

## KORELASI ASPEK KESEHATAN MENTAL TERHADAP *MATERNAL FUNCTIONING* PADA IBU POSTPARTUM

Siti Fatimah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi DIII Keperawatan, Akademi Keperawatan Al Hikmah 2 Brebes  
email: siti284fatimah@gmail.com

\*Ni Nyoman Deni Witari<sup>2</sup>

<sup>2</sup>Prodi Profesi Bidan, STIKes Buleleng  
\*email: dnoksaesus@yahoo.co.id

Yoessy Etna Werdini<sup>3</sup>

<sup>3</sup>Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Bisnis Surabaya  
email: yossyetna1403@gmail.com

Elisabet Sulastina<sup>4</sup>

<sup>4</sup>Prodi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang  
email: elisabet.92.sulastina@gmail.com

Correspondence Author: Ni Nyoman Deni Witari; dnoksaesus@yahoo.co.id

**Abstract:** *Pregnancy and childbirth are complex events that have a significant impact on a woman's condition. After giving birth, many mothers are more vulnerable to emotional disturbances. The purpose of this study was to determine the correlation between mental health aspects and maternal functioning in postpartum mothers. A cross-sectional study design was used in this study. The study was conducted in two hospitals in Makassar. The research was conducted in August 2024. The population consisted of hospitalized postpartum mothers. The sample consisted of 100 respondents. The sampling technique used purposive sampling. The research instrument used a research questionnaire. Data analysis was performed using univariate and bivariate analysis. The results showed a relationship between anxiety (p value: 0.03) and maternal functioning in postpartum mothers. It is recommended that mothers improve their personalities in a more positive direction, such as thinking positively, not being easily anxious, not being emotional, and building high self-confidence. In addition, mothers should be more open to their partners, families, and others by sharing their complaints or difficulties experienced during the postpartum period.*

**Keywords:** *Anxiety, maternal functioning, postpartum*

**Abstrak:** Masa kehamilan hingga proses persalinan merupakan suatu rangkaian peristiwa yang kompleks dan memiliki pengaruh besar terhadap kondisi seorang perempuan. Setelah melahirkan, banyak ibu berada pada kondisi yang lebih rentan menghadapi gangguan emosional. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui korelasi aspek kesehatan mental terhadap maternal functioning pada ibu postpartum. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional. Penelitian dilakukan di 2 Rumah Sakit di Kota Makassar. Penelitian dilakukan di bulan Agustus 2024. Populasi merupakan ibu postpartum yang dirawat inap. Sampel berjumlah 100 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan (p value: 0,03) dengan *maternal functioning* pada ibu postpartum. Disarankan kepada ibu dengan meningkatkan kepribadian ibu kearah yang lebih positif, seperti berfikir positif, tidak mudah cemas, tidak emosional, serta membangun kepercayaan diri yang tinggi. Selain itu, ibu harus lebih terbuka kepada pasangan, keluarga, maupun orang lain dengan menceritakan keluhan ataupun kesulitan yang dialami selama periode postpartum.

**Kata Kunci:** *Kecemasan, maternal functioning, Postpartum,*

## A. Pendahuluan

Masa kehamilan hingga proses persalinan merupakan suatu rangkaian peristiwa yang kompleks dan memiliki pengaruh besar terhadap kondisi seorang perempuan. Meskipun kehamilan pada dasarnya merupakan proses biologis yang alami dan normal, perubahan yang dialami selama periode tersebut sering kali menuntut penyesuaian baik secara fisik maupun emosional. Setelah melahirkan, banyak ibu berada pada kondisi yang lebih rentan menghadapi gangguan emosional. Kerentanan ini umumnya muncul akibat proses adaptasi tubuh yang harus kembali pada kondisi sebelum hamil, serta perubahan psikologis yang terjadi selama masa nifas (Megalina Limoy, 2020). Pada periode postpartum, tubuh mengalami berbagai perubahan fisik yang signifikan, termasuk pemulihan organ-organ reproduksi dan sistem tubuh lainnya untuk kembali ke keadaan sebelum kehamilan. Proses involusi tersebut membutuhkan waktu dan energi, sehingga ibu sering kali merasakan ketidaknyamanan fisik maupun fluktuasi emosional yang dapat memengaruhi kestabilan mental selama masa setelah melahirkan.

Perubahan psikologis pada ibu setelah melahirkan umumnya ditandai oleh adanya beberapa fase adaptasi emosional, yaitu fase *taking in*, *taking hold*, dan *taking go*. Ketiga fase ini mencerminkan dinamika perubahan suasana hati dan proses penyesuaian diri yang dialami ibu selama masa postpartum. Pada fase-fase tersebut, seorang ibu tidak hanya mengalami perubahan hormonal, tetapi juga dihadapkan pada berbagai bentuk konflik internal, seperti perasaan cemas, tanggung jawab baru sebagai orang tua, serta tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan rutinitas perawatan bayi. Kemampuan setiap ibu dalam menghadapi konflik ini sangat bervariasi. Sebagian ibu dapat beradaptasi dengan baik, mampu mengelola emosi, dan secara efektif menyesuaikan diri dengan peran barunya. Namun, sebagian lainnya mengalami kesulitan dalam mengatasi tekanan emosional tersebut, sehingga menjadi lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental, termasuk gangguan mood atau kecemasan pada periode postpartum.

Di kawasan Asia, angka kejadian kecemasan dan depresi pada masa postpartum tergolong tinggi dan menunjukkan rentang variasi yang cukup luas, yaitu antara 26% hingga 85%. Sementara itu, di Indonesia, prevalensinya juga tergolong besar, yakni berkisar 50% hingga 70% pada ibu setelah melahirkan (Elpinaria et al., 2019). Selain itu, tingkat stres pada ibu postpartum di Indonesia juga dilaporkan berada pada kisaran yang sama, yaitu sekitar 50–70%. Stres yang tidak tertangani dengan baik berpotensi berkembang menjadi depresi postpartum, dengan angka kejadian yang bervariasi mulai dari 5% hingga lebih dari 25% setelah proses persalinan. Data Riskesdas tahun 2018 turut memperkuat gambaran tersebut dengan menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional yang ditandai oleh gejala kecemasan dan depresi mencapai 9,8% di tingkat nasional. Beberapa provinsi seperti Sulawesi Tengah, Gorontalo, Nusa Tenggara Timur (NTT), dan Maluku tercatat memiliki prevalensi tertinggi. Temuan-temuan ini menegaskan bahwa gangguan psikologis pada ibu setelah melahirkan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius.

Melihat dampak yang dapat ditimbulkan serta angka kejadian yang dinilai cukup tinggi, maka masalah kesehatan mental pada ibu kemungkinan dapat terus berlanjut pada periode pertama postpartum selain itu gangguan fungsi ibu pada periode postpartum mungkin akan menghambat perkembangan bayi yang optimal. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi aspek kesehatan mental terhadap *maternal functioning* pada ibu postpartum.

## B. Metodologi Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di 2 Rumah Sakit di Kota Makassar. Penelitian dilakukan di bulan

Agustus 2024. Populasi merupakan ibu postpartum yang dirawat inap. Sampel berjumlah 100 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

### C. Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Maternal Functioning* dan Kecemasan**

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b><i>Maternal Functioning</i></b>			
1	Sedang	23	23
2	Baik	77	77
<b>Total</b>		<b>100</b>	<b>100,0</b>
<b>Kecemasan</b>			
1	Ya	17	17
2	Tidak	83	83
<b>Total</b>		<b>100</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat 23 responden (23) dengan kategori *maternal functioning* kategori sedang. Menurut aspek kesehatan mental kecemasan, terdapat 17 responden (17) yang mengalami kecemasan.

**Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Aspek Kecemasan dengan *Maternal Functioning* P value**

Kecemasan	Maternal Functioning				Total		P Value
	Sedang		Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Ya	11	65	6	35	17	100	0,03
Tidak	12	14	71	86	83	100	
Jumlah	23	23	77	77	100	100	

Berdasarkan data yang disajikan pada tabel, terlihat bahwa dari total 17 responden yang mengalami kecemasan, sebagian besar yaitu 11 responden (65%) menunjukkan tingkat *Maternal Functioning* pada kategori sedang. Sebaliknya, di antara 83 responden yang tidak mengalami kecemasan, hanya 12 responden (14%) yang berada pada kategori *Maternal Functioning* sedang. Perbedaan distribusi tersebut menunjukkan adanya variasi yang bermakna antara kelompok dengan kecemasan dan kelompok tanpa kecemasan. Untuk memastikan adanya hubungan secara statistik, dilakukan analisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil pengujian menunjukkan nilai p-value sebesar 0,03 yang lebih kecil dibandingkan tingkat signifikansi yang ditetapkan ( $\alpha = 0,05$ ). Dengan demikian, hasil analisis ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan yang dialami ibu dengan capaian *Maternal Functioning*. Temuan ini memperkuat dugaan bahwa kondisi psikologis, khususnya kecemasan, berkontribusi terhadap kemampuan ibu dalam menjalankan peran dan fungsi maternalnya.

Merujuk pada hasil penelitian, tingkat kecemasan diklasifikasikan ke dalam dua kategori, yaitu “ya” bagi responden yang mengalami kecemasan dan “tidak” bagi yang tidak mengalaminya. Berdasarkan analisis univariat, ditemukan bahwa sebanyak 17 responden termasuk dalam kategori mengalami kecemasan. Selanjutnya, melalui analisis bivariat, diketahui bahwa dari kelompok responden yang mengalami kecemasan tersebut, terdapat 11 responden yang menunjukkan kondisi *Maternal Functioning* yang tidak optimal.

Kondisi kesehatan mental, khususnya kecemasan, memiliki peran penting dalam

proses pemulihan ibu serta kemampuannya menjalankan fungsi maternal pada periode postpartum. Kecemasan dapat menghambat proses adaptasi ibu setelah melahirkan, memperlambat pemulihan fisik maupun emosional, dan bahkan mengganggu pelaksanaan tindakan kesehatan yang diperlukan untuk menjaga kesehatannya (Shamasbi, 2020). Selain faktor internal, aspek eksternal seperti kondisi bayi turut berkontribusi terhadap munculnya kecemasan. Ibu yang melahirkan bayi berkebutuhan khusus, misalnya bayi prematur atau dengan berat lahir tidak normal, cenderung merasakan kekhawatiran yang lebih tinggi. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa sebanyak 11 responden memiliki bayi dengan berat lahir tidak normal, suatu kondisi yang dapat meningkatkan tingkat kecemasan ibu, terutama dalam proses menyusui dan perawatan awal neonatal.

Kecemasan yang dialami ibu dapat berdampak langsung pada aktivitas sehari-hari, menyebabkan ibu merasa kesulitan dalam menjalankan peran domestik maupun peran pengasuhan, sehingga hasil aktivitas tersebut menjadi kurang optimal. Selain itu, faktor usia juga dapat memengaruhi tingkat kematangan emosional dan pola pikir ibu; usia yang lebih matang umumnya berkaitan dengan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres dan kecemasan, serta adaptasi terhadap tuntutan peran sebagai seorang ibu.

#### D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan ada hubungan antara kecemasan dengan *Maternal Functioning*. Disarankan kepada ibu dengan meningkatkan kepribadian ibu kearah yang lebih positif, seperti berfikir positif, tidak mudah cemas, tidak emosional, serta membangun kepercayaan diri yang tinggi. Selain itu, ibu harus lebih terbuka kepada pasangan, keluarga, maupun orang lain dengan menceritakan keluhan ataupun kesulitan yang dialami selama periode postpartum.

#### Daftar Pustaka

- Arami, N., Asti Mulasari, S., & Hani EN, U. (2021). *Gejala Depresi Postpartum Mempengaruhi keberhasilan ASI Eksklusif : Sistematis Literatur Riview*. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, 27–34.
- Atika, N. (2022). *Involusi Metode Core Dalam Pendampingan Ibu Hamil Untuk Meningkatkan Hari Pertama Awal Kehidupan. Di Puskesmas Kecamatan Unter Iwes Tahun 2021. Journal Of Innovation Research And Knowledge*
- Denis Mulanita, P., Rejeki, S., & Juniarto, A. Z. (2021). *Interventions to Reduce Anxiety in Postpartum Mother*. 18.
- Kemenkes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Linco D. A. & Justina P. (2021). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Postpartum Blues di RS “Y” Bekasi*. MPPKI
- Megalina Limoy, K. I. (2020). *Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Dengan Kepatuhan Kunjungan Kehamilan Di Puskesmas Banjar Serasan Kota Pontianak Tahun 2019*. Jurnal Kebidanan, 10(1), 464–472
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.