

## **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI TERHADAP KEJADIAN BABY BLUES SYNDROME PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GROGOL KABUPATEN KEDIRI**

Fizma Ulil Zahra<sup>1)</sup> Ellatyas Rahmawati Tejo Putri<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

<sup>2)</sup> S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Email korespondensi: [ellatyas.rahmawati@iik.ac.id](mailto:ellatyas.rahmawati@iik.ac.id)

### ***ABSTRACT***

Article Information  
Article History:  
Submitted: 19 Januari 2026  
Accepted: 22 Januari 2026  
Publish Online: 24 Januari  
2026

*Baby Blues Syndrome is a mental problem that can be experienced by mothers during the postpartum period. Baby Blues Syndrome can be detected between the third and fourteenth day and peaks on the fifth day. Many factors can trigger baby blues syndrome among them are physical and emotional changes, stress, social pressure and economic status which is reate a high risk of baby blues syndrome. Husband's support is a key factor in helping postpartum mothers to cope with the emotional and physical changes after deliver. This study having purpose to analyze the relationship between husband's support and the incidence of baby blues syndrome on postpartum mothers in the Grogol Public Health Center working area of Kediri Regency. The research design used descriptive correlation with a qualitative approach cross-sectional. The population of postpartum mothers in February – March 2024 was 56 people with the technique purposive sampling the sample used was 30 postpartum mothers. Data were collected by using a husband support questionnaire and EPDS screening (Edinburgh Postnatal Depression Scale). Results of analysis with the fisher's exact test that p value obtained was  $0.026 < 0.05$ , so it was stated there was a relationship between husband's support and the incident baby blues syndrome. This indicates that having a husband's support is an important factor in maintaining mental health and minimizing the incidence of baby blues syndrome in postpartum mothers.*

*Keywords: Husband, support, postpartum mother, baby blues syndrome.*

### **ABSTRAK**

Article Information  
Article History:  
Submitted: 19 Januari 2026  
Accepted: 22 Januari 2026  
Publish Online: 24 Januari  
2026

*Baby Blues Syndrome* merupakan suatu bentuk masalah mental yang dapat dialami oleh ibu pada masa nifas. *Baby Blues Syndrome* dapat dideteksi antara hari ketiga sampai ke empat belas dan memuncak pada hari kelima. Banyak factor yang menjadi pencetus *baby blues syndrome* diantaranya adalah perubahan fisik dan emosional, stress, tekanan sosial serta status ekonomi menjadikan resiko tinggi terjadinya *baby blues*. Dukungan suami merupakan faktor utama yang berperan dalam membantu ibu nifas menghadapi perubahan emosional dan fisik pasca persalinan. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan dukungan suami dengan kejadian *baby blues syndrome* pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Grogol Kabupaten Kediri. Design penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi ibu nifas di bulan Februari – Maret 2024 sebanyak 56 orang dengan teknik *purposive sampling* maka sampel yang digunakan sebanyak 30 ibu nifas. Data dikumpulkan dengan kuesioner dukungan suami dan skrining EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*). Hasil analisis dengan uji *fisher's exact test* atau *p value* yang diperoleh sebesar  $0.026 < 0.05$ , sehingga dinyatakan ada hubungan dukungan suami dengan kejadian *baby blues syndrome*. Hal tersebut mengindikasikan bahwa adanya dukungan suami merupakan faktor penting yang berperan menjaga kesehatan mental dan meminimalisir kejadian *baby blues syndrome* pada ibu nifas.

Kata kunci: suami, dukungan, ibu nifas, *baby blues syndrome*

### **PENDAHULUAN**

*Baby blues* merupakan tahap awal depresi pasca persalinan yang diakibatkan dari perubahan emosional, fisik, dan kelelahan ibu, sehingga sulit dalam menerima kehadiran bayinya (Sari, 2014 dalam Suryani dkk.). Kejadian *Baby blues* biasanya terindikasi dalam rentang hari pertama hingga keempat belas pasca melahirkan, hari kelima menjadi estimasi puncak intensitas tertinggi munculnya gejala *baby blues* (Diah dalam Yuhaeni & Indawati,

2024). Data WHO (2018) menunjukkan prevalensi post partum *blues* atau *baby blues* di dunia berada dalam kisaran 3-8%, dengan proporsi kasus tertinggi sebesar 50% yang terjadi pada usia produktif. *Postpartum blues* sendiri terjadi pada 300-750 dari 1000 ibu nifas secara global (Stewart dkk., 2003; Upadhyay dkk., 2017). Di Asia, prevalensinya bervariasi 26-85% (Munawaroh, 2018), dengan 8,5% di India, 3% di Melayu, dan 40% di Taiwan (Masithoh dalam Aryani et al., 2022).

Penyebab dari *baby blues* syndrome masih belum dapat dipastikan secara akurat, tapi sering dikaitkan dengan perubahan fisik atau diri ibu, stres, dan faktor lingkungan sekitar (Bobak dalam Yuhaeni & Indawati, 2024). Selanjutnya, ketidaksiapan ibu dalam menjalani kehamilan dan persalinan, kurangnya dukungan dari suami, metode persalinan caesar, kurangnya persiapan sehingga pengetahuan dalam merawat bayi kurang, serta kehamilan yang tidak diinginkan atau tidak direncanakan merupakan faktor resiko terjadinya *baby blues syndrome* (Sujiyatini dalam Yuhaeni & Indawati, 2024). Studi kasus yang dilakukan peneliti sebelumnya di Puskesmas Grogol menemukan dari lima ibu nifas, dua mengalami *baby blues* dan tiga tidak mengalami. Hasil dari wawancara singkat yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa tiga dari lima ibu tidak memperoleh dukungan penuh dari suami, dua diantaranya mengalami *baby blues*.

## **METODE PENELITIAN**

Kuantitatif merupakan metode yang diterapkan ke dalam penelitian ini sedangkan rancangan penelitian menggunakan deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Fokus penelitian diarahkan pada analisis hubungan dukungan suami dengan timbulnya *baby blues syndrome* pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Grogol Kabupaten Kediri. Penelitian berlangsung selama dua bulan, yaitu bulan Februari sampai dengan Maret 2025. Populasinya terdiri dari 56 ibu nifas selama bulan februari sampai bulan maret di wilayah kerja Puskesmas Grogol. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*, yaitu peneliti menentukan responden sesuai kriteria yang ditetapkan peneliti. Kriteria inklusi dan eksklusi ditetapkan untuk memastikan relevansi dan validitas data sampel yang diperoleh. Selanjutnya,

didapatkan sampel 30 ibu nifas dari 56 ibu nifas yang sesuai kriteria. Variabel independen penelitian ini adalah dukungan suami yang dikategorikan menjadi ada dukungan suami dan tidak ada dukungan suami. Selanjutnya, *baby blues syndrome* menjadi variabel dependen, yang diklasifikasikan menjadi dua yaitu, ibu nifas yang mengalami *baby blues* dan tidak mengalami *baby blues*. Pengumpulan data secara *door to door* dibantu oleh bidan desa dan kader yang berada di bawah naungan Puskesmas Grogol. Selain itu, peneliti menggunakan dua instrumen yang digunakan yaitu, pertama kuesioner yang mengukur ada tidaknya dukungan suami serta kedua menggunakan *Edinburgh Postnatal Depression Scale* atau *EPDS* untuk mengukur kejadian *baby blues syndrome* pada ibu nifas. Analisis data mencakup *editing, coding, scoring*, dan tabulasi setelah itu diuji menggunakan analisis univariat dan bivariat. Uji statistik *fisher's exact test* digunakan untuk menguji hubungan antara variabel independen dan dependen dengan tingkat signifikansi 95% ( $p < 0,05$ ). Jika hasil menunjukkan nilai  $p < 0,05$ , maka terdapat hubungan antara dukungan suami pada ibu nifas terhadap *baby blues syndrome*, sedangkan jika  $p > 0,05$ , maka diperoleh hasil yaitu, tidak adanya hubungan yang signifikan.

## HASIL

Penelitian ini melibatkan populasi sebanyak 56 ibu nifas yang tercatat selama bulan Februari hingga Maret di wilayah kerja UPTD Puskesmas Grogol. Melalui teknik *purposive sampling*, diperoleh sampel sebanyak 30 sampel dari 56 ibu nifas keseluruhan. Seluruh sampel dalam penelitian ini, dinyatakan telah memenuhi syarat. Adapun hasil pengumpulan data sebagai berikut:

### Analisis Univariat

Kategori	Frekuensi	Presentasi
<b>Usia</b>		
<20 dan >35	5	16.67%
20-35	25	83.33%
<b>Paritas</b>		
Primipara	11	36.67%
Multipath	19	63.3%
<b>Pendidikan</b>		
SD	2	6.7%
SMP	4	13.3%
SMA atau Pendidikan Tinggi	24	80.0%
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	24	80.0%
Bekerja	6	20.0%
<b>Dukungan Suami</b>		
Ada Dukungan suami	24	80.0%
Tidak mendapat dukungan suami	6	20.0%
<b>Baby Blues Syndrome</b>		
Baby Blues Syndrome	12	40.0%
Tidak Mengalami <i>Baby Blues Syndrome</i>	14	60.0%

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan data penelitian di atas, karakteristik usia 20-35 memegang presentase tertinggi, yaitu (83,33%), sementara sisanya berada di luar usia tersebut (16,67%). Berdasarkan paritas, mayoritas responden merupakan multipara (63,33%), dan sisanya primipara (36,67%). Tingkat pendidikan mayoritas responden adalah SMA ke atas (80,00%), diikuti oleh tingkat SMP (13,33%) dan SD (6,67%). Sebagian besar responden tidak bekerja (80,00%), sedangkan sisanya bekerja (20,00%). Dalam hal dukungan suami, 80,00% responden menerima dukungan dari suami, sedangkan 20,00% tidak menerima dukungan. Terkait kondisi *baby blues syndrome*, sebanyak 40,00% responden mengalami gejala tersebut, sementara 60,00% tidak mengalaminya.

## Analisis Bivariat

Table 1.

The results of the statistical analysis of the relationship between husband's support and the incidence of *Baby Blues Syndrome* in the Grogol Community Health Center Work Area, Kediri Regency in 2025

Husband's Support	<u>Baby Blues Syndrome</u>						P value
	<i>Baby blues</i>		No Baby Blues		Total		
	F	%	F	%	F	%	
There is Husband's Support	7	29.2	17	70.8	24	100	0.026
No Husband Support	5	83.3	1	16.7	6	100	
Total	12	40.0%	18	60.0%	30	100%	

Source: Primary Data, 2025

Hasil analisa bivariat dukungan suami dengan kejadian baby blues syndrome di Wilayah Kerja Puskesmas Grogol menunjukkan hasil bahwa sebanyak (83,3%) ibu nifas mengalami *baby blues syndrome* dikarenakan tidak mendapatkan dukungan suami. Sedangkan ibu nifas tidak mengalami baby blues syndrome mendapatkan dukungan suami sebesar (70,8%). Tabel hasil analisis diatas menunjukkan nilai *p value* yang diperoleh sebesar  $0.026 < 0.05$  dengan demikian kesimpulannya adalah ada hubungan yang terjadi antara dukungan suami dengan kejadian baby blues syndrome pada ibu nifas.

## PEMBAHASAN

### Dukungan Suami Terhadap Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Grogol Kabupaten Kediri

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat diketahui bahwa ibu nifas yang mendapatkan dukungan suami lebih banyak dengan 24 responden atau sebesar 80,0% selanjutnya ibu nifas yang tidak mendapatkan dukungan suami ada enam responden atau 20,0%.

Menurut Davie M (dalam Winarni & Ikhlasiah, 2018), Dukungan dari orang terdekat dibutuhkan oleh ibu nifas untuk menyesuaikan diri dengan peran barunya. Untuk

meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri ibu dalam menempuh peran barunya tersebut dibutuhkan dukungannya, salah satunya dukungan dan kasih sayang dari suami.

Dukungan dari suami yang dapat diberikan kepada ibu saat nifas antara lain dukungan emosional, instrumental, informasi, dan penilaian sebagai bentuk kasih sayang, perhatian, serta penghargaan, dengan tujuan mewujudkan kesejahteraan ibu dan keluarga (Winarni et al., 2018). Dikutip dari NIOM, health dalam (Winarni et al., 2018), sekitar 25,7% ibu postpartum berisiko mengalami depresi, dan 16% di antaranya tidak memperoleh dukungan memadai dari suami. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kurangnya dukungan pasangan merupakan salah satu faktor penyebab depresi postpartum, selain faktor lain seperti kondisi ekonomi maupun kehamilan yang tidak direncanakan.

Peneliti menilai dukungan dari suami sangat penting terhadap proses pembiasaan pada ibu pasca persalinan, dukungan dari suami membantu meningkatkan adaptasi psikologis dan mencegah depresi postpartum. Faktanya, meski 80% responden mendapat dukungan suami, 20% responden juga tidak mendapatkan dukungan suami, sehingga perlu perhatian lebih dikarenakan kurangnya dukungan suami merupakan faktor risiko depresi pascapersalinan.

### **Hubungan Dukungan Suami Terhadap Baby Blues Syndrome**

Temuan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Grogol Kabupaten Kediri didapatkan hasil berupa, dari 30 (tiga puluh) responden atau ibu nifas yang tidak memperoleh dukungan suami, sebagian besar (83,3%) mengalami *baby blues syndrome*, sedangkan responden yang memperoleh dukungan suami, sebagian besar (70,8%) tidak mengalami *baby blues syndrome*. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi *fisher's exact test* atau *p value* yang diperoleh sebesar  $0.026 < 0.05$ , sehingga dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan terjadinya *baby blues syndrome*.

Dukungan suami menjadi faktor dominan yang memengaruhi kondisi psikologis ibu setelah persalinan juga sebagai strategi koping dalam menghadapi stres sekaligus berfungsi sebagai upaya preventif untuk menurunkan resiko stres. Ibu nifas yang memperoleh dukungan suami, baik berupa dukungan instrumental, emosional maupun penghargaan, cenderung tidak menunjukkan indikasi postpartum *blues*, sedangkan ibu yang kurang mendapatkan dukungan

dari suami cenderung lebih berisiko mengalami gejala postpartum *blues* (Samria and Haerunnisa 2021).

Sejalan dengan temuan peneliti, beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pencegahan baby blues bisa dilakukan dengan memberikan dukungan yang komprehensif dari suami. Penelitian yang dilakukan oleh (Samria dan Haerunnisa, 2021) dengan judul Hubungan Dukungan Suami Dengan Kejadian *Post Partum Blues* di Wilayah Perkotaan menunjukkan adanya hubungan antara kurangnya dukungan suami dengan kejadian *baby blues syndrome*. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian oleh (Kasanah, 2017), yang berjudul Hubungan Suami Dalam Perawatan Masa Nifas Dengan Kejadian *Baby Blues* mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan kondisi psikologis ibu pascapersalinan. Sementara itu penelitian oleh, (Anggraini, 2024) dengan judul Hubungan Dukungan Suami, Peran Bidan Dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian *Baby Blues* Pada Ibu Nifas Di BPM Bidan Lena Jakarta yang juga mendukung temuan peneliti yaitu, adanya hubungan dukungan suami dengan terjadinya *baby blues syndrome*. Hasil penelitian Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *baby blues syndrome* pada primipara menyebutkan bahwa salah satu factor ada hubungan dukungan suami dengan *Baby Blues Syndrome* dengan  $p\text{-value} = 0,043$ . Dukungan suami baik secara emosional, psikologis, dan finansial memiliki risiko 2.059 kali mengalami kejadian *Baby Blues Syndrome* (95% CI 1,464-2,895) (Sabila, 2024).

Menurut peneliti, suami sebagai figur terdekat keluarga memiliki peran utama membantu ibu nifas dalam menghadapi perubahan emosional dan fisik pascapersalinan lewat dukungan moral dan fisik. Kehadiran suami mencegah perasaan sedih berkepanjangan dan menjaga stabilitas emosional ibu. Sebaliknya, ketiadaan dukungan suami dapat memperburuk kondisi psikologis, meningkatkan risiko *baby blues* hingga depresi postpartum. Oleh karena itu, keterlibatan suami sebagai pendamping utama dalam masa nifas merupakan elemen krusial dalam upaya pencegahan gangguan mental pada ibu pascapersalinan.

## KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar ibu nifas memperoleh dukungan suami, yaitu sebanyak 24 responden (80,0%), sementara enam responden (20,0%) tidak memperoleh dukungan suami. Selain itu, sebagian besar ibu nifas tidak mengalami *baby blues syndrome*, yaitu sebanyak 18 responden (60,0%), sedangkan 12 responden (40,0%) terindikasi *baby blues syndrome*. Analisis statistik menggunakan Fisher's exact test menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami terhadap kejadian *baby blues syndrome* di wilayah kerja UPTD Puskesmas Grogol Kabupaten Kediri ( $p$ -value = 0,026). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, beberapa masukan yang dapat peneliti sampaikan, yaitu sebagai berikut. Bagi institusi pendidikan, disarankan untuk memperkuat materi terkait kesehatan mental pada masa postpartum, khususnya keterampilan komunikasi dan manajemen kasus, serta mendorong penelitian lebih lanjut untuk memperkaya literatur dan intervensi yang tepat. Bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, diharapkan adanya penelitian lintas bidang, termasuk kesehatan, psikologi, dan teknologi informasi, yang dapat digunakan sebagai media promosi, intervensi, dan solusi dalam menangani kesehatan mental postpartum. Bagi profesi kebidanan, bidan diharapkan meningkatkan profesionalisme melalui komunikasi terapeutik, edukasi komprehensif kepada keluarga, serta keterlibatan aktif dalam penelitian. Bagi Puskesmas Grogol, diperlukan peningkatan edukasi kepada ibu nifas dan suami mengenai pentingnya dukungan selama masa nifas, serta pengembangan pemantauan psikologis dan pemberdayaan kader dalam deteksi dini *baby blues syndrome*. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan memperluas cakupan responden agar hasil lebih representatif, meneliti faktor predisposisi maupun presipitasi lainnya, serta mengembangkan intervensi seperti edukasi, konseling, atau pendekatan psikososial bagi ibu yang mengalami gejala baby blues.

## DAFTAR PUSTAKA

Afrina, Rina, and Nining Rukiah. 2024. "Hubungan Tingkat Kelelahan Dan Dukungan Sosial Suami Dengan Baby Blues Maternal Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Wilayah Bogor

- Selatan Tahun 2024.” *Jurnal Sains Dan Teknologi* 6(1):148–57.
- Anggraini, Dewi. 2024. “Hubungan Dukungan Suami, Peran Bidan Dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Baby Blues Pada Ibu Nifas Di BPM Bidan Lena Jakarta.” *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)* 3(11):1491–96. doi: 10.54402/isjnms.v3i11.506.
- Aryani, Roza, Afriana, and Faranita. 2022. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Baby Blues Syndrome Pada Ibu Post Partum Di RSUD Dr. Zainoel Abidin Kota Banda Aceh Factors Related to Baby Blues Syndrome in Post Partum Mothers in RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh City.” *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 8(2):2615–109.
- Danistya, Zahra Azizah, Agung Kurniawan, Rany Ekawati, and Endang Sri Redjeki. 2024. “Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Baby Blues Syndrome Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojowarno Kabupaten Jombang Tahun 2023.” 6(10):1106–19. doi: 10.17977/um062v6i102024p1106-1119.
- Nur Almida, Elin, Yolly Dahlia, Adib Ahmad Shammakh, and Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar. 2023. “Hubungan Usia Dan Paritas Terhadap Kejadian Baby Blues Syndrome Pada Ibu Postpartum Di Kecamatan Sambelia, Lombok Timur Relationship Between Age and Parity to Baby Blues Syndrome in Postpartum Mothers in Sambelia District, East Lombok Regency.” *Nusantara Hasana Journal* 2(11): Page.
- Sabila, W. F. (2024). No Title. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(11), 2021–2027. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/15146/pdf#>
- Winarni, L. M., Winarni, E., & Ikhlasiah, M. (2018). Pengaruh Dukungan Suami Dan Bounding Attachment Dengan Kondisi Psikologis Ibu Postpartum Di RSUD Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 3(2), 1–11.
- Wulandari, Siswi, Bram Mustiko Utomo, Fauzia Laili, Kurnia Novita, and Raras Sucma. 2023. *Analisa Faktor Psikososial Ibu Dengan Kejadian Post Partum Blues*. Vol. 14.
- Yuhaeni, Neti, and Eli Indawati. 2024. “Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian

Baby Blues Syndrom Pada Ibu Nifas Di Klinik Cempaka Medical Center Tambun Bekasi Tahun 2023.” *Malahayati Nursing Journal* 6(4):1351–72. doi: 10.33024/mnj.v6i4.11139.