



GAMBARAN *POSTPARTUM BLUES* PADA IBU PRIMIPARA

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S1) Pada Program Studi Psikologi**

Oleh:

Anggraeni Eka Juniawati

46117210030

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2021

GAMBARAN POSTPARTUM BLUES PADA IBU PRIMIPARA

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana
(S1) Pada Program Studi Psikologi**



Oleh:

Anggraeni Eka Juniawati

(46117210030)

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2021

PHENOMENOLOGICAL STUDY: DESCRIPTION OF POSTPARTUM BLUES EXPERIENCED BY PRIMIPAROUS MOTHERS

Anggraeni Eka Juniawati

Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

Universitas Mercu Buana

Abstract

This study aims to determine the description of Postpartum Blues in primiparous mothers, where this situation is indicated by excessive experiences and situations marked by feelings of sadness appearing in their early days after mothers give birth to their children. Postpartum Blues is a mild depression that is experienced most often by new mothers because of their first experience of becoming a mother and adjustment to the child being born. In this study, using as many as 3 subjects and qualitative research techniques were carried out with interview guidelines using a list of questions. The results showed that the subjects had a tendency to mild depression or Postpartum Blues which had been carried out by initial screening using the EPDS and showed the results had a score of 14 points with a total of 10 questions in all subjects of this study. Furthermore, an interview process was carried out which also showed a tendency for Postpartum Blues which was marked by the symptoms felt by the subjects for 2 weeks. The factors that affect the postpartum blues vary, but in general, they almost have the same thing in every mother who experiences postpartum blues, such as the delivery process will cause Postpartum Blues symptoms and a new stressful life event situation will emerge for the primiparous mother subjects in the postpartum period after giving birth.

Keywords: Postpartum blues, primiparous mother, mood disorders

STUDI FENOMENOLOGI: GAMBARAN *POSTPARTUM BLUES* PADA IBU PRIMIPARA

Anggraeni Eka Juniawati

Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

Universitas Mercu Buana

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *Postpartum Blues* pada ibu primipara, dimana keadaan tersebut ditunjukkan dengan pengalaman serta situasi yang berlebihan yang ditandai dengan perasaan sedih muncul di awal hari-hari mereka setelah para ibu melahirkan anaknya. *Postpartum Blues* merupakan depresi ringan yang dialami paling sering oleh ibu baru karena pengalaman pertamanya menjadi ibu dan penyesuaian terhadap anak yang dilahirkan. Pada penelitian ini, menggunakan subjek sebanyak 3 orang dan dilakukan teknik penelitian Kualitatif dengan pedoman wawancara menggunakan daftar pertanyaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para subjek memiliki kecenderungan depresi ringan atau *Postpartum Blues* yang mana telah dilakukan screening awal menggunakan EPDS dan menunjukkan hasil memiliki skor ≤ 14 poin dengan total 10 pertanyaan pada semua subjek penelitian ini. Selanjutnya, dilakukan proses wawancara yang mana menunjukkan juga adanya kecenderungan *Postpartum Blues* yang ditandai dengan gejala-gejala yang dirasakan oleh para subjek selama 2 minggu. Faktor-faktor yang mempengaruhi *postpartum blues* beragam, hanya saja secara garis besar hal tersebut hampir memiliki kesamaan di setiap ibu yang mengalami *postpartum blues*, seperti Proses persalinan akan menimbulkan gejala *Postpartum Blues* serta akan muncul situasi *stressful life event* baru bagi para subjek ibu primipara di pasca melahirkan.

Kata kunci: *Postpartum blues*, ibu primipara, gangguan mood

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Judul : **Studi Fenomenologi: Gambaran *Postpartum Blues* Pada Ibu Primipara**

Nama : Anggraeni Eka Juniawati

NIM : 46117210030

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 30 November 2021

Pembimbing



(Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog)

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



(Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si)

Ketua Program Studi



(Dr. Irma Himmatul , S.P., M.Si)

LEMBAR PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI

Skripsi yang berjudul “**Studi Fenomenologi: Gambaran *Postpartum Blues* Pada Ibu Primipara**”, telah diajukan sidang skripsi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana pada 20 November 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada program studi Psikologi

Jakarta, 30 November 2021

Sidang Skripsi

Penguji 1



(Mistety Oktaviana, M.Psi., Psikolog)

Penguji 2



(Agustini, M.Psi., Psikolog)

Pembimbing



(Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog)

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua hasil Karya Akhir ini:

Judul : **Studi Fenomenologi: Gambaran *Postpartum Blues* Pada Ibu Primipara**

Nama : Anggraeni Eka Juniawati

NIM : 46117210030

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 30 November 2021

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengelolaannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 30 November 2021



Anggraeni Eka Juniawati
46117210030

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan bagi Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia, dan kemudahan yang diberikan-Nya, sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Gambaran *Postpartum Blues* Pada Ibu Primipara”. Penulis menyadari bahwa terselesaikannya tugas akhir ini tidak hanya dari usaha pribadi penulis, tetapi juga atas bantuan dari berbagai pihak yang sudah membantu dan bekerja sama. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, S.P., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing tugas akhir, atas kesabaran, waktu, arahan diskusi yang diberikan kepada penulis selama bimbingan berlangsung.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama proses belajar di Fakultas Psikologi.
5. Para subjek penelitian yang telah berpartisipasi. IS, AA, AN, terima kasih atas waktu dan sambutan hangat yang diberikan kepada penulis.
6. Ibu dan ayah penulis. Terima kasih atas dukungan moril dan finansial, serta doa yang selalu diberikan kepada penulis.
7. Sidiq djati Waskitho kekasih penulis yang telah sama-sama berjuang menyusun tugas akhir. Terima kasih atas semua dukungan yang telah diberikan dan selalu mendampingi penulis dengan penuh makna disaat penulis menghadapi saat yang senang dan sulit.

8. Nur Zaskia, Jlang gilang, Andhika Septoaji Pramudya Putra, sahabat-sahabat penulis yang memberikan keceriaan dan persahabatan indah yang kalian berikan kepada penulis. Terima kasih telah membantu penulis melewati hari-hari yang cukup berat.
9. Teman-teman angkatan 2017 yang telah memberikan pengalaman baru dalam pertemanan selama penulis menempuh studi di fakultas Psikologi.
10. Kepada diri saya sendiri, Anggraeni Eka Juniawati, terima kasih sudah percaya kepada saya, terima kasih untuk tidak menyerah dan telah melakukan kerja keras ini, terima kasih untuk tidak berhenti dan selalu menjadi pemberani, terima kasih untuk menjadi saya setiap saat.
11. Pihak-pihak yang telah membantu kelancaran pengerjaan tugas akhir ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu oleh penulis, terima kasih.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna. Saran dan kritik membangun sangat berarti bagi peneliti. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Jakarta, 30 November 2021



Anggraeni Eka Juniawati

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PENGESAHAN	iii
PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Fokus Penelitian	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
a. Manfaat Teoritis	8
b. Manfaat Praktis	8
1.5 Keaslian Penelitian	9
BAB II	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Postpartum Blues	11
2.1.1 pengertian <i>Postpartum Blues</i>	11
2.2 <i>Postpartum Depression</i>	14
2.3 <i>Postpartum Psychosis</i>	15
2.1.2 Gejala Postpartum Blues	16
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Postpartum Blues	18
2.2 Wanita Primipara	21
2.2.1 Pengertian Wanita Primipara	21

BAB III	22
METODE PENELITIAN	22
3.1 Paradigma Penelitian	22
3.2 Pendekatan Penelitian.....	22
3.3 Setting Penelitian.....	23
3.4 Sumber Data.....	23
3.5 Subjek Penelitian.....	24
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.7 Pedoman Wawancara	26
3.8 Metode Analisis Data	27
3.9 Uji Keabsahan Data.....	28
BAB IV	30
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	30
4.1. Pelaksanaan penelitian.....	30
4.2. Setting Penelitian.....	34
4.2.1. Setting Penelitian Subjek I	34
4.2.2. Setting Penelitian Subjek II	36
4.2.3. Setting Penelitian Subjek III.....	37
4.3. Hasil Penelitian	38
4.3.1 Analisis Intra Subjek.....	38
4.4. Analisis Inter Subjek	57
4.5. Pembahasan.....	60
BAB V	68
KESIMPULAN DAN SARAN	68
5.1. Kesimpulan	68
5.2 Saran.....	69
a. Bagi masyarakat.....	69
b. Bagi peneliti selanjutnya.....	70
c. Bagi suami dan keluarga yang memiliki anggota keluarga yang baru saja melahirkan	70

d. Bagi wanita primipara (pertama kali melahirkan)	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1. Jadwal pelaksanaan wawancara	29
4.2. Analisis inter subjek	54



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Transkrip	74
2. Lembar persetujuan subjek penelitian.....	196
3. Lembar EPDS	200



UNIVERSITAS
MERCU BUANA