

**PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME*
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL
PRIMIPARA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
DESA PASEMAH AIR KERUH**



SKRIPSI

OLEH

CLARA SINTIA

NPM : 2114201024

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU**

2025

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut (Depkes RI, 2021) kehamilan merupakan suatu proses pembuahan yang terjadi secara alami menghasilkan janin yang tumbuh di rahim ibu. Kehamilan adalah masa yang melibatkan krisis dalam kehidupan seorang wanita. Proses biologis mulai dari ciri-ciri ibu hingga dari pembentukan dan perkembangan janin hingga hari kelahiran bayi. Perubahan ini secara perlahan akan menuntut perlahan sang ibu menyesuaikan diri dengan peran barunya.

Proses menyesuaikan diri dikenal sebagai adaptasi, yang merupakan suatu perubahan yang dialami individu dalam menanggapi lingkungan, keadaan, atau situasi baru. Adaptasi selama kehamilan dan masa pasca melahirkan terbagi menjadi dua kategori, yakni adaptasi fisik dan adaptasi mental (Kemenkes, 2022).

Setiap fase kehamilan, perempuan hamil akan merasakan perubahan baik dalam aspek fisik maupun mental, terutama pada ibu yang baru pertama kali hamil. Proses penyesuaian ini bisa menimbulkan rasa tidak nyaman baik secara fisik maupun mental (Veri et al., 2023). Perubahan fisik dan mental yang terjadi selama kehamilan mencakup modifikasi pada sistem kardiovaskuler, seperti peningkatan laju detak jantung serta jumlah darah. Selain itu, terdapat perubahan pada sistem pernapasan, sistem pencernaan, sistem saluran kemih, serta peningkatan emosi yang ditandai dengan kecenderungan untuk menangis, rasa cemas, fluktuasi suasana hati, kesulitan

HALAMAN PENGAJUAN

**PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME*
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL
PRIMIPARA DI WILAYAH PUSKESMAS
DESA PASEMAH AIR KERUH**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Bengkulu**

OLEH

CLARA SINTIA

NPM : 2114201024

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSIAS MUHAMMADIYAH BENGKULU**

2025

PERSETUJUAN SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME*
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL
PRIMIPARA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
DESA PASEMAH AIR KERUH**

OLEH

CLARA SINTIA

NPM : 2114201024

DISETUJUI PEMBIMBING



Ns. SUSILAWATI, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0210028701

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME* TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL PRIMIPARA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DESA PASEMAH AIR KERUH

Hari : Jumat
Tanggal : 4 Juli 2025
Tempat : Bengkulu

OLEH

CLARA SINTIA

NPM : 2114201024

DEWAN PENGUJI

Nama Penguji

1. Ns. Susilawati, S.Kep., M.Kep
Ketua
2. Ns. Liza Fitri Lina, S.Kep., M.Kep
Anggota
3. Ns. Leni Rozani, S.Kep., M.Kep
Anggota

Tanda Tangan

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UMB



Dr. Eva Oktaviani M.Si
NIP. 196810051994022002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Clara Sintia
NPM : 2114201024
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul ini:

**PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME* TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL PRIMIPARA DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS DESA PASEMAH AIR KERUH**

Adalah benar karya saya sendiri, bebas dari plagiat atau penyontekan. Apabila dikemudian hari terdapat permasalahan berkaitan dengan penyusunan skripsi ini, maka semua akibat dari hal ini merupakan tanggung jawab saya sendiri.
Surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh. Atas perhatian bapak/ibu saya ucapkan terima kasih

Bengkulu, 4 Juli 2025



Penulis

Handwritten signature of Clara Sintia.

Clara Sintia
NPM. 2114201024

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN

Sebagai Civitas Akademik Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Saya Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini :

Nama : Clara Sintia
NPM : 2114201024
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Bengkulu. **Hak Bebas Royalti Non-ekslusif (*Non-exclusif Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME* TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL PRIMIPARA DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS DESA PASEMAH AIR KERUH**

Beserta perangkat yang ada (jika perlu). Dengan hak Bebas Royalti Non-ekslusif ini Universitas Muhammadiyah Bengkulu berhak menyimpan, mengalih/formalkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Bengkulu

Pada Tanggal : 4 Juli 2025

Yang Menyatakan,




Clara Sintia
NPM. 2114201024

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Direndahkan dimata manusia, ditinggikan dimata Tuhan, Prove Them Wrong”

“ Gonna fight and don’t stop, until you are proud”

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah- lelah itu. Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikam untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar.Tapi gelombang- gelombang itu yang nanti akan bisa kau ceritakan” (Boy Candra).

PERSEMBAHAN

Puji syukur dihaturkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan karunia-Nya sehingga penulisan ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat. Dengan rasa bangga, karya ini , penulis persembahkan kepada:

1. Cinta pertama dan panutanku, ayahanda Herman Saturi. Beliau memang tidak pernah merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau bekerja keras serta mendidik, memberi motivasi, memberikan dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan studi ini.
2. Pintu surgaku, ibunda Sumiyati. Beliau sangat berperan penting dalam proses menyelesaikan program studi saya, beliau juga tidak sempat merasakan Pendidikan dibangku perkuliahan, namun beliau tidak henti memberi semangat serta do’a selalu mengiringi langkah saya sehingga saya bisa menyelesaikan program studi saya sampai selesai.
3. Kakak kandungku yang tercinta Agus Efendi dan istrinya Ani Anggriani terima kasih telah memberi dukungan, memberi semangat serta doa dan kasih sayang yang luar biasa kepada adik bungsu kalian ini.

4. Saudari perempuan saya, Yovita Lorenza. Meskipun sering bertengkar terima kasih sudah memberikan doa yang baik selama ini. Terima kasih sudah membantu dan mendukung apaun yang saya lakukan selama ini. Semangat juga meraih gelar dan buatlah ibu dan ayah bangga dengan apa yang sudah kita usahakan selama ini.
5. Teruntuk sahabat tercinta saya sedari sekolah hingga sekarang Chindi Alfionita, Nur fadilla, Indira Madeva Putri terima kasih telah menjadi sahabat sekaligus menjadi keluarga penulis di Kota Perantauan ini, sudah menjadi garda terdepan dimasa- masa sulit penulis. Terima kasih selalu mendengarkan keluh kesah penulis. Ucapan sykur ke pada Allah SWT karena telah memberikan sahabat terbaik seperti kalian
6. Kepada F8 sahabat penulis dibangku perkuliahan (Reka, Nadila, Putri, Fina, Yella, Jenni, Mardiyah) yang selalu kebersamai dalam empat tahun ini, terima kasih atas segala bantuan, waktu, support, kebaikan, dan suka duka yang diberikan kepada penulis dalam proses penulisan skripsi ini. See you on top, guys.
7. Terakhir, terima kasih kepada wanita sederhana yang memiliki impian besar, namun terkadang sulit dimengerti isi kepalanya , yaitu penulis diriku sendiri Clara Sintia. Terima kasih telah menjadi pribadi yang kuat telah banyak air mata jatuh membasahi pipimu selama proses perkuliahan ini dengan usaha dan perjuangan dan mampu mengendalikan diri dari tekanan luar. Terima kasih sudah mengatur ego dan memilih bangkit dengan rasa semangat sehingga dapat menyelesaikan studi di Universita Muhammadiyah Bengkulu.

RIWAYAT HIDUP



Nama : Clara Sintia
NPM : 2114201024
Tempat/Tanggal Lahir : Padang Gelai, 22 Februari 2003
Agama : Islam
Anak ke : Tiga
Alamat : Jl. Timur Indah III, Kota Bengkulu
Nama Ayah : Herman Saturi
Nama Ibu : Sumiyati
Alamat Orang Tua : Padang Gelai, Pasemah Air Keruh, Kab Empat
Lawang
Riwayat Pendidikan :
SDN 02 Pasemah Air Keruh : 2009-2015
SMPN 02 Pasemah Air Keruh : 2016-2018
SMKN 01 Kota Bengkulu : 2019-2021
Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan : 2021-2025
Universitaas Muhammadiyah Bengkulu

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

SKRIPSI, JULI 2025

CLARA SINTIA

Ns. SUSILAWATI, S.Kep., M.Kep

**PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME* TERHADAP TINGKAT
PENGETAHUAN IBU HAMIL PRIMIPARA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS DESA PASEMAH AIR KERUH**

xviii+ 91 Halaman, 10 Tabel, 16 Lampiran

ABSTRAK

Baby blues syndrome atau *postpartum blues* merupakan gangguan emosional ringan yang paling umum dialami ibu setelah melahirkan. Gangguan ini biasanya muncul pada hari ketiga hingga keempat pascapersalinan dan dapat berlangsung hingga 14 hari.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi mengenai *baby blues syndrome* terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Pasemah Air Keruh.

Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode *quasi experiment* dan rancangan *one-group pretest and posttest*. Penelitian ini melibatkan 15 ibu hamil primipara yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi edukasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan ibu hamil primipara sebelum edukasi sebesar 39,33 dan setelah edukasi meningkat menjadi 82,67. Analisis menggunakan uji *paired sample t-test* menghasilkan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari edukasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil primipara.

Kesimpulan penelitian menunjukan bahwa edukasi tentang *baby blues syndrome* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil primipara. Oleh karena itu, pemberian edukasi kepada ibu hamil diharapkan dapat menjadi upaya preventif dalam mempersiapkan kondisi fisik dan mental guna mencegah terjadinya *baby blues syndrome*.

Kata Kunci: Edukasi, tingkat pengetahuan, *baby blues syndrome*

Daftar Bacaan : 60 (2015-2024)

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NURSING STUDY PROGRAM
THESIS, JULI 2025

CLARA SINTIA
Ns. SUSILAWATI, S.Kep., M.Kep

***THE EFFECT OF BABY BLUES SYNDROME EDUCATION ON THE LEVEL OF
KNOWLEDGE OF PRIMARY PREGNANT WOMEN IN THE WORK AREA OF
THE PASEMAH VILLAGE COMMUNITY HEALTH CENTER, AIR KERUH***

xix+ 91 Pages, 10 Tables, 16 Attachments

ABSTRACT

Baby blues syndrome, or postpartum blues, is a mild emotional disorder most commonly experienced by mothers after childbirth. This disorder usually appears on the third to fourth day postpartum and can last up to 14 days.

This study aimed to determine the effect of education about baby blues syndrome on the knowledge level of primiparous pregnant women in the Pasemah Air Keruh Village Community Health Center (Puskesmas).

The research design used was quantitative, with a quasi-experimental method and a one-group pretest and posttest design. This study involved 15 primiparous pregnant women selected through purposive sampling. A questionnaire was used to measure knowledge levels before and after the educational intervention.

The results showed that the average knowledge level of primiparous pregnant women before education was 39.33 and after education increased to 82.67. Analysis using a paired sample t-test yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant effect of education on improving knowledge among primiparous pregnant women.

The study's conclusions indicate that education about baby blues syndrome significantly increased the knowledge of primiparous pregnant women. Therefore, providing education to pregnant women is expected to be a preventative measure in preparing the physical and mental conditions to prevent baby blues syndrome.

Keywords: Education, knowledge level, baby blues syndrome
Reading List: 60 (2015-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, kekuatan serta karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Proposal Penelitian yang berjudul **“PENGARUH EDUKASI *BABY BLUES SYNDROME* TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN IBU HAMIL PRIMIPARA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DESA PASEMAH AIR KERUH”**

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak atas bantuan, bimbingan, petunjuk dan saran-saran, serta nasihat yang tidak ternilai harganya. Ucapan terima kasih penulis haturkan kepada:

1. Ibu Dr. Eva Oktaviadi, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu
2. Ibu Ns. Lussyefrida Yanti, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu
3. Ibu Ns. Susilawati, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengajaran, motivasi, kritik dan saran atas penyusunan skripsi ini
4. Ibu Ns. Liza Fitri Lina, S.Kep., M.Kep selaku penguji 1 yang telah memberikan kritik dan saran atas penyusunan skripsi ini
5. Ibu Ns. Leni Rozani, S.Kep selaku penguji 2 yang telah memberikan kritik dan saran atas penyusunan skripsi ini

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, kritik dan saran sangat diharapkan demi perbaikan skripsi ini di masa yang akan datang.

Bengkulu, 4 Juli 2025

Penulis

Clara Sintia

NPM. 2114201024

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGANTAR.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
MOTTO DAN PESEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	x
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan umum	6
2. Tujuan Khusus.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis.....	7
G. Keaslian Penelitian	8
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Konsep Umum Kehamilan.....	11
1. Definisi	11
2. Adaptasi Anatomi dan Fisiologi Selama Kehamilan.....	11
3. Perubahan Adaptasi dan Fisiologi Selama Kehamilan.....	14
4. Kehamilan Patologi.....	16

5.	Kebutuhan Psikologis Pada Ibu Hamil.....	19
B.	Baby Blues Syndrome.....	21
1.	Definisi	21
2.	Tanda dan Gejala Baby Blues	22
3.	Tingkatan Baby Blues Syndrom.....	22
4.	Faktor penyebab Baby Blues Syndrome.....	24
5.	Dampak Dari Baby Blues Syndrome	26
6.	Pencegahan Baby Blues Syndrome.....	26
C.	Tingkat Pengetahuan.....	27
1.	Definisi	27
2.	Jenis- jenis Tingkat Pengetahuan.....	29
3.	Cara Memperoleh Pengetahuan.....	30
4.	Pengukuran dan Kategori Tingkat Pengetahuan.....	32
5.	Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan	33
D.	Kerangka Teori.....	36
E.	Kerangka Konsep	36
F.	Hipotesis.....	37
	BAB III.....	38
	METODOLOGI PENELITIAN	38
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian	38
B.	Waktu dan Lokasi Penelitian	38
C.	Populasi dan Sampel	38
1.	Populasi	38
2.	Sampel.....	39
D.	Definisi Operasional Variabel	40
E.	Instrumen Penelitian	41
F.	Teknik Pengumpulan Data	41
1.	Data Primer	41
2.	Data Sekunder	41
G.	Teknik Analisa Data	42
1.	Analisis Univariat	42
2.	Analisis Bivariat	42
H.	Prosedur Penelitian.....	43
I.	Pengumpulan Data.....	43
	BAB IV	45
	HASIL ENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45

A. Gambaran Lokasi Penelitian	45
B. Jalannya Penelitian.....	46
C. Hasil Analisa Univariat.....	48
D. Hasil Analisa Bivariat	52
BAB V.....	53
PEMBAHASAN	53
A. Analisa Univariat	53
B. Analisa Bivariat.....	57
BAB VI.....	59
KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran.....	60
DAFTAR FUSTAKA	62
DAFTAR LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2. 1 Kerangka Teori	36
Tabel 2. 2 Kerangka Konsep.....	37
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	40
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Usia.....	48
Tabel 4. 2 Distribusi Pekerjaan	49
Tabel 4. 3 Distribusi Pendidikan.....	49
Tabel 4. 4 karakteristik Tingkat Pengetahuan Responden	50
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas Data.....	51
Tabel 4. 6 Pengaruh Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Primipara.....	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Permohonan Responden	70
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden	71
Lampiran 3 Lembar Kuesioner Tingkat Pengetahuan	72
Lampiran 4 SAP Edukasi Baby Blues Syndrome	74
Lampiran 5 Lembar Observasi.....	81
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	82
Lampiran 7 Input Data Hasil Observasi.....	86
Lampiran SK Pembimbing.....	89
Lampiran SK Seminar Proposal.....	90
Lampiran SK Seminar Hasil	91
Lampiran Surat izin Pra Penelitian Puskesmas.....	92
Lampiran Mohon Izin Penelitian Puskesmas.....	93
Lampiran Surat Izin Penelitian Kesbangpol	94
Lampiran Surat Izin Penelitian Dinkes	95
Lampiran Surat Selesai Penelitian	96

BAB I

PENDAHULUAN

B. Latar Belakang Masalah

Menurut (Depkes RI, 2021) kehamilan merupakan suatu proses pembuahan yang terjadi secara alami menghasilkan janin yang tumbuh di rahim ibu. Kehamilan adalah masa yang melibatkan krisis dalam kehidupan seorang wanita. Proses biologis mulai dari ciri-ciri ibu hingga dari pembentukan dan perkembangan janin hingga hari kelahiran bayi. Perubahan ini secara perlahan akan menuntut perlahan sang ibu menyesuaikan diri dengan peran barunya.

Proses menyesuaikan diri dikenal sebagai adaptasi, yang merupakan suatu perubahan yang dialami individu dalam menanggapi lingkungan, keadaan, atau situasi baru. Adaptasi selama kehamilan dan masa pasca melahirkan terbagi menjadi dua kategori, yakni adaptasi fisik dan adaptasi mental (Kemenkes, 2022).

Setiap fase kehamilan, perempuan hamil akan merasakan perubahan baik dalam aspek fisik maupun mental, terutama pada ibu yang baru pertama kali hamil. Proses penyesuaian ini bisa menimbulkan rasa tidak nyaman baik secara fisik maupun mental (Veri et al., 2023). Perubahan fisik dan mental yang terjadi selama kehamilan mencakup modifikasi pada sistem kardiovaskuler, seperti peningkatan laju detak jantung serta jumlah darah. Selain itu, terdapat perubahan pada sistem pernapasan, sistem pencernaan, sistem saluran kemih, serta peningkatan emosi yang ditandai dengan kecenderungan untuk menangis, rasa cemas, fluktuasi suasana hati, kesulitan untuk merasa tenang saat beristirahat, kemarahan yang cepat muncul, dan

perubahan dalam interaksi sosial (WHO, 2021).

Perubahan ini memainkan peranan yang sangat penting, terutama bagi ibu yang melahirkan untuk pertama kalinya (primipara). Dengan pengalaman yang terbatas, ibu primipara sering kali merasa kebingungan dan frustrasi serta merasakan ketidakmampuan dalam merawat anaknya. Oleh sebab itu, mereka memerlukan dukungan sosial yang lebih mendalam (Setianingsih et al., 2024).

Dukungan sosial adalah jenis interaksi antar manusia yang dapat menimbulkan rasa aman dan nyaman, serta meningkatkan kepercayaan diri individu, sehingga memiliki peranan vital dalam membantu mereka mengatasi stres, tantangan, dan perubahan dalam hidup. Bagi ibu-ibu yang baru melahirkan, terutama bagi mereka yang mengalami persalinan pertama, dukungan dari orang-orang terdekat sangat penting. Selama fase ini, ibu seringkali mengalami perubahan emosional yang ringan setelah melahirkan, yang dikenal dengan sebutan postpartum blues atau baby blues syndrome (Mariany et al., 2022).

Postpartum blues, atau yang lebih dikenal dengan istilah *sindrom baby blues*, adalah suatu gangguan emosional ringan yang sering dialami oleh para ibu setelah melahirkan. Biasanya, kondisi ini muncul dalam waktu 14 hari setelah proses persalinan, dengan gejala yang cenderung meningkat pada hari ke-3 hingga hari ke-4 setelah melahirkan. Beberapa tanda dan gejala yang sering terlihat meliputi kecenderungan untuk menangis, kelelahan fisik pascapersalinan, perasaan ketidaknyamanan, serta fluktuasi suasana hati (Dinkes, 2022). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2023), sekitar 70

hingga 80 persen wanita yang baru saja melahirkan di seluruh dunia mengalami baby blues, dan sekitar 13 persen dari jumlah tersebut dapat berkembang menjadi depresi pasca melahirkan. Tingkat kejadian baby blues bervariasi di berbagai negara; misalnya, di Jepang berkisar antara 15 hingga 50 persen, di Amerika Serikat 27 persen, di Prancis 31,7 persen, di Nigeria 31,3 persen, dan di Yunani 44,5 persen. Di kawasan Asia, laporan menunjukkan bahwa kejadian baby blues berkisar antara 26 hingga 85 persen (Usaid, 2021). Di sisi lain, berdasarkan data WHO (2018), Indonesia berada di urutan keempat tertinggi di kawasan ASEAN terkait frekuensi baby blues. Di Indonesia, diperkirakan bahwa prevalensi wanita yang mengalami baby blues mencapai 50 hingga 70 persen, dengan sekitar 1 hingga 2 kasus per 1.000 kelahiran mengalami gangguan ini.

Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan (2023), ada sebanyak 174.306 ibu yang melahirkan atau sedang dalam masa nifas. Di kota Palembang, penelitian mengenai insidens dan postpartum blues pernah dilaksanakan oleh (Kumalasari & Hendawati, 2017). Penelitian ini dilakukan di tiga rumah sakit, yaitu Rumah Sakit Muhammadiyah, Rumah Sakit Bhayangkara, dan Rumah Sakit Islam Siti Khadijah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa insidens kejadian postpartum blues di Kota Palembang mencapai angka 46,7%, dengan paritas sebagai faktor paling dominan.

Menurut hasil penelitian (Dita Nur Safitri, 2022) Hasil studi yang dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p value 0,000, sehingga ($p < 0,05$) mengindikasikan adanya dampak antara kondisi sebelum dan sesudah penerapan edukasi menggunakan media video animasi

terhadap pemahaman ibu hamil mengenai pencegahan baby blues.

Berdasarkan informasi prevalensi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Empat Lawang tahun 2023, jumlah ibu hamil yang terdata mencapai 5.754 orang. Distribusi ibu hamil di berbagai Puskesmas dalam Kabupaten Empat Lawang adalah sebagai berikut: Puskesmas Tebing Tinggi mencatat 1.081 orang, Puskesmas Saling 285 orang, Puskesmas Talang Padang 389 orang, Puskesmas Pendopo 842 orang, Puskesmas Muara Pinang 856 orang, Puskesmas Lintang Kanan 610 orang, Puskesmas Ulu Musi 380 orang, Puskesmas Nanjungan Pasemah Air Keruh 572 orang, Puskesmas Sikap Dalam 415 orang, dan Puskesmas Pendopo Barat 332 orang (Dinkes Kabupaten Empat Lawang, 2023).

Puskesmas Nanjungan adalah fasilitas kesehatan yang terletak di Jl. Bambang Utoyo, Desa Nanjungan, dalam Kecamatan Pasemah Air Keruh, Kabupaten Empat Lawang, yang merupakan bagian dari Provinsi Sumatera Selatan. Dari hasil survei awal yang telah dilakukan, diperoleh informasi bahwa pada rentang waktu Juli hingga Desember 2024, terdapat 177 ibu hamil yang terdaftar di Puskesmas Nanjungan, termasuk 27 diantaranya merupakan ibu hamil yang pertama kali. Di Desa Talang Padang tercatat 34 ibu, Desa Tanjung Beringin 3 ibu, Desa Penantian 4 ibu, Desa Bandar Agung 4 ibu, Desa Lawang Agung 16 ibu, Desa Keban Jati 17 ibu, Nanjungan 18 ibu, Desa Talang Randai 3 ibu, Desa Air Mayan 33 ibu, Desa Air Kelinsar 7 ibu, Desa Padang Gelai 11 ibu, Desa Muara Rungga 4 ibu, Desa Padang Bindu 8 ibu, Desa Muara Sindang 8 ibu, Desa Muara Aman 3 ibu, dan Desa Lubuk Mabar 3 ibu. Dari data tersebut, Desa Talang Padang dan Desa Air

Mayan menjadi wilayah dengan jumlah ibu hamil terbanyak.

Berdasarkan penelitian awal yang dilaksanakan oleh peneliti di area kerja Puskesmas Nanjungan dengan menggunakan teknik wawancara terhadap dua ibu hamil, ditemukan bahwa kedua responden tersebut belum mengenali istilah sindrom baby blues. Namun, setelah dilakukan wawancara yang lebih mendalam, kedua ibu hamil tersebut mengakui bahwa mereka pernah merasakan gejala yang mirip dengan sindrom baby blues, seperti mudah menangis tanpa alasan yang jelas, kesulitan mengatur emosi, cepat marah, masalah tidur, serta munculnya rasa takut atau khawatir mengenai keselamatan bayi saat kehamilan pertama mereka yang lalu.

Pendidikan kesehatan di Puskesmas Nanjungan untuk para ibu hamil telah disusun dengan baik, mencakup pembelajaran tentang tanda-tanda serta risiko yang terkait dengan kehamilan, ciri-ciri persalinan, dan pentingnya pola makan seimbang bagi ibu hamil. Akan tetapi, informasi mengenai sindrom baby blues, isu kesehatan mental yang muncul selama kehamilan dan setelah persalinan, perubahan fisik dan mental yang dialami ibu hamil, serta persiapan menjadi orang tua masih belum tersedia. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti merasa terdorong untuk melaksanakan penelitian yang lebih mendalam dengan judul “Pengaruh Edukasi *Baby Blues Syndrome* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Desa Pasemah Air Keruh.”

C. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, *Baby blues* sering menyebabkan perubahan emosi yang tiba-tiba dan intens, seperti mudah marah,

menangis tanpa sebab, cemas, gelisah, serta merasa kurang mampu merawat bayinya.

D. Pembatasan Masalah

Beberapa batasan masalah dalam penelitian ini yaitu membahas mengenai *baby blues syndrome*, dan tingkat pengetahuan ibu hamil primipara.

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang dipaparkan dalam latar belakang diatas maka dapat dirumuskan ”Bagaimana Pengaruh Edukasi *Baby Blues Syndrome* Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Pasemah Air Keruh”

F. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi *baby blues syndrome* terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Pasemah Air Keruh.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi kelompok intervensi berdasarkan usia, pekerjaan, dan pendidikan
- b. Diketahui distribusi tingkat pengetahuan kelompok intervensi sebelum diberikan edukasi *baby blues syndrome*
- c. Diketahui distribusi tingkat pengetahuan pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi *baby blues syndrome*
- d. Diketahui tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan pendesk pada kelompok intervensi

G. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mahasiswa tentang pengaruh edukasi *babyblues syndrome* terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil primipara di Wilayah Kerja Puskesmas Pasemah Air Keruh.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Puskesmas, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan edukasi kesehatan kepada ibu hamil dan keluarga tentang *babyblues syndrome* dengan cara melakukan penyuluhan pada kegiatan posyandu, membagikan leaflet atau poster, dan juga saat ibu hamil melakukan pemeriksaan kehamilan ke PKM.
- b. Bagi Instansi, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran & referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan postpartum blues atau *baby blues syndrome*.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini akan menjadi referensi & bahan pembelajaran untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang berkaitan dengan judul di atas dan dapat melibatkan sampel yang jumlahnya lebih banyak. Jenis rancangan penelitian yang berbeda, serta memberikan penjelasan/edukasi kepada keluarga responden tentang dampak & cara mengatasi postpartum blues/baby blues syndrome.

H. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti dan Judul Penelitian	Metode dan Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Tenti Retminingsih, Pengaruh pendidikan kesehatan media video terhadap pengetahuan ibu hamil trimester III tentang bebyblues	Metode: Peneliti menggunakan metode preeksperiment dengn rancangan one-group pretest-posttest desgn. Hasil: Ada pngaruh pendidkankesehatan melalui mediai video terhadap pengetahuan ibu hamil trimester III tentang babyblues.	Peneliti terdahulu dan penelitii sama-sama meneliti babyblus syndrome	Penelitian ini adalah penelitian terdahulu meneliti Pengaruh pendidikan kesehatan media video terhadap pengetahuanibu hamil trimester III tentang baby blues. Sedangkan peneliti meneliti Pengaruh edukasii babblues syndrome terhadap tngkat pngetahuan ibu hamilprimipara
2	Tri Rikhaniarti & Salina, Pngaruh pemberian edukasi terhadap penngkatan self parentng self effenany pada ibuhamil untuk mncegahnya postpartumbllues	Metode: menggunakan quasyeksperimen dngan 2 grup, grup Intervensi dan kontrol. Hasili: Ada pengaruh edukasparentng self efficacy untuk mencegah terjadinya	Peneliti terdahulu dan peneliti sama-sama meneliti baby blues syndrome	Peneliti ini adailah penellitian terdahulu yng meneliiti Pengaruh edukasi tterhadap penngkatan self parentiing selfff effienany pada ibu hamil untuk mencegah postpartumbllues sedangkn dalam penelitian ini meneliti

			postpartum blues.		pengaruh
					edukasi baby blues
					syndrome terhadap
					tingkat pengetahuannya
					ibu hamil primipara.
3	Dita Nur Safitri & Innez Karunia Mustikarani.	Metode: menggunakan metode kuasexsperiment	Peneliti terdahulu dan peneliti sama-	Penelitian ini adalah penelitian terdahulu meneliti	
	Pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan bebi blues	Hasil: terdapat pengaruh antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan baby blues syndrome.	sama meneliti tingkat pengetahuan dan baby blues syndrome.	Pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan baby blues syndrome. Sedangkan penelitian mengenai pengaruh edukasi baby blues syndrome terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil primipara.	
4	M. S Nunik Darwiyati, Ana Rofika & Ita Fitjannah	Metode: menggunakan metode analitik korelatif dengan pendekatan crosssectional	Penelitian terdahulu dan peneliti sama-	Penelitian ini adalah penelitian terdahulu dengan judul penelitian Pengaruh dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian baby blues syndrome sedangkan penelitian mengenai	
	Pengaruh dukungan suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian beby blues	Hasil: Sebagian besar dukungn suamii dalam perawatan masa nifas dalam kategori	bab blues syndrome.	suami dalam perawatan masa nifas dengan kejadian baby blues syndrome	

syndrome diklinik kurngmendukung.	pengaruh edukasi
margahusada	babylues
kabupatenpati	syndrometerhadap
	tngkat pengetahuanibu
	hamilIprimipara.