Postpartum : studi strategi Coping melalui pengalaman hidup keluarga pada masyarakat urban = Postpartum Depression : study Coping strategies with family life experiences in urban community / Dwi Riani Widyawati

Dwi Riani Widyawati, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20329675&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Masa kehamilan dan pasca persalinan merupakan periode stres psikologis bagi semua ibu, baik ibu primipara maupun ibu multipara, terutama pada masyarakat urban. Ada beberapa dari mereka yang mengalami stres minimal yang biasa disebut postpartum blues, tetapi juga ada yang mengalami stres berat karena kehamilan dan melahirkan dimaknai sebagai suatu bencana dan ancaman bagi dirinya. Jika stres ini tak bisa dikendalikan maka akan berlanjut menjadi depresi yang dinamakan depresi postpartum.

Gejala depresi postpartum ditandai dengan rasa sedih dan tertekan, rasa tidak berbahagia berkepanjangan, hilangnya minat pada sesuatu yang disukai, gangguan tidur, tidak nafsu makan, bersikap negative pada diri sendiri, berfikir tentang kematian yang bukan hanya membahayakan dirinya sendiri namun juga membahayakan bayinya.

Sesungguhnya setiap individu berusaha mempertahankan keadaan homeostatisnya dalam menghadapi perubahan yang dapat menjadi stresornya. Oleh karena itu strategi coping akan sangat dibutuhkan.

Mekanisme coping bisa berlangsung dengan baik jika individu memiliki sumber daya yang memadai. Sebaliknya, jika sumber daya yang menghasilkan energi tidak memadai untuk dimobilisasi maka yang terjadi adalah kerusakan tubuh atau keadaan maladaptif. Sumber daya yang paling berpengaruh bagi individu berasal dari pengalaman hidupnya sendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan bagaimana pengalaman-pengalaman hidup itu digunakan oleh ibu pasca melahirkan pada masyarakat urban untuk membuat strategi coping bagi depresi postpartumnya.

Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif kualitatif dan menggunakan pendekatan biografi atau riwayat hidup.

Hasil penelitian menunjukkan pengalaman hidup seorang ibu berpengaruh signifikan terhadap strategi coping yang diambilnya pada masa postpartum, serta menentukan keberhasilan atau kegagalan pada copingnya tersebut.

ABSTRACT

Pregnancy and postpartum are periods of psychological stress for all women, whether primiparous or multiparous mothers, especially in urban communities. Some of them might have experienced the minimal

stress of it which is postpartum blues, but there are also severe stress due to pregnancy and childbirth interpreted as a disaster and a threat to them. If stress is not controlled soon, it will become depression called postpartum depression.

Symptoms of postpartum depression are characterized by feelings of sadness and depression, prolonged unhappiness, loss of interest in something one usually likes, sleep disturbances, loss of appetite, being negative on own self, thinking about death that not only endangers herself but also harms the baby.

Basically, every individual tries to maintain homeostatic circumstance in dealing with changes that can be the stressor. Therefore, coping strategy will be needed. Coping mechanisms can be run properly if the individual has adequate resources. Conversely, if the resources are not sufficient to generate mobilized energy, there will be damage to the body or maladaptive state. In fact, the most powerful and influential resource for individuals comes from their own life experiences.

This research aims to reveal how life experiences were used by mothers after childbirth in urban communities to create coping strategies for postpartum depression. The research was done using descriptive and qualitative methods, and also biography approaches. The results showed that mother's life experiences bring a significant effect on deciding the coping strategies in their postpartum period and also to determine the success or the failure of the coping.