

## Penghayatan kondisi depresi pasca melahirkan pada ibu yang melahirkan bayi pertama

Roswiyani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=89247&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Postpartum depression atau Depresi Pasca Melahirkan (DPM) merupakan salah satu bentuk depresi yang dialami oleh satu di antara 10 ibu yang melahirkan anak pertama. DPM berlangsung pada tahun pertama hingga 2 tahun setelah kelahiran anak. DPM merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang dapat menimbulkan masalah dalam hubungan ibu dan anak, gangguan psikopatologis pada anak dan keterlambatan perkembangan anak. Perempuan yang mengalami DPM cenderung diliputi perasaan sedih sehingga kurang peka untuk memberikan afek positif pada anaknya. Intensitas kesedihan tinggi sering disertai keinginan untuk bunuh diri atau membunuh bayinya sendiri. Keadaan ini menimbulkan dampak buruk bagi seluruh anggota keluarga karena ibu cenderung menarik diri dan menolak merawat bayi, sehingga anak mengalami kekurangan kasih sayang.

Penelitian kualitatif guna memperoleh informasi tentang penyebab DPM dan hal-hal yang membantu mengatasi DPM ini menggunakan metode wawancara mendalam dan melibatkan 4 subjek sukarelawan yang mengalami depresi setelah melahirkan. Panduan wawancara dilandasi oleh panduan dari Rosenberg, et al (2003) dan National Mental Health Association, (2003).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 3 dari 4 subjek mengalami DPM; 1 subjek mengalami babyblues, dengan gejala mirip DPM namun hanya berlangsung seminggu. Gejala DPM meliputi (a) gejala sesak napas, mual hingga muntah, (b) perasaan bersalah terhadap bayi mereka, (c) kurang mampu merawat diri, (d) mudah tersinggung, (e) mencemaskan bayi secara berlebihan atau bersikap kurang peduli terhadap bayi, disertai (f) menurunnya motivasi, (g) enggan bersosialisasi, dan (h) sulit mengambil keputusan. Ragam penyebab DPM meliputi (a) ketidakbahagiaan pemikahan, (b) perasaan tidak mampu menyusui bayi, (c) stress akibat peningkatan berat badan, (d) pengalaman masa kecil yang tidak menyenangkan, (e) kurangnya dukungan emosional dari suami, (f) stres pengasuhan bayi, (g) tekanan sosial ekonomi, (h) kecemasan selama kehamilan. Hal-hal yang dapat membantu subjek mengatasi DPM meliputi dukungan sosial dan emosional selama periode kehamilan dan kelahiran. Dukungan sosial mencakup dukungan dari (a) pasangan, (b) keluarga dan (c) teman dekat dalam bentuk (a) pemberian informasi, bantuan selama menjalani kehamilan dan kelahiran, serta (b) bantuan pengasuhan bayi. Dukungan emosional terbesar diperoleh dari pasangan dalam hal (a) pemberian afeksi dan (b) komunikasi selama masa kehamilan dan kelahiran.