



---

**PENINGKATAN PSIKOEDUKASI BABY BLUES DAN KEPEDULIAN  
SOSIAL PADA BIDAN DALAM WILAYAH KERJA DINAS  
KESEHATAN KABUPATEN MUSI BANYUASIN**

*Improving Baby Blues Psychoeducation and Social Awareness for Midwives in the Work  
Area of the Musi Banyuasin District Health Office*

**Mutia Mawardah<sup>1</sup>, Mazidawati<sup>2</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas Bina Darma Palembang.<sup>1,2</sup>

\*Email: mazidawijaya@gmail.com

\*Correspondence: mazidawijaya@gmail.com

---

DOI:

10.36418/comserva.v1i11.155

Histori Artikel:

Diajukan:

11/03/2022

Diterima:

12/03/2022

Diterbitkan:

25/03/2022

**ABSTRAK**

*Baby Blues Syndrome merupakan sindrom gangguan mood ringan yang sering diacuhkan oleh ibu pasca melahirkan, keluarganya atau petugas kesehatan dimana pada akhirnya Baby Blues Syndrome bias menjadi beban pikiran sampai psikosis yang berefek negatif. Kompleksnya permasalahan kesehatan baik fisik maupun psikologis pada masa reproduksi terutama pada ibu pasca melahirkan, tentunya membutuhkan penindakan yang komprehensif dan terintegrasi dan meliputi seluruh unsur dari lintas program dan sektor terkait. Bidan sebagai pihak terdepan dalam pelayanan kesehatan mempunyai peran, fungsi dan kompetensi penting dalam memberikan asuhan kebidanan kepada wanita pada periode sebelum hamil, periode kehamilan, periode persalinan dan periode nifas. Namun untuk upaya pelayanan kesehatan dan kepedulian pada kesehatan psikologis ibu pasca bersalin, terutama pelayanan kesehatan berkaitan dengan adaptasi psikologis dan gangguan psikologis yang dialami ibu pada masa nifas masih belum optimal. Sehingga Perlu diadakan upaya pemberdayaan dan pembinaan pada bidan sebagai kelompok potensial yang berperan penting dalam memberikan asuhan atau pelayanan kesehatan kesehatan ibu dan bayinya baik fisik maupun psikologis. Pada kegiatan Kuliah Kerja Nyata Mandiri (KKN-M) ini penulis mengadakan kegiatan Peningkatan Psikoedukasi Baby Blues dan Kepedulian Sosial Pada Bidan Dalam Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Banyuasin. Kegiatan ini dimaksudkan guna mengembangkan peran serta dan kepedulian sosial bidan dalam upaya untuk mencegah Baby blues syndrome pada ibu pasca bersalin di Kabupaten Musi banyuasin.*

**Kata kunci:** *Baby Blues Syndrome; Psikoedukasi Baby Blues dan Kepedulian Sosial; Gangguan Psikologis pasca bersalin.*

**ABSTRACT**

*Baby Blues Syndrome is a mild mood disorder syndrome that is often ignored by postpartum mothers, their families or health workers where in the end Baby Blues Syndrome can become a burden on the mind to psychosis which has a negative effect. The complexity of health problems, both physical and psychological during the reproductive period, especially in post-natal mothers, of course requires comprehensive and integrated action that includes all elements from across programs and related sectors. Midwives as the leading party in health services have important roles, functions and competencies in providing midwifery care to women in the pre-pregnancy period, pregnancy*

---

*period, delivery period and postpartum period. However, for health service efforts and care for the psychological health of postpartum mothers, especially health services related to psychological adaptation and psychological disorders experienced by mothers during the postpartum period are still not optimal. Therefore, it is necessary to empower and develop midwives as a potential group that plays an important role in providing care or health services for the health of mothers and their babies, both physically and psychologically. In this Independent Real Work Lecture (KKN-M) the author held an activity to Increase Baby Blues Psychoeducation and Social Care for Midwives in the Work Area of the Musi Banyuasin District Health Office. This activity is intended to develop the role and social care of midwives in an effort to prevent Baby blues syndrome in postpartum mothers in Musi Banyuasin Regency.*

**Keywords:** *Baby Blues Syndrome; Baby Blues Psychoeducation and Social Awareness; Postpartum psychological disorders.*

---

## PENDAHULUAN

*Baby Blues Syndrome* merupakan sindrom gangguan mood ringan yang sering diabaikan oleh ibu postpartum, keluarga atau petugas kesehatan, dan akhirnya *Baby Blues Syndrome* dapat berkembang menjadi depresi bahkan dapat berlanjut menjadi psikosis yang berdampak buruk dimana ibu bisa mengalami masalah perkawinan yang berdampak buruk pada anggota keluarga. dan mempengaruhi perkembangan anak. Gejala *Baby Blues Syndrome* menurut ([Mansur & Budiarti](#), 2014) meliputi menangis, perubahan emosi, cemas, khawatir terhadap bayi, kesepian, penurunan gairah seksual ([Oktiriani](#), 2017).

Menurut ([Iskandar](#), 2014), depresi pasca persalinan terjadi karena wanita menghadapi dukungan yang mereka butuhkan selama masa penyesuaian dengan peran ibu baru mereka. Hampir separuh ibu nifas Polindes Doa Ibu Gesikharjo dan Teratai Polindes Kradenan Palang kurang berpengetahuan, dan separuhnya mengalami depresi pasca persalinan ringan ([Qiftiyah](#), 2018).

Kompleksnya permasalahan kesehatan baik fisik maupun psikologis pada masa reproduksi terutama pada ibu pasca melahirkan, tentunya membutuhkan penindakan yang komprehensif dan terintegrasi serta meliputi seluruh unsur dari lintas program dan sektor terkait ([Emilia & Prabandari](#), 2019). Bidan sebagai pihak terdepan dalam pelayanan kesehatan mempunyai peran, fungsi dan kompetensi penting dalam memberikan asuhan kebidanan kepada wanita pada periode sebelum hamil, periode kehamilan, periode persalinan dan periode nifas ([Ani et al.](#), 2021).

Peran bidan dalam memberikan asuhan atau pelayanan kebidanan pada masa nifas sejalan dengan tujuan asuhan kebidanan nifas dan laktasi, yaitu untuk menjaga kesehatan fisik dan psikis ibu dan bayinya, serta bidan harus melakukan skrining secara komprehensif (menyeluruh). untuk mengelola kesehatan ibu pada masa nifas Sistematisasi asuhan kebidanan, yaitu dimulai dengan pengkajian, interpretasi data dan analisis masalah, perencanaan, manajemen dan pengkajian ibu dan bayi, serta waktu rujukan yang aman dan tepat ke pelayanan rujukan saat ibu dan bayi berkembang komplikasi atau mekanisme komplikasi ([Mansyur](#), 2014).

Berdasarkan dan observasi dan wawancara penulis melalui 15 bidan dan data laporan bulanan pelayanan kesehatan ibu dari Puskesmas yang ada dalam wilayah kerja dinas kesehatan Kabupaten Musi banyuasin, untuk pelayanan masa nifas di dalam gedung maupun diluar gedung dalam wilayah kerja dinas kesehatan kabupaten Musi banyuasin Sudah cukup baik. Namun untuk upaya pelayanan kesehatan dan kepedulian pada kesehatan psikologis ibu pasca bersalin, terutama pelayanan kesehatan berkaitan dengan adaptasi psikologis dan gangguan psikologis yang dialami ibu pada masa nifas masih

## **Mutia Mawardah, Mazidawati**

Peningkatan Psikoedukasi Baby Blues dan Kepedulian Sosial Pada Bidan dalam Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Banyuasin

---

belum optimal. Sehingga, Perlu diadakan upaya pemberdayaan dan pembinaan pada bidan sebagai kelompok potensial yang berperan penting dalam memberikan asuhan atau pelayanan kesehatan kesehatan ibu dan bayinya baik fisik maupun psikologis. Pembinaan ini terutama untuk meningkatkan peran serta dan kepedulian sosial bidan sebagai salah satu upaya untuk mencegah Baby blues syndrome pada ibu pasca bersalin di Kabupaten Musi banyuasin.

### **METODE**

Metode yang digunakan dalam praktek kerja lapangan ini, yaitu:

#### 1. Observasi

Melakukan observasi secara langsung baik pada data program yang ada diorganisasi maupun terhadap tenaga pelaksana program atau Bidan di Puskesmas.

#### 2. Wawancara

Melakukan wawancara secara langsung terhadap Bidan 15 orang bidan Puskesmas terkait sistem Pemberian Informasi dan Edukasi (KIE) tentang Baby Blues Syndrome dan membagikan kuesioner terkait dengan Baby Blues pada Bidan untuk menggali informasi terkait pengetahuan dan kepedulian bidan Bidan pada Baby Blues Syndrome.

#### 3. Pemaparan materi

Pemaparan materi diberikan di Puskesmas Lumpatan yang merupakan salah satu Puskesmas dalam wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Banyuasin . Materi yang diberikan adalah tentang Baby Blues melalui kegiatan psikoedukasi secara berkelompok pada 15 orang bidan.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini dimaksudkan guna mengembangkan peran serta bidan dan kepedulian sosial bidan dalam upaya guna menghalau Baby blues syndrome pada ibu pasca bersalin dan memberikan metode pendekatan serta alat yang menarik untuk meningkatkan Promosi tentang Baby blues syndrom. Subjek dalam kegiatan ini adalah bidan yang bertugas sebagai tenaga pelaksana pelayanan kesehatan Ibu di Puskesmas dalam wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Banyuasin berjumlah 15 bidan. Kegiatan ini dilakukan dalam Psikoedukasi secara berkelompok pada bidan, waktu pelaksanaan ini berjalan 3 kali pertemuan, 1 kali observasi atau kegiatan evaluasi pra edukasi, 1 kali pemberian materi dan 1 kali monitoring dan evaluasi hasil pelaksanaan program keilmuan. Pada minggu pertama melakukan observasi, observasi pertama dilakukan pada hari Rabu tanggal 04 Oktober 2021, di Bagian Seksi Kesehatan Keluarga Dinas Kesehatan Kabupaten Musi banyuasin dengan melakukan Analisa data program pelayanan kesehatan ibu dari data laporan 29 puskesmas yang ada dalam wilayah kerja dinas kesehatan, selanjutnya pada hari ke 2 di minggu yang sama observasi sekaligus pelaksanaan kegiatan keilmuan dilakukan di salah satu Puskesmas terdekat dalam wilayah kerja dinas Kesehatan Kabupaten Musi banyuasin yaitu Puskesmas Lumpatan. Seterusnya Pelaksanaan kegiatan berlangsung pada minggu kedua dan ketiga tanggal 20 dan 28 Oktober 2021 di tempat yang sama dan sasaran atau objek yang sama.

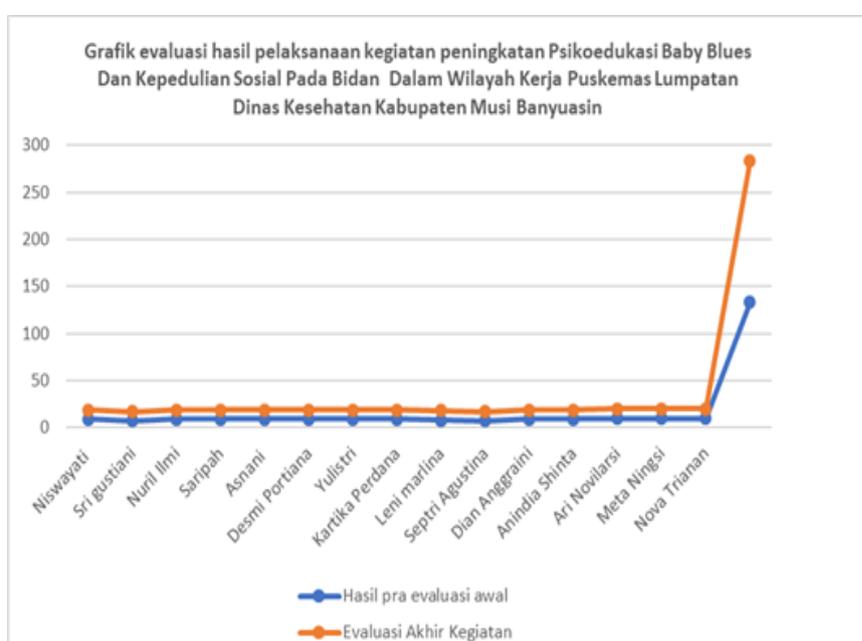
**Tabel 1. Pelaksanaan kegiatan**

<b>Hari dan Tanggal</b>	<b>Metode</b>	<b>Tujuan</b>	<b>Keterangan</b>
Senin, 04 Oktober 2021	Observasi	Untuk mengetahui dan menemukan permasalahan yang ada di Organisasi dan mensinkronisasikan permasalahan yang ada di Organisasi dengan permasalahan yang ada di lapangan	Pengamatan ini untuk mengetahui fenomena mana yang dapat ditetapkan sebagai program kerja ilmiah dan metode apa yang dapat digunakan untuk pelaksanaan program kerja keilmuan
Selasa, 05 Oktober 2021	Wawancara	Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang <i>baby blues</i> pada bidan di Puskesmas	Mengukur tingkat pengetahuan dan persepsi bidan tentang <i>baby blues</i> dengan menggunakan kuesioner pra evaluasi dari hasil wawancara didapat gambaran tingkat pengetahuan bidan yang cukup baik tentang <i>baby blues syndrome</i> hanya saja pada prakteknya bidan belum ada upaya kepedulian yang optimal terhadap pencegahan <i>baby blues</i> pada ibu pasca bersalin
Rabu, 20 Oktober 2021	Psikoedukasi	Untuk meningkatkan pengetahuan tentang <i>Baby blues syndrome</i> dan kepedulian sosial pada bidan	Melakukan Psikoedukasi <i>baby blues</i> secara berkelompok pada 15 orang bidan di Puskesmas Lumpatan
Kamis, 28 Oktober 2021	Observasi dan wawancara	Untuk menilai sejauh mana hasil pelaksanaan kegiatan Peningkatan psikoedukasi <i>baby blues</i> dan kepedulian sosial pada bidan	Melakukan evaluasi pengetahuan dan perubahan perilaku bidan dengan menggunakan <i>check List</i> evaluasi kegiatan pelayanan kesehatan ibu yang sudah dilaksanakan di Puskesmas setelah mengikuti kegiatan Peningkatan psikoedukasi <i>baby blues</i> dan kepedulian sosial pada bidan.

## Mutia Mawardah, Mazidawati

Peningkatan Psikoedukasi Baby Blues dan Kepedulian Sosial Pada Bidan dalam Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Banyuasin

Kondisi awal sebelum kegiatan Peningkatan Psikoedukasi *Baby Blues syndrome* Dan Kepedulian Sosial Pada Bidan dalam Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Banyuasin berdasarkan hasil evaluasi awal yang didapat penulis dari laporan data hasil pengukuran gambaran tingkat pengetahuan dan kepedulian bidan pada baby blues syndrome sudah cukup baik hanya saja dari hasil observasi pada kegiatan pelayanan kesehatan ibu terutama ibu bersalin atau masa nifas yang sudah dilakukan oleh bidan terkait kegiatan promosi dan preventif dan kepedulian terhadap baby blues syndrome pada prakteknya masih belum optimal. Dengan telah dilakukannya pelaksanaan program psikoedukasi baby blues syndrome dan peningkatan kepedulian sosial bidan, berdasarkan hasil evaluasi akhir setelah kegiatan bidan lebih memahami tentang baby blues syndrome dan terlihat adanya peningkatan pengetahuan bidan tentang baby blues syndrome serta mulai adanya upaya peningkatan kepedulian sosial bidan pada ibu pasca bersalin yang mendapatkan pelayanan di puskesmas.



**Gambar 1. Grafik Gambaran peningkatan pengetahuan tentang baby blues dan kepedulian sosial pada bidan**

## SIMPULAN

Menurut hasil kajian dan analisis data yang dikerjakan oleh penulis, maka bisa disimpulkan bahwa metode program keilmuan peningkatan psikoedukasi baby blues dan kepedulian sosial pada bidan dapat meningkatkan Pengetahuan, merubah sikap dan perilaku bidan menjadi lebih peduli terhadap baby blues syndrome, Sehingga Peran Bidan dalam memberikan asuhan atau pelayanan kebidanan pada masa nifas dapat tercapai dengan optimal sesuai dengan maksud asuhan kebidanan nifas dan menyusui, yaitu menjaga kesehatan ibu dan bayinya baik fisik maupun psikologis. Sebagai bentuk dukungan Penguatan Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak di Kabupaten Musi banyuasin.

## UCAPAN

Dalam pelaksanaan kegiatan ini, penulis bekerja sama dengan Kepala Seksi Kesehatan Keluarga Dinas Kesehatan Kabupaten Musi banyuasin, Kepala UPT. Puskesmas Lumpatan dan Bidan

**Mutia Mawardah, Mazidawati**

Peningkatan Psikoedukasi Baby Blues dan Kepedulian Sosial Pada Bidan dalam Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Musi Banyuasin

---

Pelaksana yang memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak di Puskesmas Lumpatan. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih atas dukungan dan bantuan dari semua pihak yang terlibat sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aflah Lubis, N. (2019). Hubungan Dukungan Suami Dan Petugas Kesehatan Dengan Kejadian Postpartum Blues Di Klinik Bersalin Putri Maulida Siregar Tembung Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019.
- Ani, M., Azizah, N., Rahmawati, V. E., Mardiah, A., Febriyeni, F., Astuti, E. D., Hutabarat, J., Istiqomah, S. B. T., Delvina, V., & Prihartini, S. D. (2021). *Pengantar Kebidanan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Dian Furwasyih, Y. A. & F. K. (2021). *Psikologi Dalam Praktik Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Emilia, O., & Prabandari, Y. S. (2019). *Promosi kesehatan dalam lingkup kesehatan reproduksi*. UGM PRESS.
- Iskandar. (2014). *Membebaskan Istri dari Baby Blues*. Kompas.Com.
- Lail, Nurul Husnul. (2019). *Modul Asuhan Kebidanan Komprehensif*. Jakarta: LPU.UNAS.
- Lestari, Yeni Indri. (2019). Hubungan antara faktor psikososial, dukungan suami dan keluarga dengan kejadian post partum blues. *Purwokerto: Universitas Muhamadiyah Purwekerto*.
- Mansur, H., & Budiarti, T. (2014). *Psikologi ibu dan anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mansyur, N. (2014). *Buku ajar: Asuhan kebidanan masa nifas*. Jakarta: Selaksa Media.
- Oktiriani, I. (2017). Perilaku Baby Blues Syndrome Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Kelurahan Sekaran, Kecamatan Gunung Pati. *Universitas Negeri Semarang*, 16.
- Qiftiyah, M. (2018). Gambaran Faktor-Faktor (Dukungan Keluarga, Pengetahuan, Status Kehamilan Dan Jenis Persalinan) Yang Melatarbelakangi Kejadian Post Partum Blues Pada Ibu Nifas Hari Ke-7 (Di Polindes Doa Ibu Gesikharjo dan Polindes Teratai Kradenan Palang). *Jurnal Midpro*, 10(2), 9–19. <https://doi.org/10.30736/midpro.v10i2.75>.
- Wahyuningsih, H. P. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Kemenkes RI.
- Yunitasari, E., & Suryani, S. (2020). Post partum blues; Sebuah tinjauan literatur. *Wellness And Healthy Magazine*, 2(2), 303-307. <https://doi.org/10.30604/well.022.82000120>.
- Yusriana, A. (2012). *Kiat-kiat Menjadi Guru PAUD yang disukai anak-anak*. Jogjakarta: Diva Presss.



© 2021 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).