

SKRIPSI

**GAMBARAN *BABY BLUES* PADA IBU USIA REMAJA PASCA
MELAHIRKAN DI KAMPUNG DURI KECAMATAN SOREANG**



OLEH:

**NURFAJRIAH PAISAL
NIM: 2020203870232051**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PAREPARE**

2025

**GAMBARAN *BABY BLUES* PADA IBU USIA REMAJA PASCA
MELAHIRKAN DI KAMPUNG DURI KECAMATAN SOREANG**



OLEH

**NURFAJRIAH PAISAL
NIM: 2020203870232051**

Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab Dan
Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PAREPARE**

2025

PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Judul Skripsi : Gambaran *Baby Blues* Pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan
Nama Mahasiswa : Nurfajriah Paisal
NIM : 2020203870232051
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

No. B-1832/In.39/FUAD.03/PP.00.9/09/2023

Disetujui Oleh:

Pembimbing Utama : Emilia Mustary, M.Psi.

NIP. : 19900711 201801 2 001

Pembimbing Pendamping : Ulfah, M.Pd.

NIP. : 198311302023212022

(.....)
(.....)

Mengetahui:

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah


Dr. A. Nurkidam. H. Hum
NIP. 1964123 199203 1 045

PENGESAHAN KOMISI PENGUJI

Judul Skripsi : Gambaran *Baby Blues* Pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan

Nama Mahasiswa : Nurfajriah Paisal

NIM : 2020203870232051

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

No. B-1832/In.39/FUAD.03/PP.00.9/09/2023

Tanggal Kelulusan : 24 Januari 2025

Disahkan oleh Komisi Penguji

Emilia Mustary, M.Psi. (Ketua) (.....)

Ulfah, M.Pd. (Sekretaris) (.....)

Muhammad Haramain, M.Sos.I. (Anggota) (.....)

Nur Afiah, M.A. (Anggota) (.....)

Mengetahui:

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



(Dr. A. Nurkidam. H. Hum M
NIP. 1964123 199203 1 045

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ نَحْمَدُهُ وَنَسْتَعِينُهُ وَنَسْتَغْفِرُهُ وَنَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْ شُرُورِ أَنْفُسِنَا وَمِنْ سَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا، مَنْ يَهْدِهِ اللَّهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ وَمَنْ يَضِلَّ فَلَا هَادِيَ لَهُ. أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ

Puji syukur kita panjatkan atas kehadiran Allah swt. berkat rahmat dan hidayah-Nyalah, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Soaial (S.Sos) pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare. Salawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad saw. yang menjadi teladan bagi umat manusia dan sebagai *rahmatan lil'alam*.

Penulis menghaturkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Ayahanda tercinta Drs. Paisal dan Ibunda tercinta Hj. Maisa yang senantiasa membimbing, mencurahkan kasih sayang, nasehat dan berkah doa tulusnya sehingga penulis mendapat kemudahan dalam menyelesaikan tugas akademik. Terima kasih pula penulis sampaikan kepada kakak dan adek penulis Yasser, Wulan, Amina, Alya, Tara, Cica yang telah memberikan motivasi bagi penulis. Serta seluruh anggota keluarga tercinta yang senantiasa memberikan perhatian dan sumbangsi moral ataupun materi kepada penulis.

Penulis juga berterimakasih yang sebanyak-banyaknya atas bimbingan dan bantuan dari ibu Emilia Mustary, M.Psi. selaku pembimbing Utama dan ibu Ulfah, M.Pd. selaku pembimbing pendamping, atas segala arahan dan bimbingan yang telah diberikan. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Hannani, M.Ag. sebagai Rektor IAIN Parepare yang telah bekerja keras mengelolah pendidikan di IAIN Parepare.

2. Bapak Dr. A. Nurkidam, M.Hum. sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah atas pengabdianya dalam menciptakan suasana pendidikan yang positif bagi mahasiswa.
3. Bapak Dr. Iskandar, S.Ag., M.Sos.I. sebagai Wakil Dekan Bidang Akademik Kemahasiswaan, Kelembagaan dan Kerja sama.
4. Ibu Dr. Nurhikmah, M.Sos.I. sebagai Wakil Dekan Bidang Administrasi dan Keuangan.
5. Ibu Emilia Mustary, M.Psi. sebagai ketua program studi Bimbingan Konseling Islam.
6. Bapak Muhammad Haramain, M.Sos.I. dan ibu Nur Afiah, M.A. selaku dewan penguji yang telah memberi saran dan arahan terkait skripsi ini.
7. Bapak Dr. Muhammad Qadaruddin, M.Sos.I. selaku dosen Penasehat Akademik (PA).
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah yang telah meluangkan waktunya dalam mendidik penulis selama studi di IAIN Parepare.
9. Kepala dan Staf Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah yang telah membantu, melayani dan memberikan informasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepala Perpustakaan IAIN Parepare beserta seluruh staf yang telah menyiapkan referensi dalam penulisan skripsi ini.

Tak lupa pula penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, baik moril maupun material sehingga tulisan ini

dapat diselesaikan. Semoga Allah swt. berkenan menilai segala kebajikan sebagai amal jariyah dan memberikan rahmat dan hidayah-Nya.

Akhirnya, dengan segala kerendahan hati, penulis memohon maaf apabila dalam penulisan ini terdapat kekeliruan dan kesalahan yang semua itu terjadi di luar dari kesengajaan penulis. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.

Parepare, 29 Agustus 2024

Penulis



Nurfajriah Paisal

Nim.2020203870232051



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurfajriah Paisal
NIM : 2020203870232051
Tempat/Tgl. Lahir : Parepare, 14 Oktober 2002
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin Adab Dan Dakwah
Judul Skripsi : Gambaran Baby Blues Pada Ibu Usia Remaja
Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan
Soreang.

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain, sebagai atau seluruhnya, maka skripsi ini dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Parepare, 29 Agustus 2024

Penulis,



Nurfajriah Paisal
Nim. 2020203870232051

ABSTRAK

Nurfajriah Paisal, *Gambaran Baby Blues Pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan Soreang*, (dibimbing oleh ibu Emilia Mustary, M.Psi. selaku pembimbing Utama dan ibu Ulfah, M.Pd. selaku pembimbing pendamping).

Penelitian ini membahas tentang ibu remaja rentan mengalami *baby blues* yang disebabkan kurangnya dukungan serta ketidak siapan menjadi ibu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *baby blues* pada ibu usia remaja melalui pengalaman yang dialami di kampung duri kecamatan soreang, serta untuk mengetahui faktor apa saja yang menyebabkan *baby blues*.

Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan dalam pengumpulan data dengan menggunakan wawancara dan dokumentasi. Sumber data yang digunakan yaitu dari ibu usia remaja di kampung duri Kecamatan soreang berjumlah tiga orang.

Hasil penelitian yang ditemukan di lapangan, yaitu (1) gambaran *baby blues* yang dialami oleh ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang yaitu mengalami perubahan secara drastis dalam hidupnya, frustrasi, stress, serta kebingungan, sulit mengotrol diri dan emosi, mengalami ketidak tarikan pada anak serta ada perasaan ingin mencelakai anak, perasaan sedih yang tidak terkendali, cemas berlebihan, merasa lelah fisik dan psikologis, rasa kesepian serta pesimis. (2) faktor penyebab *baby blues* yang dialami oleh ibu remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang, yaitu kurangnya dukungan emosional dan *support* dari pasangan dan keluarga serta orang sekitar, tanggung jawab, perubahan identitas, faktor psikologis serta kurangnya bimbingan dari orang terdekat (internal) sehingga sulit menjalani dan beradaptasi dengan peran baru menjadi ibu.

Kata Kunci: *Baby Blues; Ibu Usia Remaja; Pasca Melahirkan.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	ii
KATA PENGANTAR	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
TRANSLITERASI DAN SINGKATAN.....	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan masalah.....	11
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II.....	13
TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Tinjauan Penelitian Relevan.....	13
B. Tinjauan Teori	16
C. Kerangka Konseptual	24
D. Kerangka Pikir.....	32
BAB III.....	35

METODE PENELITIAN.....	35
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	35
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
C. Fokus Penelitian	36
D. Jenis dan Sumber Data	36
E. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	39
F. Uji Keabsahan Data.....	40
G. Teknik Analisis Data	41
BAB IV	43
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Latar Belakang Ibu Remaja.....	43
B. Hasil Penelitian.....	44
C. Pembahasan.....	68
BAB V	88
PENUTUP.....	88
A. Kesimpulan.....	88
DAFTAR PUSTAKA	91

DAFTAR GAMBAR

No.	Judul Gambar	Halaman
2.1	Bagan Kerangka Pikir	30

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Judul Lampiran	Halaman
1.	Pedoman Wawancara	96
2.	Surat Penetapan Pembimbing	99
3.	Surat Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian dari IAIN Parepare	100
4.	Surat Izin Melaksanakan Penelitian dari Dina Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Parepare	101
5.	Verbatim/ Hasil Wawancara	102
6.	Surat Keterangan Wawancara	
7.	Dokumentasi	140
8.	Biodata Penulis	145

TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

A. Transliterasi

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda , dan sebagian lain lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda.

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin:

Huruf	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Tsa	Ts	te dan sa
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	h	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Dzal	Dz	de dan zet
ر	Ra	R	Er

ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Shad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dhad	ḍ	de (dengan titik dibawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik dibawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik dibawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik ke atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em

ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	,	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apapun. Jika terletak di tengah atau di akhir, ditulis dengan tanda (").

2. Vokal

- a. Vokal tunggal (*monoftong*) bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Fathah	A	A
إ	Kasrah	I	I
أ	Dhommah	U	U

- b. Vokal rangkap (*diftong*) bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
يَـ	Fathah dan Ya	Ai	a dan i
وَـ	Fathah dan Wau	Au	a dan u

Contoh :

كَيْف : Kaifa

حَوْل : Haula

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
نِي / نَا	Fathah dan Alif atau ya	Ā	a dan garis di atas
يُ	Kasrah dan Ya	Ī	i dan garis di atas
وُ	Kasrah dan Wau	Ū	u dan garis di atas

Contoh :

مَات : māta
رَمَى : ramā
قِيل : qīla
يَمُوت : yamūtu

4. Ta Marbutah

Transliterasi untuk *ta marbutah* ada dua:

- ta marbutah* yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dammah, transliterasinya adalah [t].

- b. *ta marbutah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang terakhir dengan *ta marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbutah* itu ditransliterasikan dengan *ha* (h).

Contoh:

رَوْضَةُ الْجَنَّةِ	: <i>rauḍah al-jannah</i> atau <i>rauḍatul jannah</i>
الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ	: <i>al-madīnah al-fāḍilah</i> atau <i>al-madīnatul fāḍilah</i>
الْحِكْمَةُ	: <i>al-hikmah</i>

5. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda tasydid (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda syaddah. Contoh:

رَبَّنَا	: <i>Rabbanā</i>
نَجَّيْنَا	: <i>Najjainā</i>
الْحَقُّ	: <i>al-haqq</i>
الْحَجُّ	: <i>al-hajj</i>
نُعَمُّ	: <i>nu‘ima</i>
عُدُّوْ	: <i>‘aduwwun</i>

Jika huruf ى bertasydid di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf kasrah (يِ), maka ia transliterasi seperti huruf *maddah* (i).

Contoh:

عَرَبِيٌّ	: ‘Arabi (bukan ‘Arabiyy atau ‘Araby)
-----------	---------------------------------------

عَلِيٍّ : ‘Ali (bukan ‘Alyy atau ‘Aly)

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ل (alif lam ma'arifah). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, *al-*, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiah* maupun huruf *qamariah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-). Contoh:

الشَّمْسُ : *al-syamsu* (bukan *asy-syamsu*)

الزَّلْزَلَةُ : *al-zalzalāh* (bukan *az-zalzalāh*)

الْفَلَسَفَةُ : *al-falsafah*

الْبِلَادُ : *al-bilādu*

7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (‘) hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

تَأْمُرُونَ : *ta'murūna*

النَّوْءُ : *al-nau'*

شَيْءٌ : *syai'un*

أُمِرْتُ : *Umirtu*

8. Kata Arab yang lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasikan adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sudah sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya kata *Al-Qur'an* (darul Qur'an), *sunnah*. Namun bila kata-kata

tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka mereka harus ditransliterasi secara utuh. Contoh:

Fī zilāl al-qur'an

Al-sunnah qabl al-tadwin

Al-ibārat bi 'umum al-laḥz lā bi khusus al-sabab

9. *Laḥz al-Jalalah* (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf jar dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudhaf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah. Contoh:

دَيْنُ اللَّهِ

Dīnullah

بِاِلهِ

billah

Adapun *ta marbutah* di akhir kata yang disandarkan kepada *laḥz al-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf [t]. Contoh:

هُمْ فِي رَحْمَةِ اللَّهِ

Hum fī rahmatillāh

10. Huruf Kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf capital, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga berdasarkan pada pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf capital, misalnya: digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (*al-*), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (*Al-*). Contoh:

Wa mā Muhammadun illā rasūl

Inna awwala baitin wudi'a linnāsi lalladhī bi Bakkata mubārakan

Syahru Ramadan al-ladhī unzila fih al-Qur'an

Nasir al-Din al-Tusī

Abū Nasr al-Farabi

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata *Ibnu* anak dari) dan *Abū* (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi. Contoh:

Abū al-Walid Muhammad ibnu Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abū al-Walīd Muhammad (bukan: Rusyd, Abū al-Walid Muhammad Ibnu)

Naṣr Ḥamīd Abū Zaid, ditulis menjadi: Abū Zaid, Naṣr Ḥamīd (bukan: Zaid, Naṣr Ḥamīd Abū).

B. Singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

swt.	=	<i>subḥānahū wa ta‘āla</i>
saw.	=	<i>ṣallallāhu ‘alaihi wa sallam</i>
a.s.	=	<i>‘alaihi al- sallām</i>
H	=	Hijriah
M	=	Masehi
SM	=	Sebelum Masehi
l.	=	Lahir tahun
w.	=	Wafat tahun
QS .../...: 4	=	QS al-Baqarah/2:187 atau QS Ibrāhīm/ ..., ayat 4
HR	=	Hadis Riwayat

Beberapa singkatan dalam bahasa Arab:

ص	=	صفحة
دم	=	بدون
صلعم	=	ﷺ

ط	=	طبعة
بن	=	بدون ناشر
الخ	=	إلى آخرها / إلى آخره
ج	=	جزء

Beberapa singkatan yang digunakan secara khusus dalam teks referensi perlu dijelaskan kepanjangannya, diantaranya sebagai berikut:

- ed. : Editor (atau, eds. [dari kata editors] jika lebih dari satu orang editor). Karena Dalam bahasa Indonesia kata “editor” berlaku baik untuk satu atau lebih editor, maka ia bisa saja tetap disingkat ed. (tanpa s).
- et al. : “Dan lain-lain” atau “dan kawan-kawan” (singkatan dari *et alia*). Ditulis dengan huruf miring. Alternatifnya, digunakan singkatan dkk. (“dan kawan-kawan”) yang ditulis dengan huruf biasa/tegak.
- Cet. : Cetakan. Keterangan frekuensi cetakan buku atau literatur sejenis.
- Terj. : Terjemahan (oleh). Singkatan ini juga digunakan untuk penulisan karya terjemahan yang tidak menyebutkan nama penerjemahnya.
- Vol. : Volume. Dipakai untuk menunjukkan jumlah jilid sebuah buku atau ensiklopedi dalam bahasa Inggris. Untuk buku-buku berbahasa Arab biasanya digunakan kata juz.
- No. : Nomor. Digunakan untuk menunjukkan jumlah nomor karya ilmiah berkala seperti jurnal, majalah dan sebagainya.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di Indonesia, pernikahan usia muda atau sering disebut pernikahan dini baik oleh kalangan laki-laki maupun perempuan sampai saat ini sering terjadi. Maraknya pernikahan dini di berbagai tempat sangat memberikan perhatian besar terutama bagi kementerian pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak sebagaimana terjadi di berbagai wilayah. Begitu besarnya kuantitas pernikahan dini dilakukan di Indonesia menjadikan nikah muda sebagai ritual yang sudah sangat populer di kalangan masyarakat, jika ditelusuri lebih jauh, fenomena pernikahan dini bukan hal baru di Indonesia.¹

Pada zaman modern ini, fenomena menikah di usia muda masih banyak dijumpai di masyarakat. Pernikahan usia dini merupakan pernikahan yang terjadi pada remaja berusia di bawah 20 tahun yang seharusnya belum siap melaksanakan pernikahan. Pernikahan dini pada remaja juga sering terjadi karena mereka berfikir secara emosional untuk melakukan pernikahan, mereka berfikir telah saling mencintai dan siap untuk menikah. Selain itu faktor penyebab adanya pernikahan muda adalah perjodohan oleh orang tua serta dikarenakan pergaulan bebas yang mengharuskan untuk menikah di usia muda.²

Maraknya pernikahan muda terjadi dikarenakan rendahnya pendidikan dari kalangan perempuan. Hal ini disebabkan oleh lemahnya perekonomian keluarga,

¹ Umah, “*Fenomena Pernikahan Dini Di Indonesia Perspektif Hukum-Keluarga-Islam*, vol.5, (2022)”

² Suryani and Kudus, “*Fenomena Menikah Muda Dikalangan Remaja Perempuan Di Kelurahan Pipitan, Jurnal Pendidikan Sosiologi dan Humaniora*, vol.13, (2022).”

sehingga keluarga tidak mampu menyekolahkan sampai keperguruan tinggi bahkan mungkin pendidikan SMA tidak selesai, bagi orang tua menikah muda merupakan suatu solusi terbaik bagi kedua orang tua.³

Pada umumnya pernikahan akan melahirkan keturunan, dimana seorang istri akan mengalami periode kehamilan. Kehamilan merupakan periode yang benar-benar dramatis dalam kehidupan seorang wanita. Perempuan yang mengalami kehamilan akan merasakan perubahan dalam dirinya baik dari segi fisik maupun perasaan. Kehamilan adalah masa yang cukup berat untuk seorang ibu karena ibu hamil membutuhkan dukungan dari berbagai pihak terutama suami agar dapat menjalani proses kehamilan sampai melahirkan dengan aman dan nyaman.⁴

Kehamilan merupakan salah satu periode krisis dalam kehidupan wanita, reaksi psikis terhadap kehamilan sangat bervariasi sifatnya, artinya dari masing-masing wanita ketika hamil mempunyai perasaan yang berbeda-beda dan reaksi yang muncul pun berbeda ada kekhawatiran, ketakutan atau kebahagiaan. Faktor yang datang itu bisa dari ibu hamil itu sendiri, suami, rumah tangga dan lingkungan sekitarnya. Pengaruh yang lebih luas bisa pada adat istiadat, tradisi dan kebudayaan dari kehamilan hingga kelak melahirkan saling keterkaitan baik fisik maupun psikis.⁵

Kehamilan di usia remaja merupakan kehamilan yang berisiko tinggi. Dampak dari kehamilan di usia remaja yaitu komplikasi pada kehamilan hingga menyebabkan

³ Paila, "Fenomena Pernikahan Dini Dalam Membina Pendidikan Islam Anak Warga Wakal Kecamatan Leihitu Kabupaten Maluku Tengah. Vol.3, (2022)."

⁴ Fatmawati, D. A, Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues, 2015, 5(2), 14, h. 33.

⁵ Filaili, Widiasih, and Hendrawati, "Gambaran Resiko Depresi Postpartum Ada Ibu Usia Remaja Di Puskesmas Wilayah Garut"vol 20,(2020)"

kematian pada ibu dan anak. Perkawinan remaja dapat mengakibatkan risiko kehamilan dini, dan kehamilan yang berisiko tinggi. Menurut data Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) Kementerian PPPA, mengungkapkan bahwa perempuan yang menikah dibawah 18 tahun sebanyak 6,93% telah mengalami usia hamil pertama.⁶

Tingkat pengetahuan remaja yang rendah mengenai kehamilan remaja dapat memengaruhi remaja untuk berperilaku negative sehingga mengakibatkan terjadinya kehamilan pada remaja. Semakin banyak remaja yang memiliki pengetahuan rendah mengenai kesehatan reproduksi terutama seks bebas dan kehamilan remaja maka akan semakin meningkat pula jumlah kehamilan remaja yang akan terjadi. Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas dapat mengakibatkan persepsi yang salah sehingga dapat menimbulkan perilaku seksual yang berdampak pada kejadian kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja. Tetapi jika memiliki pengetahuan yang benar tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas dapat mengarahkan seseorang agar terhindar dari perilaku negatif.⁷

Kesiapan dalam mempunyai anak dalam suatu pernikahan sangatlah penting untuk para orang tua agar dapat menjaga kesehatan mental para ibu dan juga kesehatan dan keselamatan bayi. Tetapi di era sekarang banyak terjadi pernikahan dini baik itu dijodohkan maupun dikarenakan pergaulan yang membuat keharusan untuk menikah usia dini. Hal ini lah yang sering terjadi gangguan perasaan atau *baby*

⁶ Tamalla and Azinar, “Literasi Kesehatan Terhadap Perilaku Perawatan Kehamilan Usia Remaja, (2022)”

⁷ Ayuni, I. D., Islami, D., Jannah, M., & Putri, A. (2022). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Bahaya Kehamilan Pada Usia Remaja. *Indonesia Journal of Midwifery Sciences*, 1(2), 47-52.

blues pada ibu remaja baik itu karena belum siap mempunyai bayi dan juga kematangan emosi.⁸

Pernikahan yang dilakukan dan direncanakan dengan baik atau pernikahan yang diinginkan pastinya menginginkan keturunan dan lahirnya anak pertama biasanya merupakan dambaan bagi orang tua baru yang telah mengikat janji untuk selalu bersama apapun yang terjadi. Lain sisi, berubahnya status sosial bagi para calon ayah dan calon ibu menjadi ayah dan ibu sebagai orangtua merupakan tanggung jawab tersendiri yang harus diemban dan menjadi kesempatan untuk memperpanjang hereditas walaupun beberapa hal kedua calon orangtua anak merasa belum mampu berperan sebagai orangtua pada anak pertama mereka, terutama seorang calon ibu. Melahirkan dan merawat merupakan peristiwa yang berharga serta membahagiakan, kehamilan seorang wanita dikatakan sebagai ekspresi rasa perwujudan diri dan identitas sebagai wanita.⁹

Batas usia dalam pernikahan sangat penting karena hal ini berkaitan dengan kematangan emosional, fisik maupun psikologis sehingga persiapan mengenai cara membina keluarga dan aspek-aspek dalam pernikahan masih terbatas. Persiapan yang kurang dapat menimbulkan masalah atau gangguan, ibu dengan usia remaja atau kurang dari 20 tahun akan mengalami gejolak emosi dan masalah kesehatan yang belum optimal. Seorang ibu dengan kondisi ini masih belum siap bertanggung jawab secara moral sering menghadapi kegoncangan mental akibat masih mempunyai sikap

⁸ zulfa nafidina, n. A. F. I. D. I. N. A. (2022). Efektivitas edukasi “bobyblu”(booklet baby blues) terhadap kejadian baby blues syndrome di pmb bidan ani, amd. Keb. Kabupaten sukoharjo (Doctoral dissertation, universitas kusuma husada surakarta).

⁹ Wahyuni Et Al., “Terapi Hidroponik Sebagai Upaya Pencegahan Syndrome Baby Blues Pada Ibu Hamil Muda Skripsi Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Universitas Medan Area Oleh: Alfina Sri Wahyuni Fakultas Psikologi Universitas. (2022)”

mental yang labil dan belum matang dalam segi emosinya. Remaja sering kali mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan tahap perkembangannya dan menghadapi tugas-tugas perkembangan menjadi orang tua. Beberapa orang tua remaja juga sulit menerima perubahan gambaran diri dan menyesuaikan peran baru terkait dengan tanggung jawab perawatan bayi.¹⁰

Perempuan setelah melahirkan akan mengalami kelelahan baik fisik maupun psikis. Mereka membutuhkan istirahat yang cukup, beradaptasi dengan masa postpartum dan mulai mengurus bayi. Pada masa postpartum seorang ibu akan melalui tiga periode adaptasi psikologis, yaitu periode *taking in* (fase ketergantungan), periode *taking hold* (fase transisi antara ketergantungan dan kemandirian), periode *letting go* (fase mandiri). Pada fase ini tidak semua ibu postpartum mampu beradaptasi secara psikologis sehingga muncul gangguan *mood* yang berkepanjangan ditandai dengan adanya perasaan sedih, murung, cemas, panik, mudah marah, kelelahan, disertai gejala depresi seperti gangguan tidur dan selera makan, sulit berkonsentrasi, perasaan tidak berharga, menyalahkan diri sendiri dan tidak mempunyai harapan untuk masa depan.¹¹

Terdapat beban berat yang ada di pundak seorang ibu yang telah melahirkan buah hatinya, beratnya tugas yang di embannya. Proses melahirkan dan menyusui bukanlah sebuah peristiwa ringan bahkan bisa membawa dampak psikologis yang

¹⁰ Liani, M. I. M., Kurniawati, D., & Sulistyorini, L. (2022). Gambaran Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Remaja di Sukowono, Jember.

¹¹Noer Endah Filaili', Dkk. Gambaran Resiko Depresi Postpartum Ada Ibu Usia Remaja Di Puskesmas Wilayah Garut, Vol. 20 (2020) jurnal kesehatan bakti tunas husada, h. 1.

berat bagi perempuan. Al- Quran sendiri mengakui beratnya beban yang dipikul perempuan saat hamil, melahirkan dan menyusui.¹²

Gangguan psikologis yang dialami setelah persalinan dikenal sejak zaman dahulu sampai sekarang, gangguan ini bukan hanya sekedar demam panas saja tetapi dapat dikatakan bisa mengganggu kehidupan ibu yang baru melahirkan maupun bayinya yang baru dilahirkan. Jika gangguan fisik dapat dideteksi secara langsung dan lebih mudah untuk mencari obatnya, beda dengan gangguan psikologis yang ibu rasakan pasca melahirkan. Beberapa ibu akan merasakan sedih, khawatir, gelisah bahkan sampai takut untuk melihat anaknya sendiri.¹³

Gangguan psikologis ini terlihat sangat aneh bagi sebagian orang yang tidak mengalaminya, gangguan psikologis ini bernama *baby blues*. Ibu yang mengalami *baby blues* juga merasakan hal yang aneh dan berbeda pada kesehariannya. Hampir 50 persen ibu akan mengalami *baby blues* pasca melahirkan. *Baby blues* merupakan istilah untuk gangguan psikologis berupa cemas, sedih dan emosi meningkat yang dialami sekitar 50 sampai 80 persen ibu pasca melahirkan buah hatinya.¹⁴

Gangguan psikologis ini tidak dapat diprediksi kapan datangnya, namun pada umumnya terjadi selama 1 sampai 2 minggu pasca melahirkan. *Baby blues* sering menyerang ibu muda yang melahirkan anak pertamanya. Bagi seorang ibu yang telah

¹² Ade Nailul Huda, 'Syndrom Baby Blues: Kesan Dan Penanganan Dalam Al-Qur'an', *MISYKAT: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Quran, Hadist, Syari'ah Dan Tarbiyah*, 4.2 (2019), p. 1, doi:10.33511/misykat.v4n2.1-22.

¹³ Yanti, E. M., & Fatmasari, B. D. (2023). *Buku Psikologi Kehamilan, Persalinan, dan Nifas*. Penerbit NEM.

¹⁴ Erlysita Lammarisi, dkk, *Buku Pintar Hamil Sehat Melahirkan Normal*, (Yogyakarta: Oxygen Media Ilmu, 2019), h. 206.

memiliki pengalaman melahirkan, kemungkinan sangat kecil terkena gangguan psikologis ini, tetapi tidak bisa dipungkiri jika *baby blues* akan menghampirinya.¹⁵

Tingkat stres ibu melahirkan terutama dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar). Faktor internal meliputi fluktuasi hormonal, faktor psikologis dan kepribadian, riwayat depresi sebelumnya, riwayat komplikasi kehamilan dan persalinan, operasi caesar, kesulitan menyusui, dan kurangnya pengetahuan ibu tentang perawatan bayi. Faktor eksternal meliputi dukungan sosial, kondisi dan kualitas bayi, serta peran suami.¹⁶

Untuk itu dibutuhkan upaya jika melihat permasalahan dari *Baby Blues Syndrome* agar berjalan dengan cepat dan baik pemulihannya, dibutuhkan sebuah perhatian, pengertian, dan pendekatan yang bisa didapatkan langsung dari keluarga terdekat terutama seorang suami. Peran suami terhadap kestabilan emosi pada ibu sangat berpengaruh dikarenakan Suami adalah salah satu orang yang bisa dijadikan tempat menuangkan curahan hati seseorang istri, karena pada nyatanya hubungan yang terjalin antara suami dan istri memiliki kedekatan yang cukup emosional dan saling mengetahui satu sama lain. Maka dari itu, suami bisa memberikan sebuah rasa empati dan sikap positif terhadap istrinya.¹⁷

Suami juga bisa memberikan berupa dukungan sosial seperti nasehat yang bisa diberikan kepada istrinya yang mengalami *Baby Blues Syndrome* pasca melahirkan berbentuk verbal ataupun nonverbal. Dengan adanya rasa kepedulian

¹⁵ Amalyah, Marzyda. *Hypno-Birthing: Hadiah Cinta Dari Langit*. Gramedia Pustaka Utama, 2014.

¹⁶ Devi Kurniasari and Yetti Amir Astuti, 'Hubungan Antara Karakteristik Ibu, Kondisi Bayi Dan Dukungan Sosial Suami Dengan Postpartum Blues Pada Ibu Dengan Persalinan SC Di Rumah Sakit Umum Ahmad Yani Metro Tahun 2014', *Jurnal Kesehatan Holistik*, 9.3 (2015).

¹⁷ Pratiwi, Liliek, et al. *Kesehatan Mental Post Partum*. CV Jejak (Jejak Publisher), 2024.

yang diberikan seorang suami, mampu membuat pikiran, perasaan, maupun rasacemas yang dialami seorang istri bisa sedikit demi sedikit lebih meredam perasaan negatif, adanya rasa kepercayaan, dan perasaan aman.¹⁸

Masalah kesehatan mental ibu dapat berdampak negatif pada kapasitas ibu untuk memberikan perawatan pada saat anak paling sensitif terhadap lingkungannya, sehingga hasil perkembangan perilaku, kognitif, dan emosional anak menjadi lebih buruk. oleh karena itu, pentingnya seorang ibu untuk memiliki kesehatan mental yang baik, karena kesehatan ibu akan berdampak tidak hanya kepada dirinya sendiri tetapi akan berdampak pula kepada anak.¹⁹

Terutama dalam pemberian ASI sangat berpengaruh terhadap kondisi dan perkembangan anak. Seorang ibu sebaiknya menghindari menyusui dalam kondisi emosi atau bersedih hati memperbanyak berzikir dan bershalawat. Seperti yang dijelaskan dalam QS. al-Baqarah/2:233 berbunyi:

﴿وَالْوَالِدَتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ ۖ وَعَلَى الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بِوَلَدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ ۚ فَإِنْ أَرَادَا فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا ۚ وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوا أَوْلَادَكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُم بِالْمَعْرُوفِ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Terjemahan:

“Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara yang makruf. Seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya. Janganlah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya dan juga

¹⁸ Ade Amaliah and Rita Destiwati, ‘Komunikasi Antarpribadi Suami Dan Istri Yang Mengalami Baby Blues Syndrome Pasca Melahirkan’, *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 17.4 (2023).

¹⁹ hasdianah hasan Rohan and Sandu Siyoto, *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*, 2019.

seorang ayah karena anaknya, dan waris pun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (sebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan, maka tidak ada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu disusukan oleh orang lain, maka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran menurut yang patut. Bertakwalah kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.” (QS. Al Baqarah : 233) ²⁰

Adapun beberapa adap dalam menyusui yaitu pertama berwudhu dahulu sebelum hendak menyusui, kedua membaca bismillah sebelum menyusui, ketiga membaca doa saat menyusui, membacakan doa-doa yang baik untuk bayi ketika menyusui, seperti surah Al-fatihah, atau surah-surah pendek lainnya, Keempat memberikan ASI dengan kedua payudaranya, Memberi ASI melalui kedua payudara secara bergantian sangat disarankan. Hal tersebut dapat memberi lebih banyak manfaat, salah satunya meningkatkan produksi ASI, kelima memiliki ilmu. Pentingnya ilmu untuk para orang tua, khususnya ibu menyusui. Terkadang, selama masa menyusui para ibu akan menemukan berbagai masalah yang dihadapi, yang membuat mereka menyerah menyusui bayi, lalu memberi alternatif lain, seperti susu formula.²¹

Baby blues seringkali mengganggu aktivitas sehari-hari ibu. Di Indonesia, terbanyak pasca melahirkan para ibu tidak menyadarinya mengalami sindrom *baby blues* karena gejalanya dipertimbangkan normal dan umum terjadi pada ibu baru sebagai efek samping kelelahan setelah pemberian lahir. Jika gejala sindrom *baby blues* tidak diatasi, itu dapat menyebabkan kondisi yang lebih parah dikenal sebagai psikosis pascapersalinan. Ibu-ibu yang pengalaman sindrom *baby blues* sering

²⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan terjemahan*, (Jakarta: CV. Toha putra semarang, 1989 h60)

²¹ Siti Saleha and Zulfa Hanum, 'Pengalaman Ibu Nifas Tentang Personal Hygiene Dan Adap Menyusui Dalam Perspektif Islami Postpartum Period Experience about Personal Hygiene and Adaptation to Breastfeeding in an Islamic Perspective', *Jurnal*, 8.2 (2022).

ditemukan permasalahan dalam kehidupan bermasyarakat (hubungan dengan keluarga atau teman) dan mereka berada pada tingkat yang lebih tinggi risiko mengkonsumsi bahan berbahaya seperti rokok, alkohol, narkoba. Mereka juga rentan terhadap penyakit yang lebih parah gangguan psikotik dan bunuh diri. *Baby blues* juga mempengaruhi bayi seperti ditunjukkan dengan seringnya menangis dalam jangka waktu lama, gangguan tidur, kerentanan terhadap bunuh diri dan kekurangan gizi.²²

Penelitian yang dilakukan oleh Eva Resinta Agustin yang berjudul “Gambaran Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Remaja Di Kecamatan Wates Kulon Progo “ menunjukkan bahwa keadaan psikologis atau perasaan yang dialami ibu postpartum remaja yaitu responden tiba-tiba merasa sedih, tiba-tiba ingin menangis, enggan merawat bayinya, tidak peduli terhadap lingkungan sekitar, menceritakan berulang-ulang pengalaman melahirkan dan lebih membutuhkan waktu lama untuk beristirahat dari pada merawat bayinya.²³

Baby blues diidentifikasi dialami 3 ibu remaja yang berusia kurang dari 20 tahun. Berdasarkan hasil survey awal dan melakukan wawancara di kampung duri kecamatan soreang pada tanggal 28 maret 2024 di rumah ibu remaja (informan) AY, EV, NY. Ibu remaja yang mengalami *baby blues* ini adalah ibu remaja yang melakukan pernikahan dini maupun pernikahan yang di lakukan karena keinginan maupun pernikahan yang tidak di inginkan, dari hasil wawancara singkat yang dilakukan oleh penulis dengan saudari AY, EV, NY ditemukan bahwa kondisi-

²² Ni Made Ari Febriyanti, The Relationship of Mother Characteristucs and Husband Support with the Risk of Postpartum Blues in Postpartum Mothers, 2021, 9. 2, h. 5.

²³ Eva Resinta Agustin, ‘Gambaran Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Remaja Di Kecamatan Wates Kulon Progo’, *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1 (2015).

kondisi yang dialami setelah melahirkan banyak mengalami stress, cemas, emosi yang tidak stabil, mudah tersinggung, mengurung diri dikamar tidak sanggup melihat orang lain karena emosi yang tidak stabil dan lebih paranya lagi sering terbawa dari alam bawah sadarnya ingin mencelakai anaknya sendiri, bahkan ingin membuang anaknya.

Dari gejala yang dialami oleh ibu remaja AY, EV, NY mengindikasikan mengalami *baby blues* dari kondisi lapangan sehingga penulis tertarik untuk meneliti. Dari kondisi lapangan tersebut penulis tertarik meneliti dan mengetahui tentang *baby blues*, dari penelitian tentang *baby blues* ini diharapkan memberikan kontribusi tentang gambaran *baby blues* dan faktor penyebabnya.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih jauh dengan melakukan suatu penelitian dengan mengangkat judul penelitian **“Gambaran *Baby Blues* pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan Soreang”**

B. Rumusan masalah

1. Bagaimana gambaran *baby Blues* pada ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang?
2. Faktor apa saja yang menyebabkan *baby blues* yang dialami oleh ibu usia remaja pasca melahirkan?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran *Baby Blues* pada ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang.
2. Untuk mengetahui faktor apa saja yang menyebabkan *baby blues* yang dialami oleh ibu usia remaja pasca melahirkan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberi manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis, sebagai bahan referensi pembaca yaitu ibu yang cenderung akan mengalami gangguan *baby blues* pasca melahirkan. Penelitian ini bermanfaat dalam memperdalam pengetahuan tentang gambaran *baby blues* bagi ibu dan keluarga, memberikan manfaat untuk memahami gangguan ini ketika terjadi atau ditemukan, serta dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya.
2. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi kepada pembaca dan penulis sendiri, diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang baru bagi pembaca dan memberikan informasi yang bermanfaat bagi ibu pasca melahirkan ataupun anggota keluarga lainnya sehingga dapat mengontrol diri dan mengetahui cara mengatasi atau mengurangi dampak *baby blues* itu sendiri. Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu cara untuk lebih menjaga hal-hal yang dapat memperburuk keadaan atau gangguan tersebut, serta mengurangi tekanan dan lebih siap dalam mengahapinya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Penelitian Relevan

Tinjauan penelitian terdahulu pada dasarnya dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai topik yang akan diteliti dengan penelitian sejenis yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya agar tidak terjadi pengulangan dalam penelitian kali ini. Adapun, penelitian terdahulu yang dianggap relevan adalah sebagai berikut:

Pertama, Penelitian yang dilakukan oleh Firda Salsabila khairunnisa dan Mirna Nur Alia Abdullah dengan judul, “Dampak Pernikahan Dini Terhadap Potensi Baby Blues Syndrom Pada Ibu Muda Di Kabupaten Bandung.” Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengeksplorasi dampak pernikahan dini terhadap potensi terjadinya Baby blues syndrome pada ibu muda di Kabupten Bandung. Adapun, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pernikahan dini memiliki banyak dampak yang akan terjadi kepada perempuan baik secara fisik maupun psikis.²⁴

Persamaan dari penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu sama-sama membahas tentang *baby blues* dan faktor terjadinya baby blues. Adapun, perbedaan dari penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu penelitian di atas berfokus pada satu faktor penyebab terjadinya baby blues, yakni pernikahan dini, sedang penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti mencakup beberapa faktor salah satunya yakni pernikahan yang dilalukan karena pergaulan bebas.

²⁴ Peacock, “Dampak Pernikahan Dini Terhadap Potensi Baby Blues Syndrom Pada Ibu Muda Di Kabupaten Bandung Firda, vol. s6-VIII (2022)”

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Zulfa Nafidina tahun 2022 dengan judul “Efektivitas Edukasi *BoByBlu* (*Booklet Baby Blues*) Terhadap Kejadian *Baby Blues Syndrome* di PMB Bidan Ani, Amd. Keb. Kabupaten Sukoharjo.” Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis penelitian Quasi eksperimen dengan pendekatan *one grup pretest-posttest* yang dilakukan pada bulan April 2022. Tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui efektivitas edukasi (*BoByBlu*) terhadap kejadian *baby blues syndrome* di PMB Bidan Ani, Amd.Keb. Kabupaten Sukoharjo. Adapun hasil dari penelitian diatas menunjukkan bahwa $P - \text{value}$ sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak, sehingga setelah dilihat dari hubungan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi (*BoByBlu*) dengan efektivitas pemberian edukasi (*BoByBlu*) kejadian *baby blues syndrome* karena nilai signifikansi sebelum diberikan edukasi (*BoByBlu*) 0,000 dengan nilai $P - \text{Value}$ 0,005. Terdapat hubungan antara kesiapan ibu dengan *baby blues syndrome* karena didapatkan nilai signifikansi kesiapan ibu adalah 0,000 dengan nilai $P - \text{value}$ 0.05. Kedua faktor tersebut memberikan kontribusi terhadap penurunan kejadian *baby blues syndrome*.²⁵

Persamaan dari kedua penelitian ini adalah sama-sama membahas *Baby Blues* pada objek kajian. Adapun, perbedaan dari kedua penelitian ini terletak pada metode penelitian yakni peneliti di atas menggunakan metode kuantitatif sementara penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Adapun, perbedaan juga terletak pada fokus penelitian, di mana penelitian berfokus pada efektivitas edukasi (*BoByBlu*) terhadap

²⁵ Zulfa Nafidina. *Bobyblu (Booklet Baby Blues) terhadap Kejadian Baby Blues Syndrome di PMB Bidan Ani, Amd. Keb. Kabupaten Sukoharjo*. Diss. Karya Ilmiah, Universitas Kusuma Husada Surakarta, (2022). h. 4.

kejadian *baby blues syndrome* sedangkan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu pengalaman ibu usia remaja pasca melahirkan yang mengalami *baby blues*.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Istiani Nur Chasanah tahun 2016 dengan judul “*Postpartum Blues* pada Persalinan dibawah Usia Dua Puluh Tahun”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain *retrospektif*. Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui *postpartum blues* pada persalinan dibawah usia 20 tahun. Adapun, hasil penelitian yaitu mendapatkan hasil 45,5% responden yang mengalami *Postpartum Blues* dan 54,5% tidak mengalami *Postpartum Blues* pada persalinan dibawah usia dua puluh tahun.²⁶

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian akan diteliti oleh penulis ialah terletak pada persamaan usia ibu yang diteliti yaitu usia remaja atau di bawah usia 20 tahun dan persamaan penelitian juga terletak pada kasus yang diangkat yakni *baby blues*. Adapun, perbedaan dari kedua penelitian ini terletak pada metode penelitian yang digunakan oleh penulis yang di atas.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Mifta Irma Mei Liani, Dini Kurniawati, dan Lantin Sulistyorini. Dengan judul “Gambaran Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Remaja di Sukowono, Jember”. Penelitian ini menggunakan desain penelitian dengan metode penelitian non eksperimen dengan metode penelitian deskriptif. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kejadian postpartum blues pada ibu remaja di Kecamatan Sukowono Kabupaten Jember. Adapun hasil dari penelitian ini yaitu menunjukkan bahwa ibu remaja postpartum sebanyak 10 responden (29,4%) memiliki kemungkinan postpartum

²⁶ Istiani Nur Chasanah. *Postpartum Blues pada Persalinan dibawah Usia Dua Puluh Tahun*. Jurnal Psikologi Undip 15.2 (2016). h 117.

blues, 22 responden (64,7%) terjadi postpartum blues, 1 responden (2,9%) mengalami kemungkinan postpartum depresi, dan 1 responden (2,9%) mengalami postpartum depresi.

Persamaan dari penelitian diatas dengan penelitian yang akan di teliti oleh peneliti yaitu terdapat pada fokus penelitian sama-sama membahas tentang *baby blues* serta umur dari subjek pada penelitian keduanya. Adapun perbedaan terletak pada metode yang di gunakan dari peneltian diatas dan juga perbedaan terletak pada lokasi penelitian.

B. Tinjauan Teori

Penelitian ini akan menggunakan beberapa kerangka teori maupun konsep-konsep yang dijadikan sebagai dasar untuk menganalisis permasalahan yang teliti dan untuk menjawab permasalahan objek penelitian. Adapun teori yang digunakan yaitu sebagai berikut:

1. Teori Emosi James-Lange

Menurut teori James-Lange emosi timbul setelah adanya reaksi psikologis. Emosi menurut teori ini merupakan hasil persepsi atau hasil pemahaman terhadap perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai respon dari rangsangan yang terjadi dari luar.²⁷ Teori James-Lange ini memaparkan bahwa ada empat langkah menuju timbulnya emosi.

- 1) langkah pertama memahami suatu kejadian atau peristiwa yang sedang dihadapi.

²⁷ Ellsworth, Phoebe C. 1994. William James and Emotion: *Is a Century of Fame Worth a Century of Misunderstanding?*. Psychological Review. Vol. 101(2):222 - 229.

- 2) Langkah kedua implus bergerak dari sistem syaraf pusat ke otot, kemudian kulit, dan organ dalam lainnya.
- 3) Langkah ketiga, sensai yang disebabkan akibat perubahan yang terjadi pada bagian tubuh dikembalikan pada otak.
- 4) Langkah keempat, impuls yang sudah kembali ke otak tersebut kemudian dipahami atau dipersepsi oleh otak. Kemudian setelah dikombinasikan antara persepsi. Emosi terdiri dari emosi marah, cemas, takut, bahagia.²⁸

Emosi memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan jiwa manusia, emosi positif akan memberi dampak positif pada kesehatan rohani dan jasmani. Sebaliknya emosi negatif dapat mengganggu kestabilan Psikis dan fisik seseorang. Pada Ibu pasca melahirkan, terjadi perubahan hormon dan pengalaman melahirkan yang tidak ringan, beberapa ibu mengalami ketidak stabilan emosi yang dikenal dengan nama sindrom Baby Blues atau Postpartum Blues. Beberapa kondisi dapat hilang dengan sendirinya, namun kondisi yang lain, bila tidak segera ditangani akan membuat gejala ini semakin parah dan menyebabkan Postpartum Depression, lebih parah lagi bisa meningkat menjadi Postpartum Psikosis yang menyebabkan ibu berhalusinasi serta dapat menyakiti dirinya maupun orang lain termasuk bayinya.²⁹

a. Macam- Macam Emosi

Menurut Goleman emosi manusia banyak ragam atau macamnya, namun secara garis besar emosi dapat dikelompokkan menjadi dua macam, yaitu emosi yang menyenangkan atau emosi positif, dan emosi yang tidak menyenangkan atau emosi negatif. Emosi positif adalah emosi yang selalu diidamkan oleh semua orang, seperti

²⁸ Husnaini, “Hadis Mengendalikan Amarah Dalam Perspektif Psikologi, vol.4 (2019)”

²⁹ Huda, “Syndrom Baby Blues: Kesan Dan Penanganan Dalam Al-Qur’an. MISYKAT: Jurnal Ilmu-ilmu Al-Quran, Hadist, Syari’ah dan Tarbiyah, vol.4 (2019)”

bahagia, senang, puas dan sejenisnya. Sebaliknya, emosi negatif adalah emosi yang tidak diharapkan terjadi pada diri seseorang. Namun, yang terakhir ini ternyata lebih banyak melilit kehidupan manusia, dan kebanyakan dipicu oleh konflik dan stres.³⁰ Emosi terbagi menjadi 2 macam yaitu emosi dasar atau emosi primer dan emosi campuran atau emosi sekunder.

Adapun macam - macam emosi dasar yaitu:

- 1) Amarah : Respon emosional yang kuat terhadap situasi atau stimulus yang dianggap sebagai ancaman, ketidakadilan, atau pelanggaran terhadap nilai-nilai pribadi seseorang. Kemarahan bisa menjadi emosi yang sangat kuat yang muncul dengan perasaan permusuhan, agitasi, frustrasi, dan antagonisme terhadap orang lain. Contoh respon yang di munculkan seperti beringas, mengamuk, jengkel, benci, kesal hati.
- 2) Kesedihan : Kesedihan adalah jenis emosi lain yang memiliki arti sebagai keadaan emosi sementara. Jenis ini sering muncul dengan perasaan kecewa, sedih, putus asa, tidak tertarik, dan suasana hati yang tertekan. Seperti emosi lainnya, kesedihan adalah sesuatu yang terjadi pada semua orang dari waktu ke waktu. Beberapa kasus menunjukkan, seseorang dapat mengalami periode kesedihan berkepanjangan dan parah yang bisa berubah menjadi depresi. Kesedihan sendiri dapat diekspresikan dengan berbagai cara antara lain menangis, muram, suram, melankolis, mengasihi diri, putus asa.
- 3) Rasa Takut : Ketakutan adalah jenis emosi yang kuat dan dapat memainkan peran penting dalam kelangsungan hidup. Saat menghadapi bahaya dan merasa ketakutan otot-otot menjadi tegang, detak jantung dan pernapasan

³⁰ HM, Ely Manizar. "Mengelola Kecerdasan Emosi, jurnal tadbir, vol. II (2016)"

meningkat, serta pikiran menjadi lebih waspada. Semuanya mempersiapkan tubuh untuk lari dari bahaya atau berdiri dan melawan. Ekspresi dari jenis emosi ini dapat meliputi Cemas, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, tidak tenang.

- 4) Jijik : emosi yang menunjukkan rasa jijik terhadap sesuatu. Rasa jijik bisa berasal dari beberapa hal, termasuk rasa, penglihatan, atau bau yang tidak enak. Peneliti percaya bahwa emosi ini berkembang sebagai reaksi terhadap makanan yang mungkin berbahaya atau fatal. Saat orang mencium atau merasakan makanan yang sudah tidak enak, rasa jijik adalah reaksi yang khas. Adapun respon yang di berikan seperti hina, jijik, muak, tidak suka.
- 5) Kebahagiaan : dari semua jenis emosi yang berbeda, kebahagiaan cenderung menjadi salah satu yang paling diperjuangkan individu. Kebahagiaan sering didefinisikan sebagai keadaan emosional yang menyenangkan, ditandai dengan perasaan tercukupi, sukacita, syukur, kepuasan, dan kesejahteraan.

Adapun emosi campuran atau emosi sekunder merupakan gabungan dari berbagai bentuk emosi primer dan dipengaruhi oleh kondisi budaya di mana individu tersebut tinggal, contohnya rasa malu, bangga, cemas, dan berbagai kondisi emosi lainnya.³¹

b. Aspek- Aspek Emosi

Terdapat lima aspek emosi yang fundamental menurut Charles Darwin yaitu sebagai berikut:

³¹ Nadhiroh, Yahdinil, "Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis Tentang Psikologi Manusia). Jurnal Saintifika Islamica, vol.2,(2017)"

- 1) Biologi emosi :` Emosi manusia berproses di dalam sistem limbik otak). Emosi terdapat pada salah satu bagian dari sistem limbik, yaitu otak kecil yang terletak diatas tulang belakang dan dibawah tulang tengkorak. Guratan ekspresi emosi yang ditunjukkan oleh raut wajah seseorang merupakan bagian dari emosi.
- 2) Intensitas : setiap orang memberikan respon yang berbeda-beda terhadap rangsangan pemicu emosi yang sama.
- 3) Frekuensi dan durasi : suksesnya pemenuhan tuntutan emosional seseorang tidak hanya bergantung pada emosi-emosi yang harus ditampilkan tetapi juga pada seberapa sering dan lamanya mereka berusaha menampilkannya.
- 4) Rasionalitas dan emosi : emosi sangat penting terhadap pemikiran rasional karena emosi dapat memberikan informasi penting mengenai pemahaman terhadap dunia sekitar.
- 5) Fungsi emosi : emosi berkembang seiring waktu untuk membantu manusia dalam memecahkan masalah, serta sangat berguna dalam memotivasi orang untuk terlibat pada tindakan penting agar dapat bertahan hidup, karena emosi sangat berpengaruh terhadap tingkah laku manusia.³²

Semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Jadi berbagai macam emosi itu mendorong individu untuk memberikan respon atau bertindak laku terhadap stimulus yang ada. Dalam the Nicomachea Ethics pembahasan Aristoteles secara filsafat tentang kebajikan, karakter dan hidup yang

³²Robbins Stephen, P., & Judge, T. A. (2008). Perilaku Organisasi. Jakarta: Salemba Empat.

benar, tantangannya adalah menguasai kehidupan emosional kita dengan kecerdasan. Nafsu, apabila dilatih dengan baik akan memiliki kebijaksanaan.³³

Melahirkan di usia kurang dari 20 tahun menyebabkan kurangnya kematangan dalam berpikir, sehingga akan mengakibatkan kurangnya kesiapan mental dalam mengurus anak dan rumah tangganya, sebab secara psikologis remaja putri belum memiliki kesiapan untuk merawat dan mengurus bayi sendiri. Dimana pada usia remaja masih terlalu muda untuk dapat merawat bayi dan mengurus rumah tangga secara bersamaan. Masa remaja merupakan masa seseorang mulai tertarik dengan lingkungan diluar keluarga. Ibu remaja pada masa ini tentu memiliki aktivitas yang berbeda dibandingkan dengan sebelum menjadi ibu. Keadaan tersebut dapat menyebabkan ibu remaja mengalami tekanan secara emosional karena disibukkan dengan bayi kecil, sehingga ibu remaja rentan mengalami kejadian postpartum blues atau bahkan depresi pasca melahirkan.³⁴

Tidak semua wanita dapat merasakan kebahagiaan setelah melahirkan, ada beberapa wanita yang justru mengalami tekanan terhadap jiwanya ketika mengalami kehamilan. Beberapa wanita merasakan kesedihan, kemarahan, kelelahan, merasa dirinya tidak berarti, dan putus asa dalam hidupnya karena jiwanya tertekan setelah melahirkan. Perasaan tersebut mengakibatkan beberapa wanita menjadi malas untuk mengurus anak, melakukan penganiayaan hingga pembunuhan terhadap anak yang

³³ Hm, Ely Manizar (2016), “Mengelola Kecerdasan Emosi. vol.2”

³⁴ Mifta Irma and others, ‘Gambaran Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Remaja’, *Journal Pustaka Kesehatan*, 10.1 (2022), p. 52.

baru dilahirkannya. Gangguan mood yang serius dapat menjadi salah satu risiko yang diakibatkan dari periode Postpartum.³⁵

2. Teori Kognitif Sosial (SCT)

Menurut teori kognitif sosial albert bandura (SCT) pada tahun 1986 dan berpendapat bahwa pembelajaran terjadi dalam konteks sosial dengan interaksi dinamis dan timbal balik antara orang, lingkungan, dan perilaku. Ciri unik SCT adalah penekanannya pada pengaruh sosial dan penekanannya pada penguatan sosial eksternal dan internal. SCT mempertimbangkan cara unik individu memperoleh dan mempertahankan perilaku, sekaligus mempertimbangkan lingkungan sosial di mana individu melakukan perilaku tersebut. Teori ini memperhitungkan pengalaman masa lalu seseorang, yang menjadi faktor apakah tindakan perilaku akan terjadi. Pengalaman masa lalu ini mempengaruhi penguatan, harapan, dan harapan, yang semuanya membentuk apakah seseorang akan terlibat dalam perilaku tertentu dan alasan mengapa seseorang terlibat dalam perilaku tersebut. Teori SCT berfokus pada apa yang dipelajari orang dari mengamati dan berinteraksi dengan orang lain. Oleh karena itu, SCT sering dikatakan sebagai jembatan antara pendekatan teori pembelajaran behavioris dan kognitif.³⁶

Dalam pengembangan teori dari Bandura ini, menjelaskan bagaimana seseorang mengontrol kejadian dalam kehidupan melalui pikiran dan tindakan yang mengatur diri sendiri. Proses fundamentalnya meliputi penetapan arah tujuan, evaluasi asumsi hasil dari sebuah tindakan, evaluasi kemajuan pencapaian tujuan, dan

³⁵ Saskia Dyah Hapsari and Yana - Indawati, 'Pertanggungjawaban Hukum Bagi Ibu Pengidap Baby Blues Syndrome Sebagai Pelaku TindakPidana Penganiayaan Terhadap Anak Kandungnya', *Yustisia Tirtayasa: Jurnal Tugas Akhir*, 2.1 (2022).

³⁶ Deri Firmansyah and Dadang Saepuloh, 'Social Learning Theory: Cognitive and Behavioral Approaches', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1.3 (2022), pp. 297–324.

pengaturan diri terhadap pikiran, emosi, dan tindakan. Bandura menjelaskan bahwa ciri khas lain dari teori sosial kognitif adalah memainkan peran utama dalam pengaturan diri. Perilaku orang tidak hanya menyesuaikan diri dengan kecenderungan orang lain. Sebagian besar perilaku mereka dimotivasi dan diatur oleh standar internal, dan tanggapan mereka terhadap perilaku mereka terkait dengan penilaian diri.³⁷

Teori ini menjelaskan bahwa seseorang tidak sepenuhnya dikontrol kemampuan seseorang untuk berfikir memberikan kemampuan untuk memotivasi dan memandu tindakan dan pengalaman mereka sendiri. Teori SCT menghadirkan analisis bagaimana individu mempelajari perilaku baru. Perhatian utama dalam teori sosial kognitif yaitu kompetensi kognitif serta keterampilan dalam memecahkan masalah dan menghadapi permasalahan dalam kehidupan. Dalam teori sosial kognitif menyadari bahwa kemampuan untuk meragamkan ekspektasi perilaku dari satu situasi ke situasi lain merupakan dasar untuk bertahan hidup.³⁸

Aspek utama teori sosial kognitif yakni bahwa persepsi subjektif seseorang akan diri sendiri memiliki pengaruh kasual unik terhadap perilakunya individu itu sendiri. Menurut Bandura kepribadian, perilaku, dan lingkungan harus dipahami sebagai sistem kekuatan yang saling mempengaruhi sepanjang waktu.

Perubahan perilaku pada ibu pasca melahirkan jika ditinjau dari teori Social Cognitive Theory (SCT) yaitu faktor psikologis dan juga faktor lingkungan. Era industri seperti saat ini, dukungan bagi ibu baru tidak hanya bersumber dari keluarga

³⁷ Muhammad Nurul Mubin, Bintang Muhammad Nur Ikhasan, and Khamim Zarkasi Putro, 'Pendekatan Kognitif-Sosial Perspektif Albert Bandura Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam', *Edureligia*, 05.01 (2021).

³⁸ Lawrence A. Pervin, Daniel Cervone, Oliver P. John. Buku psikologi kepribadian (teori & penelitian) edisi kesembilan, Prenada media group, 2010, h433.

terdekat namun juga dari lingkungan pertemanan. Ibu masa kini merupakan digital natives yaitu generasi yang lahir dan besar di era teknologi digital, sehingga dukungan pun mulai mengalami pergeseran dari dunia nyata ke dunia maya. Dengan demikian muncul istilah dukungan sosial masa kini yang berbasis daring atau Online Social Support.

Abdullah, menjelaskan bahwa perspektif teori SCT memandang perilaku manusia sebagai komponen dari sebuah model yang berinteraksi saling memengaruhi dengan komponen lingkungan, serta personal manusia yang meliputi afeksi dan kognitif. Komponen lingkungan terdiri dari lingkungan fisik yang berpotensi memperkuat rangsangan termasuk juga lingkungan sosial, lingkungan memengaruhi intensitas dan frekuensi perilaku seperti perilaku itu sendiri yang dapat berdampak pada lingkungan.³⁹

C. Kerangka Konseptual

Penelitian ini berjudul *Gambaran Baby Blues Pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan Soreang*. Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas dan tidak menimbulkan kesalahpahaman atas judul dari penelitian ini. Serta menjelaskan maksud dari judul yang diangkat serta menjelaskan batasan-batasan dan konsep dasar judul penelitian ini sehingga dapat menjadi acuan pembaca dan penulis agar lebih memahami terkait poin-poin yang dijelaskan.

1. *Baby Blues*

Baby blues adalah gangguan kesehatan mental yang dialami wanita pasca melahirkan, ibu yang mengalami *baby blues* merasakan hal yang aneh dan berbeda

³⁹ Uswatun Hasanah and Avin Fadhila Helmi, 'Peran Online Support Group Pada Ibu Pasca Melahirkan Anak Pertama', *Jurnal EMPATI*, 12.1 (2023), pp. 38–51, doi:10.14710/empati.2023.30318.

pada kesehariannya. Gangguang ini ditandai dengan munculnya perubahan suasana hati, seperti gundah dan sedih secara berlebihan. Umumnya gejala *baby blues* dapat memburuk pada hari ke 3-4 setelah melahirkan dan berlangsung sampai 14 hari.⁴⁰

Menurut Herri Zan Pieter dan Namora Lumongga Lubis merupakan tokoh pengarang dalam buku pengantar psikologi dalam keperawatan mengungkapkan bahwa *Syndrome baby blues* adalah perasaan sedih yang dibawa ibu sejak hamil yang berhubungan dengan kesulitan ibu menerima kehadiran bayinya. Perubahan ini sebenarnya merupakan respon alami dari kelelahan pasca persalinan.⁴¹

Menurut Bahiyatun dalam Andrew Umay mengatakkan kondisi psikologis seorang ibu *Postpartum Blues* akan mengalami adaptasi psikologis, yaitu periode *Taking in* (Ibu Pasif terhadap lingkungan), periode *Taking Hold* (Ibu merasa khawatir akan ketidakmampuan merawat bayinya), dan periode *Letting Go* (Ibu menerima tanggung jawab sebagai ibu).⁴²

Baby Blues Syndrome atau sering juga disebut *Maternity Blues* atau *Postpartum Blues* dimengerti sebagai suatu sindroma gangguan efek ringan yang sering tampak dalam minggu pertama setelah persalinan, dan ditandai dengan gejala-gejala seperti : reaksi depresi, sedih, disforia, menangis, mudah tersinggung, cemas, labilitas perasaan, cenderung menyalahkan diri sendiri, gangguan tidur dan gangguan nafsu makan.⁴³

⁴⁰ Erlysita Lammarisi, dkk, Buku Pintar Hamil Sehat Melahirkan Normal, (Yogyakarta: Oxygen Media Ilmu, 2019), h. 26.

⁴¹ Pieter, H.Z. & Lubis, N.L. 2010. Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan. Jakarta: Kencana.

⁴² Persalinan, Dan, and Caesarea, “Perbandingan Kejadian Post Partum Blues Pada Ibu Post Partum Dengan Persalinan Normal Dan Sectio Caesarea.”

⁴³ Oktiriani, Perilaku Baby Blues Syndrome Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Kelurahan Sekaran, Kecamatan Gunung Pati, (2017).

Postpartum Blues dapat berkembang menjadi gejala depresi mayor. Lebih dari 20% wanita yang mengalami *Postpartum Blues* akan berkembang menjadi gejala depresi mayor dalam satu tahun setelah melahirkan. Apabila *Postpartum Blues* ini tidak ditangani dengan serius, maka akan berkembang menjadi depresi *Postpartum* dan kondisi yang paling berat bisa sampai *Postpartum Psychosis*.⁴⁴

Adapun Supartini dalam Susanti Prasetya Ningrum menyatakan penyebab stress pada ibu pasca melahirkan ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi adanya kondisi psikologis ibu yang diliputi oleh berbagai kekhawatiran, ketakutan, dan kecemasan akan dirinya sendiri dan buah hati, masalah keuangan, dan larangan atau mitos-mitos yang harus dipatuhi ibu pasca melahirkan. Sedangkan faktor eksternal meliputi tidak adanya dukungan dari lingkungan keluarga, adanya perubahan hormonal yang dirasakan oleh ibu, dan keluarga yang tidak harmonis.⁴⁵

a. Gejala-gejala *baby blues*

Ibu yang melahirkan Ibu yang baru melahirkan dapat merasakan perubahan mood yang cepat dan berganti-ganti (*mood swing*) seperti kesedihan, suka menangis, hilang nafsu makan, gangguan tidur, mudah tersinggung, cepat lelah, cemas, dan merasa kesepian. Menurut Puspawardani, ada beberapa gejala yang dapat mengindikasikan seorang ibu mengalami *baby blues syndrome*.⁴⁶

⁴⁴ Diah Ayu Fatmawati, 'Faktor Resiko Yang Berpengaruh Terhadap *Postpartum Blues*', *EduHealth*, 5.2 (2015), pp. 82–93.

⁴⁵ Susanti Prasetya Ningrum, *Faktor-Faktor Psikologis yang Mempengaruhi *Postpartum Blues**, 2017

⁴⁶ Zulfa, 'Efektivitas Edukasi "Bobyblu" (Booklet *Baby Blues*) Di PMB Bidan Ani, Amd.Keb. Kabupaten Sukoharjo', *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 2022.

- 1) Dipenuhi oleh perasaan kesedihan dan depresi disertai menangis tanpa sebab
- 2) Mudah kesal, gampang tersinggung dan tidak sabaran
- 3) Tidak memiliki tenaga atau sedikit tenaga
- 4) Cemas, merasa bersalah dan tidak berharga
- 5) Menjadi tidak tertarik dengan bayi anda atau menjadi terlalu memperhatikan dan khawatir terhadap bayinya
- 6) Tidak percaya diri.
- 7) Sulit beristirahat dengan tenang
- 8) Peningkatan berat badan yang disertai dengan makan berlebihan
- 9) Penurunan berat badan yang disertai tidak mau makan
- 10) Perasaan takut untuk menyakiti diri sendiri atau bayinya

b. Faktor-faktor yang memicu terjadinya *baby blues*

Beberapa faktor-faktor yang memicu terjadi *baby blues* pada ibu pasca melahirkan. Faktor yang mempengaruhi terjadinya *Baby Blues* pada perempuan, seperti proses melahirkan yang berat, tidak lancarnya Air Susu Ibu (ASI), atau bayi rewel yang menyebabkan ibu kurang beristirahat, gejala ini dapat diperparah apabila ibu kurang mendapat dukungan dari orang-orang terdekat seperti suami dan keluarga.⁴⁷

1) Dukungan sosial

Perhatian dari lingkungan terdekat seperti suami dan keluarga dapat berpengaruh. Dukungan berupa perhatian, komunikasi dan hubungan emosional yang hangat sangat penting. Selain itu dorongan moral dari teman-teman yang sudah pernah bersalin juga dapat membantu. Dalam asuhan pasca persalinan dukungan

⁴⁷ Huda, Ade Nailul. "Syndrom Baby Blues." *Dalam Jurnal Misyikail* 4.02 (2019).

keluarga sangat diperlukan. Keputusan dari suami dan arahan orangtua juga sangat berpengaruh dan menjadi pedoman penting bagi sang ibu dalam praktik asuhan bayinya sehari-hari.

2) Keadaan dan kualitas bayi

Kondisi bayi dapat menyebabkan munculnya *Baby Blues Syndrome* misalnya bayi dengan cacat bawaan ataupun kesehatan bayi yang kurang baik.

3) Persiapan untuk persalinan dan menjadi ibu

Kehamilan yang tidak diharapkan seperti hamil di luar nikah, kehamilan akibat perkosaan, kehamilan yang tidak terencana sehingga wanita tersebut belum siap untuk menjadi ibu. Dikarenakan pada ibu yang baru pertama kali melahirkan akan meningkatkan stress lebih tinggi dibandingkan yang sudah melahirkan lebih dari satu kali.

4) Faktor psikososial

Faktor psikososial seperti umur, latar belakang sosial, ekonomi, tingkat pendidikan dan respon ketahanan terhadap stresor juga dapat mempengaruhi *Baby Blues*.

5) Stress psikologis

Berkurangnya perhatian keluarga, terutama suami karena semua perhatian tertuju pada anak yang baru lahir. Setelah persalinan si ibu yang merasa lelah dan sakit pascapersalinan membuat ibu membutuhkan perhatian. Kecewa terhadap penampilan fisik si kecil karena tidak sesuai dengan yang diinginkan juga bisa memicu *Baby Blues*.⁴⁸

⁴⁸ Oktiriani, Perilaku Baby Blues Syndrome Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Kelurahan Sekaran, Kecamatan Gunung Pati (2017).

2. Ibu Usia Remaja

Ibu adalah orang tua perempuan dari seorang anak, dapat dianggap sebagai ibu ketika melahirkan seorang anak, baik anak kandungnya maupun bukan anak kandungnya, atau dengan menyediakan rahimnya untuk pembuahan dalam kasus kehamilan pengganti.⁴⁹

Ibu usia remaja atau *teenage mother* adalah sebutan bagi remaja perempuan yang telah memiliki peran sebagai orangtua. Masa remaja adalah masa dimana anak berada dalam tahapan usia yang penuh dengan gejolak karena pengaruh hormonal yang mempengaruhi fisik dan psikis. Oleh sebab itu kehamilan pada usia remaja sangat rentan dan mempunyai implikasi negatif.⁵⁰

Faktor usia perempuan saat kehamilan dan persalinan seringkali dikaitkan dengan kesiapan mental untuk menjadi seorang ibu. Usia terlalu muda untuk hamil akan memicu resiko bagi ibu dan anak dari segi fisik dan psikisnya.⁵¹

Ibu dengan usia muda yang masih belum siap bertanggung jawab secara moral sering menghadapi kegoncangan mental akibat masih mempunyai sikap mental yang labil dan belum matang dalam segi emosinya. Selain itu melahirkan di usia kurang dari 20 tahun menyebabkan kurangnya kematangan dalam berpikir, sehingga akan mengakibatkan kurangnya kesiapan mental dalam mengurus anak dan rumah tangganya, sebab secara psikologis remaja putri belum memiliki kesiapan untuk merawat dan mengurus bayi sendiri. Dimana pada usia remaja masih terlalu muda

⁴⁹ Mamiék Saymil dan Dina Sulaeman, Oh, Baby Blues, h. 82.

⁵⁰ Zaini Anindawati, 'Sikap Pengasuhan Pada Ibu Usia Remaja : Literatur Review Literatur Review', 2020.

⁵¹ Ni Wayan Eka Wahyuni, Ni Komang Yuni Rahyani, and Asep Arifin Senjaya, 'Karakteristik Ibu Postpartum Dengan Baby Blues Syndrome', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 11.1 (2023), pp. 114–20, doi:10.33992/jik.v11i1.2440.

untuk merawat bayi dan mengurus rumah tangga secara bersamaan. Masa remaja merupakan masa seseorang mulai tertarik dengan lingkungan diluar keluarga. Ibu remaja pada masa ini tentu memiliki aktivitas yang berbeda dibandingkan dengan sebelum menjadi ibu. Keadaan tersebut dapat menyebabkan ibu remaja mengalami tekanan secara emosional karena disibukkan dengan bayi, sehingga ibu remaja rentan mengalami kejadian baby blues atau bahkan depresi pasca melahirkan.⁵²

3. Pasca Melahirkan

Melahirkan atau persalinan adalah tindakan, proses menghasilkan keturunan, juga dalam konteks teknis disebut sebagai parturisi. Seorang wanita setelah melahirkan pada umumnya menjadi peristiwa yang paling membahagiakan, apalagi bila anak yang diri terhadap adanya perubahan, baik perubahan biologis, fisiologis, maupun psikologis termasuk perubahan peran, cenderung akan mengalami masalah emosional pasca persalinan.

Persalinan mengacu pada proses untuk mengeluarkan hasil konsepsi janin dan plasenta cukup bulan, yang dapat hidup di luar rahim melalui jalan lahir atau melalui cara lain dengan atau tanpa intervensi. Proses pengiriman dimulai dengan kontraksi yang ditandai dengan dilatasi *serviks progresif* dan diakhiri dengan persalinan *plasenta*.⁵³

Menurut Suherni, perempuan setelah melahirkan akan mengalami kelelahan baik fisik maupun psikis. Sehingga membutuhkan istirahat yang cukup, beradaptasi dengan masa postpartum dan mulai mengurus bayi. Dari hari pertama

⁵² Indanah, Indanah, et al. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Pernikahan Dini." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 11.2 (2020).

⁵³ Umi Kurnia, "Hubungan Karakteristik Ibu Postpartum dengan Kejadian Baby Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Kalimanah", (Skripsi: Sarjana Keperawatan , 2018), h. 27.

melahirkan sampai hari ke 10 setelah persalinan yang ditandai dengan tangisan singkat, menyesal, perasaan kesepian, cemas, bingung, gelisah, letih, pelupa dan tidak dapat tidur. Merupakan suatu gangguan mental umum yang ditandai dengan mood tertekan, kehilangan kesenangan atau minat, perasaan bersalah atau harga diri rendah, gangguan makan atau tidur, kurang energi, dan konsentrasi yang rendah.⁵⁴

WHO (World Health Organization), mengungkapkan bahwa diperkirakan sekitar 50-70% ibu melahirkan menunjukkan gejala-gejala awal kemunculan depresi ibu postpartum, walau demikian gejala tersebut dapat hilang secara perlahan karena proses adaptasi dan dukungan keluarga yang tepat.⁵⁵

Data dari Kemenkes RI pernikahan dini di Indonesia termasuk peringkat ke dua di ASEAN pernikahan tersebut di mulai dari usia 16 tahun sehingga memungkinkan untuk terjadinya resiko depresi pada ibu postpartum, angka kejadian resiko depresi pada ibu postpartum yang menyebabkan postpartum blues antara 50%-70% dari wanita pasca persalinan.⁵⁶

Resiko Depresi postpartum merupakan permasalahan yang belum banyak orang mengetahuinya. Hal ini karena tenaga kesehatan maupun masyarakat lebih mengenal resiko depresi postpartum sebagai postpartum blues. Depresi postpartum

⁵⁴ Filaili, N., Widiasih, R. and Hendrawati, H., 2020. Gambaran Resiko Depresi Postpartum Ada Ibu Usia Remaja Di Puskesmas Wilayah Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi*, 20(2), pp.269-278.

⁵⁵ Fatmawati, Diah Ayu. "Faktor risiko yang berpengaruh terhadap kejadian postpartum blues." *Eduhealth* 5.2 (2015).

⁵⁶ Badan Pusat Statistik, 'Pencegahan Perkawinan Anak Percepatan Yang Tidak Bisa Ditunda', *Badan Pusat Statistik*, 2020, pp. 6–10.

merupakan suatu keadaan emosional yang ditunjukkan dengan mengekspresikan rasa lelah, mudah marah, gangguan nafsu makan, gangguan tidur, mudah menangis.⁵⁷

D. Kerangka Pikir

Kerangka pikir adalah penjelasan sementara terhadap gejala yang menonjol yang menjadi objek permasalahan. Kerangka pikir disusun berdasarkan tinjauan pustaka dan hasil penelitian yang relevan. Kerangka pikir merupakan argumentasi kita dalam merumuskan analisis, sistematis, dan menggunakan teori yang relevan.

Kerangka pikir adalah alur pikir peneliti sebagai dasar-dasar pemikiran untuk memperkuat sub fokus yang menjadi latar belakang dari penelitian ini. Penelitian kualitatif ini, dibutuhkan sebuah landasan yang mendasari penelitian agar penelitian lebih terarah. Oleh karena itu, dibutuhkan kerangka pemikiran untuk mengembangkan konteks dan konsep penelitian lebih lanjut sehingga dapat memperjelas konteks penelitian, lanjut sehingga dapat memperjelas konteks penelitian, serta penggunaan teori dalam penelitian. Penjelasan yang disusun akan menggabungkan antara teori dengan masalah yang diangkat dalam penelitian ini.

Kerangka pikir dalam penelitian ini di fokuskan pada pengalaman *baby blues*, ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang. Penelitian ini berisi tentang bagaimana gambaran *baby blues* yang terjadi pada ibu remaja serta apa saja faktor yang menyebabkan terjadi *baby blues* pada ibu remaja.

Baby blues atau pospartum blues adalah kondisi perasaan sedih yang sangat dan sering terlihat pada tujuh hari setelah ibu melahirkan. Baby blues atau postpartum blues merupakan fenomena gunung es yang sulit dideteksi karena masyarakat masih

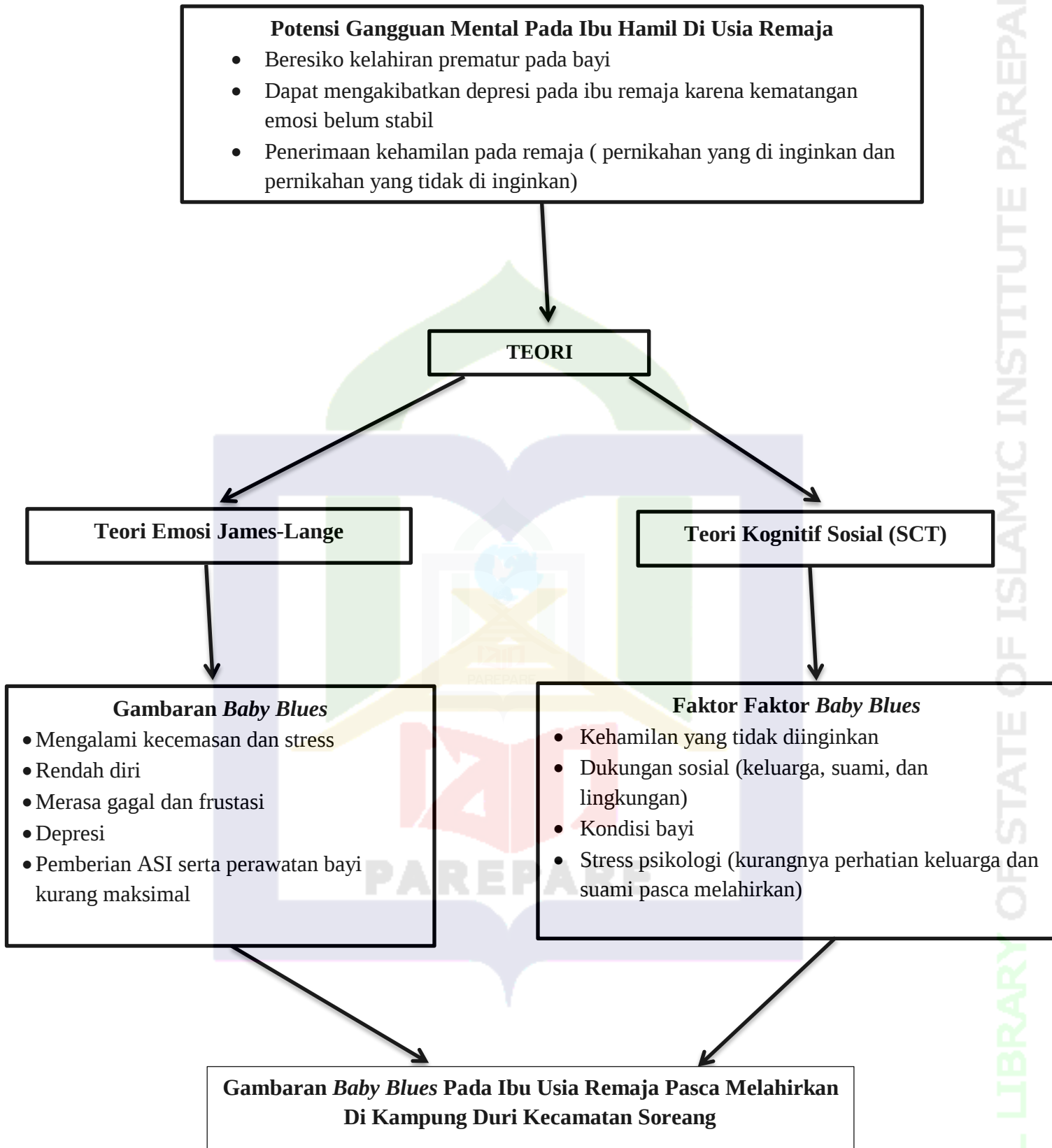
⁵⁷ Restarina, D. W. I. *Gambaran tingkat depresi ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas ciputat timur kota tangerang selatan tahun 2017*. BS thesis. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017.

menganggap gangguan psikologis merupakan hal yang wajar sebagai naluri ibu dan sikap protektif terhadap bayinya.⁵⁸

Adapun kerangka pikir pada penelitian ini dapat dilihat pada bagan berikut.



⁵⁸ Irma and others.” Gambaran kejadian postpartum blues pada ibu remaja. Journal Pustaka Kesehatan, vol. 10 (2022)”



Gambar 2.1 Kerangka Pikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Metode kualitatif merupakan suatu penelitian yang memiliki tujuan untuk memahami fenomena apa yang dialami oleh subjek penelitian, misalnya sudut pandang perilaku, persepsi, tindakan dan lain-lain. Metode ini dilakukan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa dengan tujuan untuk menemukan, mendeskripsikan dan menjelaskan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif sebagai penjabaran peneliti dalam mengkaji tentang gambaran *baby blues* ibu usia remaja pasca melahirkan.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan suatu serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam tentang suatu program, peristiwa, dan aktivitas, baik pada tingkat perorangan, sekelompok orang, lembaga, atau organisasi untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut. Pada umumnya target penelitian studi kasus adalah hal yang actual (*Real-life*) dan unik. Bukan sesuatu yang sudah terlewati atau masa lampau.⁵⁹ Penelitian studi kasus bertujuan untuk mengungkap kekhasan atau keunikan karakteristik yang terdapat didalam kasus yang diteliti.

Penulis melakukan penelitian dengan turun langsung ke lokasi penelitian, mendeskripsikan dan menggambarkan kenyataan yang ada serta melakukan

⁵⁹ Hidayat, Taufik, and U. M. Purwokerto. *Pembahasan studi kasus sebagai bagian metodologi penelitian*. Jurnal Study Kasus 3 (2019).

pendekatan terhadap sumber informasi, penelitian ini dilakukan dengan mencari data yang bersumber dari ibu usia remaja pasca melahirkan yang mengalami gangguan *baby blues*. Diharapkan data yang diperoleh akan lebih maksimal dan sesuai dengan fenomena yang dialami oleh informan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini adalah terletak di Kampung Duri Kecamatan Soreang. Lokasi tersebut dipilih sebagai lokasi penelitian oleh penulis dengan alasan bahwa lokasi penelitian mudah dijangkau dan situasi sosialnya mudah diamati sehingga memperlancar proses penelitian. Penulis juga cukup mengetahui kondisi permasalahan di wilayah yang menjadi tujuan penelitian.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama dimulai sejak pengambilan data di lapangan sampai pada tahap analisis data di lapangan. Durasi penelitian kurang lebih 6 bulan, dimulai sejak 28 maret sampai dengan 3 agustus 2024.

C. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus kepada pengalaman *baby blues*, ibu usia remaja pasca melahirkan. Penelitian ini dilakukan untuk mencari gambaran tentang gangguan yang dialami oleh ibu pasca melahirkan, khususnya seorang ibu yang usianya masih terhitung sebagai remaja.

D. Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif, yang berarti data yang terbentuk dari kata dan kalimat, bukan angka. Data ini diperoleh melalui berbagai macam teknik pengumpulan data, seperti observasi, analisis

dokumen dan wawancara. Data kualitatif diperoleh dengan melakukan wawancara dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan baik secara lisan maupun tulisan. Bentuk lain dari data kualitatif adalah gambar yang diperoleh melalui pemotretan atau rekaman gambar (*screenshot*) yang dapat dijadikan sebagai dokumentasi.

Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua jenis, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

a. Sumber Data Primer

Sumber data yang dimaksud dalam penelitian ini adalah semua keterangan-keterangan yang diperoleh dari informan berdasarkan hasil wawancara. Data primer adalah data yang memberi informasi langsung kepada pengumpul data, dan cara pengumpulannya dapat dilakukan dengan wawancara, dokumentasi, dan gabungan dari keduanya.⁶⁰ Wawancara dilakukan kepada ibu usia remaja yang berinisial AY, EV, NY yang mengalami *baby blues*. Ibu remaja ini merupakan masyarakat di Kampung Duri Kecamatan Soreang, ibu remaja berusia kurang dari 20 tahun.

- Ibu remaja AY : ibu remaja yang melahirkan anak pertama, melahirkan secara SC tetapi setelah melahirkan AY merasa kurang mendapatkan perhatian suami.
- Ibu remaja EV : ibu remaja yang melahirkan anak pertama, mengalami kehamilan yang tidak di inginka atau hamil di luar nikah pada saat ibu remaja EV berusia 18 tahun dan pernikahannya hanya bertahan 1 bulan dan di tinggalkan oleh suaminya.
- Ibu remaja NY : menikah karena perjodohan dan melahirkan anak pertama, pernikahan di lakukan pada saat ibu remaja berusia 19 tahun.

⁶⁰Andi Prastowo, *Metode Penelitian Kualitatif* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), h. 211.

Data primer pada penelitian ini diperoleh langsung dari ibu usia remaja yang mengalami *baby blues* sebagai narasumber atau informan, pemilihan informan menggunakan teknik *purposive sampling* karena peneliti merasa sampel yang diambil paling mengetahui tentang masalah yang akan diteliti oleh peneliti.⁶¹ Penentuan sampel berdasarkan tujuan tertentu dilakukan *interview* melalui pedoman wawancara serta melakukan observasi terdahulu. Data primer ini antara lain :

- 1) Catatan hasil wawancara.
- 2) dokumentasi (story media sosial)

Hasil dokumentasi dari story media sosial dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah korban yang akan diteliti dalam hal ini beberapa ibu usia remaja yang terkena masalah *baby blues*, suami dan beberapa keluarga melalui wawancara untuk mendukung kekuatan data, dimana informasi diposisikan sebagai sumber utama data penelitian ini.

- 3) Data-data mengenai informan.

b. Sumber Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang tidak langsung melalui media perantara. Data yang dikumpulkan dari berbagai sumber-sumber yang ada seperti dari buku, jurnal, hasil penelitian, artikel dan lain-lain yang berkaitan dengan judul penelitian penulis.

⁶¹ Cahnia, Zelika Anggun, *Pemanfaatan Mendeley Sebagai Manajemen Referensi pada Penulisan Skripsi Mahasiswa Program Studi Perpustakaan dan Sains Informasi Universitas Bengkulu*. Palimpsest: (Jurnal Ilmu Informasi Dan Perpustakaan, 2021), h 48-54.

E. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kualitatif, yaitu mengumpulkan data langsung di lokasi penelitian, yakni di kampung duri kecamatan soreang. Pada penelitian ini data dikumpulkan dengan berbagai metode atau teknik:

a. Wawancara

Wawancara juga dapat diartikan sebagai proses pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Pada dasarnya wawancara merupakan teknik yang sering digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data atau informasi dalam suatu penelitian. Penulis melakukan wawancara terhadap ibu usia remaja yang mengalami *baby blues* di Kampung Duri Kecamatan Soreang

Wawancara ini menggunakan wawancara semi terstruktur yang bersifat kalimat-kalimat pertanyaan yang tidak mengikat. Dalam jenis wawancara semi terstruktur topik telah diidentifikasi, namun ada fleksibilitas bagi pewawancara untuk menyesuaikan dengan individu yang diwawancarai dan menggunakan berbagai teknik dan keterampilan komunikasi sesuai dengan yang diinginkan.⁶²

b. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan sejumlah besar fakta dan data tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumentasi dan arsip sebagai penguat data yang di peroleh. Sebagian besar data yang tersedia yaitu berbentuk status di sosial media yang di buat oleh ibu remaja dan foto.⁶³ Dokumentasi juga diartikan sebagai pengumpulan bukti dan keterangan yang berfungsi sebagai bahan dalam memperkuat data penelitian.

⁶² Christine W Sandroto, 'Wawancara Sebagai Salah Satu Alat Seleksi', *Bina Ekonomi*, 3.2 (1999), pp. 16–21.

⁶³ Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2015), h. 141.

F. Uji Keabsahan Data

Keabsahan data dilakukan untuk membuktikan apakah penelitian yang dilakukan benar-benar merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh. Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif meliputi *uji credibility*, *transferability*, *dependability*, dan *confirmability*.

Data dalam penelitian kualitatif dapat dipertanggung jawabkan sebagai penelitian ilmiah perlu dilakukan uji keabsahan data. Adapun uji keabsahan data yang dapat dilaksanakan.

1. *Credibility*

Uji credibility (kredibilitas) atau uji kepercayaan terhadap data hasil penelitian yang disajikan oleh peneliti agar hasil penelitian yang dilakukan tidak meragukan sebagai sebuah karya ilmiah dilakukan.

2. *Transferability*

Transferability merupakan validitas eksternal dalam penelitian kualitatif. Validitas eksternal menunjukkan derajat ketepatan atau dapat diterapkannya hasil penelitian ke populasi di mana sampel tersebut diambil.

3. *Dependability*

Reliabilitas atau penelitian yang dapat dipercaya, dengan kata lain beberapa percobaan yang dilakukan selalu mendapatkan hasil yang sama. Penelitian yang *dependability* atau *reliabilitas* adalah penelitian apabila penelitian yang dilakukan oleh orang lain dengan proses penelitian yang sama akan memperoleh hasil yang sama pula. Pengujian *dependability* dilakukan dengan cara melakukan audit terhadap keseluruhan proses penelitian.

4. *Confirmability*

Objektivitas pengujian kualitatif disebut juga dengan uji *confirmability* penelitian. Penelitian bisa dikatakan objektif apabila hasil penelitian telah disepakati oleh lebih banyak orang. Penelitian kualitatif uji *confirmability* berarti menguji hasil penelitian yang dikaitkan dengan proses yang telah dilakukan. Apabila hasil penelitian merupakan fungsi dari proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar *confirmability*.

G. Teknik Analisis Data

Adapun dalam penelitian kualitatif, analisis data harus seiring dengan pengumpulan akta-fakta di lapangan. Dengan demikian analisis data dapat dilakukan sepanjang proses penelitian dan menggunakan teknik analisis sebagai berikut:

a. *Data Reduction (Reduksi Data)*

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal terpenting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencari bila diperlukan. Data-data yang telah direduksi memberikan gambaran yang lebih tajam tentang hasil pengamatan dan mempermudah peneliti untuk mencarinya jika sewaktu-waktu diperlukan. Reduksi dapat pula membantu dalam memberikan kode-kode pada aspek-aspek tertentu.

b. Data Display (Penyajian Data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya.⁶⁴ Data yang semakin bertumpuk-tumpuk itu kurang dapat memberikan gambaran secara menyeluruh. Oleh karena itu, diperlukan *display* data. *Display* data ialah menyajikan data dalam bentuk matriks, *network*, *chart* atau grafik dan sebagainya. Dengan demikian, peneliti dapat menguasai data dan tidak terbenam dengan setumpuk data.

c. Conclusion Drawing/Verification

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan data dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat dan mendukung pada tahap berikutnya. Dengan demikian kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian di lapangan. Verifikasi dapat dilakukan dengan singkat, yaitu dengan cara mengumpulkan data. Penarikan kesimpulan merupakan bagian dari suatu kegiatan konfigurasi yang utuh, sehingga kesimpulan juga diambil selama penelitian berlangsung.

⁶⁴Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R & D, h. 249.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Latar Belakang Ibu Remaja

Sebelum peneliti mendeskripsikan hasil penelitian terlebih dahulu peneliti memaparkan secara singkat latar belakang ibu remaja:

1. Informan EV

Nama	EV
Alamat	Jln Kampung Duri Kecamatan Soreang
Usia	18 Tahun
Jumlah anak	1
Usia anak	5 Bulan
Pendidikan	SMA
Status	Janda
Problem	Hamil diluar nikah dan ditinggal suami 1 bulan pernikahan
Status ttg	Tinggal bersama orang tua kandung

2. Informan AY

Nama	AY
Alamat	Jln Kampung Duri Kecamatan Soreang
Usia	20 Tahun
Jumlah anak	1
Usia anak	8 Bulan
Pendidikan	SMA
Status	IRT

Problem	Merasa kurang perhatian suami hubungan tidak harmonis dengan mertua
Status ttg	Tinggal bersama mertua

3. Informan NY

Nama	NY
Alamat	Jln Kampung Duri Kecamatan Soreang
Usia	19 Tahun
Jumlah anak	1
Usia anak	10 Bulan
Pendidikan	SMA
Status	IRT
Problem	Di joodohkan dan problem dengan mertua
Status ttg	Rumah pribadi

B. Hasil Penelitian

1. Gambaran *Baby Blues* Pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan Soreang.

Hasil penelitian ini merupakan penyajian dan pembahasan data penelitian yang diperoleh dari lapangan di kampung duri kecamatan soreang berdasarkan wawancara dan dokumentasi baik itu melalui arsip *story* media sosial. Adapun hasil berdasarkan data penelitian ini adalah gambaran *baby blues* pada ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang dapat diuraikan sebagai berikut:

a) Informan EV

(Problem pernikahan yang tidak diinginkan dan menjadi single parent tanpa support dan bantuan dari mantan suami dan keluarga)

Informan yang pertama adalah ibu remaja EV. dia merupakan ibu tunggal yang ada di Kampung Duri Kecamatan Soreang, ibu remaja EV merupakan remaja yang berusia 18 tahun yang mengalami problem hidup hamil diluar nikah dan ditinggal suami pada saat 1 bulan pernikahan dan tidak diberikan tanggung jawab sampai saat ini. Ibu EV ini merupakan ibu tunggal yang mempunyai anak 1 yang masih berusia 5 bulan. Selama ibu EV mengetahui dirinya hamil pada saat itulah dia merasa frustrasi, stress sementara beliau masih duduk di bangku sekolah SMA dan harus mengalami peristiwa seperti ini. Berikut pernyataan ibu remaja EV:

“Saya berpacaran dengan mantan suami saya yang dikenalkan oleh teman saya dan karena kebodohan saya akhirnya saya hamil sebelum melakukan pernikahan, saat saya mengetahui bahwa saya hamil saya sangat frustasi, stress, bingung mau apa, rasanya mau bunuh diri saja, saya betul- betul merasa hancur dan malu, yang saya lakukan hanya menangis. Keluarga sepakat menikahkan saya dengan suami saya tapi pernikahan saya tidak berlangsung lama hanya bertahan 1 bulan dan mantan suami saya meninggalkan saya tanpa tanggung jawab materi sedikitpun sampai anak saya lahir dan sekarang berusia 5 bulan.” (wwc/29 agustus 2024/ ibu remaja EV).

1. Mengalami perubahan fisik

Perubahan yang dialami tidak hanya bersifat fisik dengan adanya dampak besar dari permasalahan hidup yang dihadapinya. Ketika mengetahui bahwa dirinya hamil, ibu ini merasa sangat terbebani, stres, dan kebingungan. Seperti yang diungkapkan oleh informan EV yaitu:

“Tidak seperti meka dulu badanku makin kurus, berat badanku turun drastis sekali kurus sekali meka kurasa terus tidak seurusmi juga diriku madoko ka (badan kurus) begini karena najinnaka (terlalu banyak) pikiran sama banyak sekali bebanku serasa. waktu kutau hamil ka susah sekali ka kontrol diriku dan waktu melahirkan ka juga disitu mi susah sekalika karena banyak sekali

perubahan yang terjadi sama diri saya dan saya sadar ada betulan mi anak yang tidak perna saya sangka sangka akan ada diwaktu belumpa bisa jadi ibu jadi kaya bagaimana dihh stress sekaligus kurasa tidak setau mau bagaimana baru tidak ada juga suamikuu jadi aihh pokoknya pusingka tidak mauka apa liat anakku dan kalau emosi kaya masi biasaka tidak bisa kontrol emosiku masi biasaka waktu sudahka melahirkan masi biasaka menangis selaluka sedih kaya belum peka bisa terima kalau begini hidupku capek sekali ka kaya mauka mati kurasa saja tapi saya pikir ada anak kecil yang tidak ada salahnya.” (www/29 agustus 2024/ibu remaja EV).

Berdasarkan keterangan informan pertama beliau merasa frustrasi, stres, dan cemas setelah mengetahui kehamilannya sebelum menikah. dia mengalami perubahan fisik akibat dari permasalahan hidup yang dihadapinya. Penurunan berat dan kondisi fisik yang dirasakan setelah melahirkan membuat informan merasa kurang percaya diri karena tubuhnya terasa lemah atau tidak bugar, meskipun dari luar terlihat lebih kurus.

Setelah melahirkan, tubuh mengalami fluktuasi hormon yang dapat mempengaruhi suasana hati dan menyebabkan rasa lelah atau perubahan *mood* yang berhubungan dengan *baby blues*. Perubahan fisik, termasuk penurunan berat badan, bisa memperparah perasaan cemas atau tidak nyaman.

2. Beban berat, frustrasi, dan stress

Meskipun keluarganya mendukungnya dengan menikahkannya dengan ayah dari anaknya, pernikahan ini ternyata tidak bertahan lama. Pernikahan yang hanya berlangsung selama satu bulan dan ditinggalkan oleh suaminya tanpa tanggung jawab materi menunjukkan bahwa informan EV ini menghadapi tantangan besar, baik secara emosional maupun finansial.

Setelah mempunyai anak informan EV juga merasakan perubahan dan tekanan dalam mengurus bayinya. Terkait dengan setelah melahirkan dan mempunyai

anak informan EV merasa terbebani dengan kehadiran bayinya. Seperti yang diungkapkan informan EV:

“Dulu, ketika Baru melahirkan, saya merasa sangat sedih dan tidak menyangka akan memiliki anak. Dulu, saya belum siap menerima takdir ini dan merasa sangat sedih setiap malam hingga menangis terus-menerus. Apalagi, bapaknya tidak pernah melihat anaknya dan tidak pernah memberikan dukungan finansial. Semua ini membuat saya sangat stres dan akhirnya saya tidak mau menyentuh anak saya. Semua ini membebani pikiran saya” (wwc/29 agustus 2024/ibu remaja EV).

Berdasarkan keterangan yang diberikan oleh informan EV dapat menggambarkan apa yang beliau alami bahwa informan EV ini merasa sangat terbebani oleh situasi hidupnya, terutama oleh tanggung jawab menjadi ibu di usia yang sangat muda dan dalam kondisi yang tidak ideal. Beban ini bukan hanya fisik, tetapi juga emosional dan mental. dia ini juga merasa sangat malu ketika mengetahui bahwa ia hamil dan orang lain juga mengetahuinya. Rasa malu ini menambah beban emosional yang sudah berat, membuatnya merasa sangat hancur dan bahkan berpikir untuk menyerah pada hidup.

3. Sulit mengontrol diri dan emosi setelah melahirkan

Dia juga merasa pasca melahirkan sangat sulit mengontrol diri dan emosi. Dia mengakui bahwa sangat sulit baginya untuk mengontrol diri saat mengetahui bahwa ia hamil, dan bahkan setelah melahirkan. Perubahan besar yang terjadi dalam hidupnya menyebabkan stres yang luar biasa, membuatnya merasa tidak mampu mengendalikan emosinya. Seperti yang diungkapkan ibu remaja EV:

“Sangat sulit bagi saya untuk mengontrol diri. Bahkan saat melahirkan, saya merasa kesulitan karena banyak sekali perubahan yang terjadi pada diri saya. Saya baru sadar bahwa ada anak yang lahir dari saya, sesuatu yang tidak pernah saya bayangkan sebelumnya, apalagi saya belum siap menjadi seorang ibu. Rasanya sangat stres, saya bingung harus berbuat apa, dan apalagi suami saya tidak ada. Pusing sekali rasanya, sampai saya tidak ingin melihat anak saya. Ketika emosi, saya masih sering tidak bisa mengontrolnya, bahkan setelah melahirkan. Saya sering menangis, selalu merasa sedih,

seolah-olah belum bisa menerima kenyataan hidup saya yang seperti ini. Saya sangat lelah, seakan-akan ingin menyerah dan mati saja, tapi kemudian saya berpikir bahwa ada anak kecil yang tidak bersalah dalam hal ini." (wwc/10 september 2024/Ibu remaja EV).

Berdasarkan keterangan informan EV bahwa dia merasa sulit mengontrol diri termasuk kondisi emosinya, merasa kesulitan karena banyak perubahan yang terjadi pada diri diantaranya menjauh dan tidak tertarik dengan anaknya. Saat beliau merasa sedih atau mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosinya, satu-satunya yang dilakukannya adalah menangis di kamar. Adapun hal yang dilakukan beliau sewaktu pasca melahirkan seperti pernyataan beliau:

"yang saya lakukan setelah melahirkan hanya berdiam diri, anak saya diurus oleh ibu kandung saya, kalau anak saya lapar ibu saya baru mendekatkan saya pada anak saya. Hal yang saya alami ini berlangsung lama kurang lebih sebulan, sampai-sampai anak saya dilarikan kerumah sakit. Dan Ketika saya lelah dan tidak bisa mengontrol emosi yang saya lakukan hanyalah menangis dikamar." (wwc/10 september 2024/ Ibu remaja EV).

4. Kelelahan dalam mengurus anak

Dia juga memberikan pernyataan bahwa biasa merasa lelah dalam merawat anak dan menjalani hidup disaat teman-teman seusianya masi menikmati masa muda.

Seperti yang diungkapkan oleh informan EV yaitu:

"Kalau soal capek, iya memang capek sekali. Bagaimana tidak Saya harus begadang, sementara kondisi saya sendiri masih terus saya pikirkan. Di sisi lain, teman-teman saya masih bisa bebas menikmati masa muda mereka. Yah, kadang saya ingin juga seperti mereka, tapi apa boleh buat, saya sekarang sudah punya anak. Kalau dibilang menyesal, rasanya antara iya dan tidak. Saya menyesal pernah mengenal suaminya (mantan suami saya), tapi di sisi lain, kejadian ini juga telah mengubah hidup saya. Saya merasa lebih kuat dan mendapatkan banyak sekali pelajaran hidup dari semua ini." (wwc/10 september 2024/Ibu remaja EV).

5. Mengalami ketidaktertarikan menyentuh anak

Informan EV pasca melahirkan mengalami *baby blues* dengan mengalami ketidak tertarikan menyentuh anak dalam jangka waktu yang cukup lama dikarenakan

dia mengalami perasaan sedih setelah melahirkan, ketidak mampuan untuk menerima takdir, mengalami kesedihan yang berlarut larut, serta stress yang mengganggu interaksi dengan anak dan juga dampak emosional terhadap pemikiran. Seperti yang di ungkapkan oleh ibu remaja EV:

"Sejak pertama kali melahirkan, saya selalu merasa sedih, seolah tidak percaya bahwa saya sekarang memiliki anak. Dulu saya tidak pernah membayangkan akan memiliki anak, mungkin saya belum bisa menerima takdir ini. Setiap malam saya menangis, terutama karena ayahnya tidak pernah melihat anaknya atau memberikan biaya untuk perawatannya. Semua ini membuat saya sangat stres, sampai-sampai saya tidak ingin menyentuh anak saya. Pikiran saya benar-benar kacau." (wwc/29 agustus 2024/Ibu remaja EV).

6. Mengalami putus asa dan merasa rendah diri

Informan EV juga mengungkapkan bahwa dirinya mengalami perubahan pada perasaan secara drastis dan terkadang tanpa alasan. Hal ini dirasakan sewaktu awal-awal pasca melahirkan. Seperti yang diungkapkan oleh informan EV yaitu:

"Setelah melahirkan, semuanya berubah secara drastis dari hidup saya. Hari-hari awal setelah melahirkan dan saya bersama anak saya terasa sangat berat. Saya selalu menangis dan sedih bahkan kadang tanpa alasan. Rasa lelah sekali yang saya rasa terus-menerus itu yang membuat pikiranku kacau. Bahkan saya merasa tidak pantas menjadi ibu, apalagi diusiaku. Ketika anak saya menangis terus, dan setiap kalau menangis, ada rasa marah yang muncul di dalam diriku. merasaka seperti gagal di semua hal. Gagal jadi ibu, gagal jadi anak yang baik untuk orang tuaku, mulailah saya sering punya pikiran-pikiran jelek. Ada saat-saat di manaka betul-betul berpikir untuk pergi selamanya, meninggalkan semuanya. Tidak bisaka mengontrol perasaanku di dalam diriku mau terus menyerah. Saya tau ini salah, tapi ada waktu dimana saya merasa terjebak dan tidak tahuka harus gimana lagi. Di kepalaku, semua terasa gelap, dan saya tidak tau mau bagaimana saya tidak melihat jalan keluar"(wwc/10 september 2024/ibu remaja EV).

7. Tidak mendapatkan dukungan dari suami dan keluarga suami

Informan EV juga merupakan sosok ibu remaja tunggal yang mengurus anaknya seorang diri karena suami atau ayah dari anaknya meninggalkan beliau tanpa tanggung jawab baik berupa materi dan bantuan lainnya. Beliau hanya mengandalkan

bantuan dari orang tua kandungnya. Selama melahirkan dan mempunyai anak yang berusia 5 bulan, beliau belum pernah merasakan nafkah dari suami begitupun anaknya. Ibu remaja EV dan anaknya tinggal bersama orang tua kandung ibu remaja EV dan juga biaya hidup mereka ditanggung oleh orang tua dari ibu remaja EV. Sedangkan dari pihak keluarga suami seakan-akan tidak peduli dengan kondisi ibu remaja EV dan juga anaknya. Beliau merasa suami dan keluarga tidak peduli dan juga tidak pernah memberikan dukungan dengannya. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja EV:

“Ayah dari anak saya tidak pernah memberikan biaya sedikitpun, bahkan mantan suami saya dan keluarga tidak pernah peduli dengan kami berdua. Hanya saya yang membesarkan anak saya tanpa bantuan dari mantan suami dan juga keluarganya, mereka tidak pernah peduli kepada saya dan anak saya. Jangankan bilang mau datang, melihat anaknya saja dia tidak pernah. Hanya satu kali ketika anaknya sakit dan saya membawanya ke Puskesmas Cempae, saya mengirim pesan ke RD (ayah anak) untuk memberitahu bahwa anaknya sakit dan sedang di Puskesmas Cempae. Dia datang, tapi hanya sebentar dan itu pun dia hanya menunggu di luar. Saya sudah mengirim pesan ke kakaknya RD (ayah anak), meminta dia untuk mengingatkan RD (ayah anak) agar melihat anaknya. Saya juga bilang ke kakaknya, 'Tolong ingatkan RD jangan terlalu bebas, ingat dia sudah punya anak dan ada tanggung jawabnya. Setidaknya, berikan biaya untuk anakmu, belikan popok dan baju. Kalau saya, bisa saya berusaha sendiri, tapi anak ini adalah tanggung jawabmu.' Begitu pesan yang saya kirim ke kakaknya, tetapi respon dari saudara RD hanya menjawab iya.” (wwc/10 september 2024/Ibu remaja EV).

Berdasarkan keterangan yang diberikan oleh informan EV dapat disimpulkan bahwa informan EV tidak pernah mendapatkan dukungan baik dari suami maupun pihak keluarga suami, baik berupa pemberian finansial maupun dukungan lainnya. Seperti yang dikatakan oleh ibu remaja EV bahwa beliau dan anak tidak pernah diberikan biaya dan tidak ada kepedulian dari pihak suami dan keluarganya. Informan EV mengalami tekanan emosional yang sangat berat setelah melahirkan, ditandai

dengan perasaan putus asa, lelah, dan merasa tidak layak menjadi ibu. Dia merasa terbebani oleh tanggung jawab besar yang datang tiba-tiba, dan berjuang melawan perasaan gagal dalam menjalankan peran sebagai ibu dan anak. Kondisi *baby blues* yang dialaminya menyebabkan isolasi diri, ketidakmampuan untuk berbagi perasaan dengan orang lain, serta munculnya pikiran-pikiran fatal seperti keinginan untuk menyerah dan meninggalkan semuanya serta menarik diri dari interaksi sosial dikarenakan riwayat masa lalu yang membuat perasaan malu yang membuat tidak sanggup berinteraksi dengan lingkungan. Informan EV ini merasa terjebak dalam situasi yang gelap tanpa tahu bagaimana cara keluar dari perasaan yang dirasakan yang membuat beliau selalu merasa terhantui.

b) Informan AY

Informan kedua yaitu ibu remaja AY yang merupakan ibu remaja yang tinggal di kampung duri kecamatan soreang. Beliau merupakan seorang ibu remaja yang mempunyai 1 orang anak yang berusia 8 bulan. Beliau ini merupakan seorang istri yang berstatus ibu rumah tangga, informan AY ini mempunyai suami yang bekerja sebagai petani dan pengusaha yang bergelut sebagai pemegang tanah atau penadang tanah. Informan AY ini berusia 20 tahun dan menyelesaikan Pendidikan sampai ke jenjang SMA. Dia menceritakan bahwa dirinya sewaktu setelah menikah beliau dibawah oleh suaminya kerumah mertuanya dan menetap disana sampai informan AY ini hamil dan setelah melahirkan beliau pindah ke rumahnya pribadi dan tinggal bersama anak dan suaminya. Dia menceritakan pengalaman dirinya sewaktu pasca melahirkan dan bagaimana perasaan yang dia rasakan serta hal-hal yang beliau alami setelah berumah tangga dan mempunya anak. Ibu remaja AY menyatakan bahwa dia

mengalami banyak perubahan yang terjadi dalam diri setelah mempunyai anak

Adapun perubahan yang dialami oleh beliau yaitu:

“Saya merasakan banyak sekali perubahan. Sebelum punya anak, saya merasa lebih bebas dan punya banyak waktu untuk diri sendiri. Tapi sekarang, semua perhatian tertuju pada anak saya, dan sering kali saya merasa kewalahan. Saya jadi lebih emosional, sering menangis tanpa alasan yang jelas. Rasanya seperti semuanya berubah begitu cepat, dan saya kesulitan menyesuaikan diri. Ada saat-saat di mana saya merasa kehilangan diri saya sendiri.” (wwc/ 30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

1. Mengalami perubahan drastis dalam hidup

Ibu remaja AY mengungkapkan bahwa dirinya mengalami banyak perubahan drastis dalam hidupnya setelah mempunyai anak dan merasa kehilangan kebebasan serta aktivitas sosial, ibu remaja AY juga menyatakan bahwa dia mengalami gangguan tidur dan juga kelelahan serta sangat sensitif, beliau juga merasakan tanggung jawab yang berat. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja AY:

“Perubahannya benar-benar drastis. Dulu, saya bisa melakukan apa pun yang saya inginkan kapan saja, tapi sekarang semua fokus saya ada pada anak saya. Saya tidak bisa lagi keluar dengan teman-teman, bahkan tidur nyenyak di malam hari pun sulit. Saya cepat merasa capek, lelah, dan lebih emosional. Hal-hal kecil yang dulu tidak saya pikirkan, sekarang jadi beban, sedikit demi sedikit menambah beban saya. Tanggung jawab terasa terlalu besar, dan kadang-kadang saya merasa tidak siap. Rasanya seperti semuanya terjadi sekaligus, dan saya tidak punya waktu untuk menyesuaikan diri.” (wwc/ 30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

2. Sulit mengontrol emosi

Ibu remaja AY juga mengatakan bahwa dia sulit mengontrol emosi bahkan hal ini sudah lama dia rasakan mulai sewaktu beliau hamil dan melahirkan dan masi terjadi sampai saat ini. ibu remaja AY juga merasa sangat sensitif setelah melahirkan dia merasa dirinya sangat terbawah perasaan setelah melahirkan banyak hal yang membuat dirinya merasa mudah emosi dan stress berlebihan. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja AY:

“Setelah melahirkan saya sangat sensitif, rasanya saya ingin terus marah, tidak bisa menahan emosi saya, bahkan sejak saya hamil. Apalagi setelah melahirkan, emosi saya semakin sulit saya kontrol, saya sering merasa sedih. Saya juga merasa tidak suka dengan keluarga suami saya.” (wwc/ 30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

3. Merasa terbebani dan sulit menghadapi tanggung jawab

dia juga merasa setelah melahirkan masi sering terbebani, masi sulit menghadapi tanggung jawab dan beban dari banyak hal serta masi merasa iri terhadap teman-teman seusianya yang masi menikmati masa mudanya, serta sering mengalami stress dan kekhawatiran tentang kemampuan sebagai ibu diusia muda. Hal ini disampaikan oleh ibu remaja AY:

“Jujur, saya masih sering merasa terbebani. Rasanya sangat berat, apalagi saya masih muda dan kadang tidak tahu apa yang harus saya lakukan. Tanggung jawabnya sangat besar, dan saya sering merasa tidak siap. Ada banyak hal yang harus dipikirkan, mulai dari mengurus anak, kurang tidur, hingga harus meninggalkan hal-hal yang biasa saya lakukan dulu. Kadang saya merasa iri dengan teman-teman yang masih bisa bersenang-senang atau bebas ke mana-mana, sementara saya harus tetap di rumah mengurus anak. Semua itu membuat saya merasa stres dan kadang-kadang berpikir, apakah saya bisa menjadi ibu yang baik di usia muda ini?” (wwc/30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

4. Sulit mengontrol diri dan emosi

Ibu remaja AY juga merasa sulit mengontrol diri dan emosi. Hal ini dirasakan oleh beliau dimana ia merasa emosinya naik turun dan kadang sulit beliau kontrol, beliau juga mengatakan bahwa biasa mengalami frustrasi karena beliau merasa tidak ada yang paham dengan kondisi yang beliau rasakan. Ibu remaja AY merasa tidak bisa jadi diri sendiri dan itu yang menyebabkan stress yang dirasakan. Seperti yang diungkapkan oleh beliau yaitu:

“Iya, sering sekali. Saya merasa emosi saya naik turun dan kadang sulit untuk dikontrol. Hal-hal kecil yang seharusnya biasa bisa membuat saya marah atau sedih secara berlebihan. Saya juga sering merasa sangat frustrasi, seolah tidak ada yang memahami apa yang saya rasakan. Kadang saya marah pada suami atau keluarga, padahal mereka tidak salah. Setelah

marah, saya malah merasa bersalah dan semakin sedih. Rasanya seperti saya tidak bisa menjadi diri saya yang biasanya, dan itu membuat saya semakin stres.” (wwc/30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

5. Mengalami ketidak tertarikan pada anak

Selanjutnya ibu remaja AY juga pernah mengalami ketidak tertarikan beliau menyentuh anaknya, hal ini terjadi setelah pasca melahirkan dan berlangsung selama 3 minggu lamanya. Selama itu beliau merasa tidak tertarik menyentuh anaknya dan beliau mengalami kesedihan yang berlebihan bingung mau bagaimana. Hal ini diungkapkan oleh ibu remaja AY:

“Pada awalnya setelah melahirkan, proses penyesuaian diri saya sangat sulit. Saya merasa tidak bisa mengontrol emosi, sering menangis, dan merasa sangat stres. Saya bahkan tidak ingin melihat orang di rumah dan sering marah-marah pada suami. Ada saat-saat ketika saya merasa sangat capek, lelah, dan cemas, sampai pernah berpikir untuk mencelakai anak saya. Ada bisikan dalam diri saya yang mengatakan untuk membuang anak saya dari lantai 2 kamar saya, tapi saya selalu mencoba untuk menyadarkan diri bahwa itu bukanlah jalan keluar. Kadang-kadang, saya merasa sulit untuk tertarik menyentuh anak saya, dan meskipun terdengar buruk, saya merasa seperti tidak punya energi atau emosi untuk berinteraksi dengan baik. Saya sering merasa bersalah, tapi perasaan itu datang tiba-tiba dan sulit untuk saya kendalikan.” (wwc/ 30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

Dia mengalami hal yang seperti diungkapkan oleh ibu remaja AY diatas mulai dari pasca melahirkan sampai 3 mingguan. Selama dia mengalami hal tersebut suami beliaulah yang mengurus anaknya. Beliau juga mengungkapkan cara beliau mengontrol diri agar tidak terlalu over terhadap reaksi yang dikeluarkan selama mengalami hal tersebut yaitu seperti yang diungkapkan oleh beliau:

“Untuk mengontrol diri saya, saya biasanya menangis sampai merasa puas, lalu saya mengurung diri di kamar dan tidak mau melihat anak saya. Saat itu, saya melampiaskan perasaan marah saya pada suami.” (wwc/30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

6. Dukungan suami

Dia juga mengatakan bahwa ada situasi yang sering terjadi di mana dukungan dari suami tidak selalu konsisten, meskipun ada kalanya ia membantu. Namun, sering kali suami tampak bingung atau tidak tahu bagaimana harus bertindak, dan menunggu istri untuk mengambil inisiatif. Hal ini menambah beban bagi istri, yang merasa bahwa suami seharusnya lebih proaktif, terutama ketika istri sudah merasa lelah dan stres. Kurangnya perhatian dan dukungan dari suami menciptakan perasaan tertekan dan kesepian pada istri dalam menghadapi tanggung jawab mengurus bayi. Perasaan ini dapat memperburuk kondisi emosional istri, membuatnya merasa semakin terbebani dalam menjalani perannya sebagai ibu. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja AY:

“Sebenarnya, tidak selalu. Ada kalanya suamiku membantu, tetapi sering kali ia bingung atau tidak tahu harus melakukan apa. Kadang-kadang dia menunggu saya untuk mengambil inisiatif terlebih dahulu, dan itu membuatku merasa terbebani. Terkadang, saya merasa seharusnya dia lebih aktif dalam membantu, terutama karena saya sudah merasa sangat lelah dan stres. Kurangnya perhatian dan dukungan dari suami membuatku merasa semakin tertekan dan sendirian dalam mengurus bayi.” (www/11 september 2024/Ibu remaja AY).

Dukungan emosional dan fisik dari suami sangat penting dalam masa-masa awal setelah kelahiran bayi. Namun, jika suami tidak memberikan dukungan yang memadai, entah karena kurangnya pemahaman atau keterlibatan, ibu remaja bisa merasa sendirian dalam menghadapi beban menjadi ibu baru. Perasaan terisolasi ini dapat memperparah gejala baby blues, membuat ibu merasa lebih stres, cemas, dan bahkan kehilangan kepercayaan diri. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja AY:

“Setelah melahirkan dan menjalani rutinitasku sebagai ibu baru, terasa sangat berat, terutama ketika suamiku jarang sekali membantu. Pernah suatu hari suamiku pergi bersama temannya, meninggalkan saya sendirian di rumah dengan anakku. Sungguh, saya merasa sangat stres dan capek sekali. Suamiku juga lama sekali pulangnyanya, sementara anakku terus-menerus

menangis. Rasanya sangat berat, apalagi kalau jauh dari orang tua. Dengan mertua, saya merasa canggung untuk bercerita, dan saya kurang suka dengan beberapa cara yang dilakukan oleh mertuaku. Mereka juga masih banyak mempercayai hal-hal dari zaman dulu.” (wwc/11 september 2024/Ibu remaja AY).

7. Hubungan dengan mertua tidak harmonis

Serta Hubungan yang tegang atau tidak harmonis dengan mertua dapat menambah tekanan emosional bagi ibu remaja. Kritik, kurangnya pengertian, atau ekspektasi yang tidak realistis dari mertua bisa membuat ibu remaja merasa tidak mampu atau tidak cukup baik dalam menjalankan peran sebagai ibu. Konflik atau ketegangan dalam keluarga besar ini dapat menghalangi proses penyesuaian diri ibu remaja terhadap perannya sebagai ibu, memperburuk *baby blues* yang dialaminya.

Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja AY:

“Kalau soal mertuaku, sebenarnya mereka baik sekali dan rajin bekerja. Tapi kalau mereka tidak suka sesuatu, mereka tidak berpikir panjang dan langsung mengatakannya, bahkan kadang-kadang ucapannya sangat menyakitkan saat marah. Saya sering mendengar apa yang mereka katakan, meskipun sebenarnya saya sangat emosi. Seperti pada istrinya iparku yang lain, mereka sering cerita belakang saya kalau saya tidak ada. Mereka memang suka sekali memberi komentar, bahkan kadang membuat kepala pusing. Pokoknya, kalau mereka baik, memang baik sekali. Tapi ya begitu, suka sekali ikut campur urusan orang lain, hahaha...” (wwc/11 september 2024/Ibu remaja AY).

Dari hasil pernyataan keseluruhan dari informan AY disimpulkan bahwa kombinasi dari kurangnya dukungan suami dan hubungan yang buruk dengan mertua dapat menciptakan lingkungan yang tidak kondusif bagi pemulihan emosional ibu remaja setelah melahirkan. Informan AY merasa bahwa dirinya mengalami perubahan setelah mempunyai anak dan sering mengalami kewalahan dalam mengurus anak, informan AY mengaku bahwa dirinya perubahan yang terjadi dalam hidupnya terjadi begitu cepat hingga beliau merasa kehilangan sosok dirinya. Informan AY menjelaskan bahwa dirinya sangat sulit mengontrol diri, beliau masi

sering merasa bahwa perubahan yang terjadi dalam hidupnya dikarenakan dirinya belum bisa menyesuaikan diri dengan apa yang terjadi saat ini, beliau merasa sulit mengontrol emosi, marah tanpa sebab, menangis, sulit mengontrol pikiran dan bahkan sempat berpikir ingin mencelakai anaknya sendiri, beliau mengungkapkan bahwa dirinya merasa terhasut untuk membuang anaknya dari lantai atas rumahnya dan selama mengalami *baby blues* beliau merasa tidak tertarik terhadap anaknya. Informan AY juga menjelaskan bahwa dirinya mudah tersinggung dan tidak menyukai keluarga dari suaminya dikarenakan sering ikut campur dalam urusan rumah tangganya. Serta suaminya juga kurang perhatian serta informan AY kurang mendapatkan dukungan dari suami itulah yang membuat beliau merasa semakin tertekan.

Untuk mengurangi risiko *baby blues* menjadi lebih parah, penting bagi suami dan keluarga besar untuk memberikan dukungan yang penuh empati dan memahami kebutuhan emosional ibu remaja. Dukungan emosional dan fisik dari suami sangat penting dalam masa-masa awal setelah kelahiran bayi. Namun, jika suami tidak memberikan dukungan yang memadai, entah karena kurangnya pemahaman atau keterlibatan, ibu remaja bisa merasa sendirian dalam menghadapi beban menjadi ibu baru. Perasaan terisolasi dapat memperparah gejala *baby blues*, membuat ibu merasa lebih stres, cemas, dan bahkan kehilangan kepercayaan diri.

c) Informan NY

6) Mengalami perubahan dalam hidup setelah melahirkan

Selanjutnya responden yang ke-3 yaitu ibu remaja NY, ibu remaja NY merupakan ibu remaja yang berusia 19 tahun mempunyai anak 1 yang berusia 10 bulan. Ibu NY ini merupakan ibu remaja yang bekerja sebagai ibu rumah tangga dan

bertempat tinggal di rumah mertua dan rumah orang tua kandunya. Ibu remaja NY ini melangsungkan pernikahan karena dijodohkan oleh orang tua dengan suami sepupunya. Ibu remaja NY Pendidikan terakhir SMA. Ibu remaja NY mengatakan bahwa selama melahirkan banyak perubahan yang terjadi padanya setelah melahirkan, perubahan ini bisa meliputi fisik, emosional, dan psikologis. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja NY:

“Ada banyak perubahan yang terjadi setelah saya punya anak. Saya merasa lebih cepat lelah dan sering kurang tidur karena harus merawat bayi sepanjang waktu. Emosi saya juga jadi lebih naik turun; kadang saya merasa sangat sedih, cemas, dan kewalahan, terutama karena saya merasa sendirian dalam menghadapi semua ini. Selain itu, saya merasa ada perubahan besar dalam cara saya memandang diri sendiri dan kehidupan secara keseluruhan. Saya jadi lebih khawatir tentang masa depan dan apakah saya bisa menjadi ibu yang baik untuk anak saya. Hubungan dengan suami dan keluarga juga berubah, kadang saya merasa kurang didukung dan itu membuat saya semakin merasa tertekan. Pokoknya, punya anak itu membawa perubahan besar, baik secara fisik maupun emosional. Saya merasa berbeda dari sebelumnya, dan itu kadang membuat saya merasa bingung atau bahkan takut.” (www/ 12 september 2024/Ibu remaja NY).

7) Merasa tertekan, cemas berlebihan, sedih serta stress

Ibu remaja NY ini merasa bahwa banyak sekali permasalahan yang dihadapi oleh beliau selama pasca melahirkan yang membuat beliau merasa tertekan, cemas berlebihan, sedih serta stress menjalani moment-moment menjadi *new mom* atau ibu muda, baik itu karena faktor suami dan juga keluarga. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remja NY:

“Selama melahirkan, saya mengalami beberapa masalah. Karena perjodohan, saya merasa tidak benar-benar siap dan tidak sepenuhnya nyaman dengan situasinya. Proses melahirkan terasa sangat berat dan penuh tekanan, terutama karena saya tidak merasa didukung sepenuhnya oleh suami atau mertua. Selain itu, saya merasa tidak ada dukungan emosional yang cukup, dan ada ketegangan yang membuat saya lebih stres. Mertua juga sering memberi komentar negatif atau kritik tentang proses melahirkan dan cara saya merawat bayi, yang semakin membuat saya merasa tertekan dan

kurang percaya diri. Semua ini menambah beban mental dan emosional yang sudah berat setelah melahirkan.” (wwc/12 september 2024/Ibu remaja NY).

8) Mengalami perasaan kurang baik dalam menerima bayi

Ibu remaja NY juga merasa setelah melahirkan beliau mengalami perasaan yang kurang baik dalam penerimaan bayi, beliau merasa ada perasan terbebani dengan kehadiran anak yang usianya masi remaja yang masi tidak terlalu paham dan mengerti dalam mengurus anak. Seperti yang diungkapkan oleh beliau:

“Jujur, saya merasa sangat berat. Di usia muda begini, saya merasa belum siap untuk mengurus anak. Setiap hari rasanya seperti beban besar yang harus saya pikul, dan kadang saya merasa tidak sanggup. Mengurus bayi itu tidak mudah, dan saya merasa tanggung jawabnya terlalu besar untuk saya. Kadang saya merasa lelah, sedih, bahkan marah tanpa alasan yang jelas. Saya tidak pernah membayangkan akan sesulit ini.” (wwc/12 september 2024/Ibu remaja NY).

9) Kesulitan mengontrol diri dan emosi

Setelah melahirkan ibu remaja AY juga ternyata mengalami kesusahan dalam mengontrol diri dan emosi, beliau mengungkapkan bahwa dirinya sulit sekali dalam mengontrol diri dan emosinya. Beliau juga mengungkapkan kalau dirinya mudah tersinggung, yang beliau rasakan seperti terus-menerus di ambang ledakan. Itu yang membuat beliau merasa tidak nyaman. Seperti yang dinyatakan oleh ibu remaja NY:

“Rasanya berat sekali, kak. Setelah melahirkan, saya sering merasa sulit untuk mengontrol diri dan emosi saya. Kadang saya marah tanpa alasan yang jelas, dan itu bikin saya merasa bersalah. Mungkin karena kelelahan atau stres, tapi kadang saya merasa sangat emosional, dan sulit untuk tenang. Ada saat-saat di mana saya merasa semuanya terlalu berat, dan saya tidak bisa menahan air mata. Rasanya seperti saya tidak bisa mengendalikan perasaan saya sendiri.” (wwc/12 september 2024/Ibu remaja NY).

10) Kurang mendapatkan dukungan suami dan keluarga

Setelah melahirkan peran suami sangatlah dibutuhkan karena ibu yang telah melahirkan. Peran suami sangat penting dalam membantu istri melalui masa pasca

melahirkan, baik secara fisik maupun emosional, yang pada akhirnya akan membantu menciptakan lingkungan keluarga yang sehat dan harmonis. Begitupun peran dan dukungan keluarga sangatlah dibutuhkan oleh ibu remaja pasca melahirkan tetapi hal ini tidak dirasakan oleh ibu remaja NY, beliau merasa kurang dukungan dari pihak ibu mertua dikarenakan ada permasalahan. Seperti yang ungkapkan oleh ibu remaja NY:

“Keluarga dan pasangan saya sebenarnya selalu ada, tapi kadang saya merasa mereka tidak mengerti apa yang saya rasakan. Mereka bilang semua ini normal dan akan berlalu, tapi saya merasa sangat sendirian dan kewalahan. Setelah melahirkan, saya merasa sangat sensitif, dan komentar-komentar dari mertua kadang membuat saya merasa semakin sedih dan cemas. Ada saat-saat di mana saya merasa seperti tidak bisa menyenangkan mereka, dan itu bikin saya semakin terpuruk. Saya berusaha untuk tetap tenang dan menerima saran mereka, tapi kadang saya merasa terlalu lelah dan emosional untuk menghadapi semuanya. Saya coba bicara dengan suami, tapi kadang saya merasa tidak enak karena takut dia akan merasa terjebak di antara saya dan orang tuanya.” (wwc/12 september 2024/Ibu remaja NY).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh informan ketiga yaitu ibu remaja NY yang merupakan ibu remaja yang mengalami *baby blues* pasca melahirkan karena disebabkan oleh perubahan yang terjadi dalam hidupnya yang begitu drastis yang awalnya beliau sebelum mempunyai anak masi bebas melakukan hal-hal yang ibu remaja ingin lakukan dan setelah melahirkan beliau merasa terisolasi tidak bisa bebas lagi seperti sewaktu belum mempunyai anak. Informan NY merasa sangat kelelahan dalam mengurus anak, emosi yang sulit dikontrol, cemas, sedih yang berlebihan, serta informan NY merasa bahwa beliau menghadapi permasalahan hidupnya sendiri dan merawat anaknya sendiri tanpa dukungan dan bantuan suami maupun keluarga hal ini yang menyebabkan beliau merasa sangat tertekan dan bahkan merasa takut. Dari keterangan informan NY bahwa pasca melahirkan beliau beberapa masalah yang pertama beliau merasa bahwa beliau belum siap dalam

mempunyai anak, proses melahirkan terasa sangat berat dan penuh tekanan dikarenakan beliau tidak sepenuhnya mendapatkan dukungan dari suami maupun keluarga dari pihak suami dan beliau hanya mendapatkan tekanan yang membuat beliau merasa stress. Informan NY mengungkapkan bahwa beliau merasa berat menjalani hidupnya setelah melahirkan karena belum siap mengurus anak, merasa beban terlalu berat beliau tidak sanggup dengan semua yang terjadi, beliau mengungkapkan bahwa beliau tidak pernah membayangkan seberat ini beban setelah mempunyai anak. Informan NY mengungkapkan bahwa suami dan keluarga selalu ada tapi mereka tidak pernah mengerti apa yang dirasakan oleh informan NY, bahkan tanggapan dari mereka semua yang terjadi dalam diri informan NY adalah hal yang normal dan akan berlalu, informan NY sangat sensitif dengan komentar-komentar orang-orang dilingkungannya yang membuat beliau merasa sangat sedih dan cemas, dan bahkan sampai merasa terpuruk.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa ibu usia remaja dengan berbagai problem yang dialami. Dari hasil wawancara terdapat masing-masing permasalahan yang dihadapi, ada yang mengalami problem hidup pernikahan yang tidak direncanakan atau hamil diluar nikah yang mengakibatkan ibu remaja tersebut mengalami permasalahan hidup seperti stress, lelah, dan juga emosi yang tidak bisa terkontrol dikarenakan belum siap dengan kehadiran anaknya serta belum matang secara emosi untuk menghadapi hidup. Serta beberapa permasalahan lainnya seperti kurangnya dukungan suami setelah melahirkan, kurangnya perhatian suami, serta dukungan keluarga lainnya, yang dapat memicu terjadinya gangguan yang dialami oleh ibu remaja pasca melahirkan yang disebut dengan *baby blues*. Hal ini sesuai yang didapatkan peneliti setelah melakukan wawancara kepada beberapa ibu remaja.

2. Faktor Apa Saja Yang Menyebabkan *Baby Blues* Yang Dialami Oleh Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan Soreang.

1. Kurangnya Dukungan Emosional

Dukungan emosional yang kuat dari pasangan, keluarga, dan teman-teman dapat membantu ibu remaja merasa lebih dihargai dan didukung dalam perannya sebagai ibu. Ini bisa mencakup tindakan sederhana seperti mendengarkan tanpa menghakimi, membantu dengan tanggung jawab sehari-hari, atau memberikan kata-kata penyemangat. Dukungan seperti ini dapat membantu ibu remaja mengatasi *baby blues* dengan lebih baik dan merasa lebih percaya diri dalam mengurus bayi mereka. Banyak ibu remaja merasa bahwa orang-orang di sekitar mereka, termasuk pasangan dan keluarga, tidak sepenuhnya memahami apa yang mereka rasakan. Kurangnya empati dari orang-orang terdekat dapat membuat ibu remaja merasa diabaikan atau tidak dihargai, memperburuk kondisi emosional mereka. Komentar seperti "Kamu harusnya bahagia" atau "Semua ini normal" bisa membuat mereka merasa perasaan mereka tidak valid.

Tanpa dukungan emosional dari pasangan, hubungan bisa menjadi tegang. Komunikasi yang buruk atau kurangnya pengertian dari pasangan dapat menyebabkan konflik, yang semakin memperparah perasaan kesepian dan stres. Ibu remaja mungkin merasa bahwa mereka harus menghadapi semua beban sendiri, yang bisa menyebabkan rasa frustrasi dan kelelahan emosional. Berikut pernyataan ibu remaja EV yang mengatakan bahwa:

“Ayah dari anak saya tidak pernah memberikan biaya sedikitpun, bahkan mantan suami saya dan keluarga tidak pernah peduli dengan kami berdua. Hanya saya yang membesarkan anak saya tanpa bantuan dari mantan suami dan juga keluarganya, mereka tidak pernah peduli kepada saya dan anak saya. Jangankan bilang mau datang, melihat anaknya saja dia tidak pernah. Hanya satu kali ketika anaknya sakit dan saya membawanya ke Puskesmas,

saya mengirim pesan ke RD (ayah anak) untuk memberitahu bahwa anaknya sakit dan sedang di Puskesmas. Dia datang, tapi hanya sebentar dan itu pun dia hanya menunggu di luar. Saya sudah mengirim pesan ke kakaknya RD (ayah anak), meminta dia untuk mengingatkan RD (ayah anak) agar melihat anaknya. Saya juga bilang ke kakaknya, 'Tolong ingatkan RD jangan terlalu bebas, ingat dia sudah punya anak dan ada tanggung jawabnya. Setidaknya, berikan biaya untuk anakmu, belikan popok dan baju. Kalau saya, bisa saya berusaha sendiri, tapi anak ini adalah tanggung jawabmu.' Begitu pesan yang saya kirim ke kakaknya, tetapi respon dari saudara RD hanya menjawab iya.” (wwc/10 september 2024/Ibu remaja EV).

Seperti yang dirasakan juga oleh ibu remaja AY selaku informan kedua yang mengemukakan bahwa:

“Setelah melahirkan dan menjalani rutinitasku sebagai ibu baru, terasa sangat berat, terutama ketika suamiku jarang sekali membantu. Pernah suatu hari suamiku pergi bersama temannya, meninggalkan saya sendirian di rumah dengan anakku. Sungguh, saya merasa sangat stres dan capek sekali. Suamiku juga lama sekali pulanginya, sementara anakku terus-menerus menangis. Rasanya sangat berat, apalagi kalau jauh dari orang tua. Dengan mertua, saya merasa canggung untuk bercerita, dan saya kurang suka dengan beberapa cara yang dilakukan oleh mertuaku. Mereka juga masih banyak mempercayai hal-hal dari zaman dulu.” (wwc/11 september 2024/Ibu remaja AY).

Sama halnya yang pengalaman yang dirasakan oleh ibu remaja NY selaku informan ketiga juga turut merasakan kurangnya dukungan suami dan keluarga yang memicu beliau merasakan hal-hal yang tidak menyenangkan. Seperti yang diungkapkan oleh beliau:

“saya merasa dukungan dari suami dan keluarga itu kurang. Setelah melahirkan, saya merasa sendirian. Suami saya sibuk dengan pekerjaannya, dan keluarganya juga tidak terlalu terlibat. Saya tahu mereka mungkin berpikir saya bisa mengurus semuanya sendiri, tapi kenyataannya tidak begitu.” (wwc/12 september 2024/Ibu remaja NY).

Berdasarkan keterangan dari ketiga informan diatas bahwa kurangnya dukungan emosional ternyata dialami oleh ketiga informan dan itulah salah satu faktor penyebab ibu remaja mengalami gangguan emosional yang biasa disebut dengan *baby blues*.

2. Tanggung Jawab dan Beban Baru.

Menjadi ibu pada usia remaja membawa banyak tanggung jawab baru yang bisa terasa sangat berat. Banyak ibu remaja mungkin merasa tidak siap untuk peran ini, yang dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan perasaan kewalahan. Tanggung jawab merawat bayi, termasuk memenuhi kebutuhan fisik dan emosionalnya, bisa menjadi beban yang sangat besar bagi ibu remaja. Mereka harus beradaptasi dengan rutinitas baru yang melibatkan kurang tidur, perubahan fisik, dan perubahan dalam hubungan sosial. Perasaan tidak siap atau tidak mampu menghadapi semua ini dapat membuat mereka merasa tertekan dan cemas, yang pada gilirannya memperburuk kondisi *baby blues* yang mereka alami.

Hal ini seperti yang diungkapkan oleh ibu usia remaja EV yaitu ibu remaja yang mengalami problem hidup hamil diluar nikah dan melahirkan anak dengan status ibu tunggal yang masi remaja yang harus berhadapan dengan tanggung jawab dan beban baru. Seperti yang dinyatakan oleh beliau:

“Kalau merasa terbebani, ya begitulah. Sabar saja, jalani semuanya dengan ikhlas. Ini mungkin takdirku, dan lama-lama saya akan terbiasa. Meskipun hidup terasa sangat sulit, saya terus berusaha. Mamaku selalu menanyakan bagaimana saya bisa bersabar dan kuat menjalani semuanya. Jujur, rasanya sangat berat dan menyakitkan, terutama saat saya hamil dulu dan merasa hancur. Kadang-kadang, saya merasa seperti ingin menyerah. Tapi, mungkin inilah takdirku, dan saya harus menjalani semuanya dengan sabar.”(www/29 agustus 2024/Ibu remaja EV).

Begitupun yang dirasakan oleh ibu remaja AY selaku ibu remaja yang mengalami problem merasa kurang perhatian suami dan juga mertua terlalu ikut campur terhadap urusan rumah tangga anaknya. Beliau juga merasakan bahwa setelah melahirkan banyak hal yang berubah dalam hidupnya termasuk masalah tanggung jawab. Seperti yang diungkapkan oleh beliau:

“jujur masi sering merasa terbebani. Rasanya berat sekali, apalagi masih mudaka dan kadang tidak tahuka apa yang harus selakukan. Tanggung jawabnya besar sekali, dan seringka merasa tidak siap. Ada banyak hal yang harus dipikirkan mulai dari ngurus anak, kurang tidur, sampai harus tinggalkan hal-hal yang biasa selakukan dulu. Kadang merasaka iri sama teman-teman yang masih bisa bersenang-senang atau bebas ke mana-mana, sementara saya haruska di rumah terus ngurus anak. Semua itu bikin saya merasa stres dan kadang-kadang berpikirka, bisa jka ga saya bisa jadi ibu yang baik di usia semula ini?” (wwc/30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

Sama halnya pula yang dirasakan oleh ibu remaja NY setelah melahirkan beliau mengungkapkan bahwa setelah melahirkan betul-betul tanggung jawab sangatlah besar. Berikut ungkapan yang dirasakan oleh beliau:

“Jujur, saya merasa sangat berat. Di usia muda begini, saya merasa belum siap untuk mengurus anak. Setiap hari rasanya seperti beban besar yang harus saya pikul, dan kadang saya merasa tidak sanggup. Mengurus bayi itu tidak mudah, dan saya merasa tanggung jawabnya terlalu besar untuk saya. Kadang saya merasa lelah, sedih, bahkan marah tanpa alasan yang jelas. Saya tidak pernah membayangkan akan sesulit ini.” (wwc/12 september 2024/Ibu remaja NY).

Berdasarkan hasil keterangan yang disampaikan oleh ketiga informan bahwa tanggung jawab dan beban baru merupakan faktor pemicu dari baby blues yang dialami oleh ketiga ibu remaja dikarenakan mereka belum memiliki kematangan emosi dan kesiapan dengan kehadiran anak.

3. Perubahan Identitas

Perubahan identitas pada ibu remaja yang mengalami *baby blues* merujuk pada proses psikologis di mana seorang remaja, yang masih berada dalam tahap perkembangan diri dan pencarian jati diri, harus tiba-tiba beradaptasi dengan peran baru sebagai seorang ibu. Perubahan ini bisa menjadi sumber stres dan kebingungan yang mendalam. Remaja biasanya berada pada fase hidup di mana mereka masih mengeksplorasi minat, karir, dan hubungan sosial. Ketika mereka menjadi ibu, mereka dihadapkan dengan tanggung jawab besar yang memaksa

mereka untuk mengesampingkan beberapa aspek kehidupan remajanya. Hal ini dapat menimbulkan perasaan kehilangan, karena mereka harus melepas sebagian dari identitas mereka sebagai remaja untuk menjadi seorang ibu. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja EV selaku responden pertama:

“Berbeda dengan dulu, saya sering pergi dan berkumpul dengan teman-teman. Sekarang, saya lebih banyak di rumah, fokus merawat anak. Ketika anak rewel, rasanya mudah naik emosi karena sering kali saya tidak tahu apa yang dia inginkan. Capek itu sudah jadi bagian dari risiko memiliki anak. Karena itu, saya jarang keluar rumah seperti dulu, saat belum ada anak. Sekarang, walaupun keluar, biasanya hanya sebentar. Masalahnya, teman-temanku masih bisa menikmati masa muda mereka dengan bebas, sementara saya sudah punya anak. Kadang saya ingin seperti mereka, tetapi apa boleh buat, ada anak yang harus saya urus. Kalau ditanya apakah saya menyesal, rasanya ada antara iya dan tidak.”(wwc/29 agustus 2024/Ibu remaja EV).

Selanjutnya ibu remaja AY pun juga merasakan hal serupa dimana Ibu remaja mungkin merasa bahwa identitas mereka telah berubah secara drastis, dari seorang remaja yang memiliki kebebasan untuk mengejar mimpi dan bersosialisasi, menjadi seseorang yang harus fokus merawat anak. Ini bisa mengganggu persepsi diri mereka dan menyebabkan perasaan tidak cukup atau tidak layak dalam peran baru ini. seperti yang diungkapkan oleh beliau:

“Banyak sekali perubahan yang saya rasakan. Sebelum punya anak, saya merasa lebih bebas dan punya banyak waktu untuk diri sendiri. Namun sekarang, semua perhatian tertuju pada anakku, dan saya sering merasa kewalahan. Emosiku lebih mudah tersentuh, sering kali menangis tanpa alasan yang jelas. Rasanya semua berubah begitu cepat, dan saya kesulitan menyesuaikan diri. Ada saat-saat di mana saya merasa kehilangan diri sendiri. Perubahannya benar-benar drastis. Dulu, saya bisa melakukan apa yang saya mau kapan saja, tapi sekarang semua fokus saya ada pada anakku. Tidak bisa lagi keluar dengan teman-teman, bahkan tidur nyenyak di malam hari pun sulit. Saya cepat merasa capek, lelah, dan lebih emosional. Hal-hal kecil yang dulu tidak saya pikirkan, sekarang menjadi beban yang terus bertambah. Tanggung jawab terasa terlalu besar, dan kadang-kadang saya merasa tidak siap. Rasanya seperti semuanya terjadi sekaligus, dan saya tidak punya waktu untuk menyesuaikan diri.” (wwc/ 30 agustus 2024/Ibu remaja AY).

Ibu remaja NY juga merasakan hal yang berubah dalam dirinya, Perubahan identitas ini terjadi secara mendadak, tanpa banyak persiapan emosional. Perubahan yang cepat dan dramatis ini bisa membuat ibu remaja merasa kewalahan dan berkontribusi terhadap munculnya *baby blues*. Seperti yang dialami oleh ibu remaja NY ini beliau merasa bahwa pernikahan yang dijalani hasil perjudohan diusia yang masi remaja dan di karuniai dan ternyata dirinya belum siap secara mental seutuhnya yang membuat beliau merasa ada perubahan drastis dalam dirinya. Seperti yang diungkapkan oleh beliau:

“Semua terjadi begitu cepat, pernikahan ini adalah hasil perjudohan, dan saya masih remaja saat itu. Ketika akhirnya dikaruniai anak, saya merasa tidak siap secara mental. Perubahan ini benar-benar mengubah diri saya, dan rasanya sangat drastis. Saya merasa kewalahan, dan saya merasa ada bagian dari diri saya yang hilang, dan semuanya terasa begitu berat.”
(wwc/12 september 2024/Ibu remaja NY).

Berdasarkan keterangan dari ketiga responden diatas bahwa faktor pemicu *baby blues* pada ibu usia renaja pasca melahirkan salah satunya adalah faktor Perubahan identitas dimana ini sangat berpengaruh besar terhadap pemicu *baby blues* pada ibu remaja dikampung duri kecamatan soreang. Dari pernyataan ketiga responden bahwa perubahan identitas yang dialami oleh ibu remaja dikarenakan kurangnya kesiapan mental setelah mempunyai anak dan banyak hal yang berubah dalam hidup ibu remaja seperti kewalahan dalam mengurus anak serta tanggung jawab dan waktu.

4. Faktor Psikososial

Faktor psikososial seperti umur, latar belakang sosial, ekonomi dan Tingkat Pendidikan yang mempengaruhi ibu mengalami *baby blues*. Ibu remaja sering kali menghadapi tantangan tambahan, seperti ketidakstabilan emosional, kurangnya pengalaman hidup, dan konflik dengan identitas yang sedang berkembang. Mereka

mungkin juga menghadapi stigma sosial dan kurangnya dukungan, yang dapat memperburuk perasaan *baby blues*. Ibu remaja dari latar belakang ekonomi yang kurang mampu mungkin menghadapi kombinasi tantangan yang lebih besar dibandingkan ibu dari latar belakang yang lebih stabil. Dukungan yang tepat, baik secara sosial maupun ekonomi, serta pendidikan tentang perawatan bayi dan kesehatan mental dapat membantu mengurangi dampak *baby blues*. Seperti yang diungkapkan oleh ibu remaja EV tentang pengalaman yang dialami pasca melahirkan yaitu:

“Keterbatasan finansial membuat segalanya lebih menekan, dan saya merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan anak saya. Suami saya tidak pernah menafkahi dan juga membiayai anaknya mulai semasa saya hamil hingga saat ini. Saya hanya bergantung pada orang tua saya yang penghasilnya pun sangatlah minim. Hal inilah yang membuat saya merasa sangatlah tertekan dan sangat stress.” (wwc/29 agustus 2024/Ibu remaja EV).

Berdasarkan keterangan yang disampaikan oleh ibu remaja EV ini, beliau merasa bahwa faktor psikososial sangat berpengaruh terhadap pengalaman hidup yang dialaminya selama hamil dan melahirkan, yang membuat beliau merasa tertekan dan stress dikarenakan ekonomi tidak memadai sedangkan anak sangat butuh.

C. Pembahasan

1. Gambaran Baby Blues Pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan Soreang

Baby blues merupakan kondisi emosional yang umum terjadi setelah melahirkan, di mana ibu merasa cemas, mudah tersinggung, atau tertekan. Pada Ibu pasca melahirkan, terjadi perubahan hormon dan pengalaman melahirkan yang tidak ringan, beberapa ibu mengalami ketidak stabilan emosi yang dikenal dengan nama sindrom Baby Blues atau Postpartum Blues. Beberapa kondisi dapat hilang dengan sendirinya, namun kondisi yang lain, bila tidak segera ditangani akan membuat gejala

ini semakin parah dan menyebabkan Postpartum Depression, lebih parah lagi bisa meningkat menjadi Postpartum Psikosis yang menyebabkan ibu berhalusinasi serta dapat menyakiti dirinya maupun orang lain termasuk bayinya. Gejala ini biasanya dimulai dalam beberapa hari setelah persalinan dan dapat berlangsung selama beberapa minggu bahkan bisa sebulan.

Bagi ibu remaja yang mengalami *baby blues*, dukungan dari pasangan, keluarga, teman sangat penting. Bantuan emosional dan praktis dapat membantu ibu remaja mengatasi perasaan negatif dan menyesuaikan diri dengan peran barunya sebagai seorang ibu.⁶⁵

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa gambaran *baby blues* yang dialami oleh ibu remaja pasca melahirkan di Kampung Duri Kecamatan Soreang, yaitu belum mampu menyesuaikan diri, ketidaksiapan dalam mempunyai anak, emosi yang masih labil. Dari hasil wawancara ada tiga informan yang menyatakan bahwa mereka mengalami permasalahan dalam penyesuaian diri serta ketidaksiapan dalam mempunyai anak, serta kurangnya dukungan emosional dari pihak suami dan keluarga yang menyebabkan ibu remaja mengalami emosi yang sulit dikontrol, stress dan kesedihan yang berlebihan, tidak hanya itu juga mengalami ketidaktarikan pada anak.

Hal ini sesuai dengan teori emosi James Lange, bahwa emosi timbul diakibatkan oleh perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai respon dari rangsangan yang terjadi dari luar. Emosi memiliki pengaruh besar terhadap Kesehatan jiwa manusia, hal ini juga bisa mempengaruhi kestabilan psikis termasuk pada ibu remaja

⁶⁵ Cindy Ika Restyana and Ferilia Adiasti, 'Kejadian Baby Blues Pada Ibu Primipara Di RSUD Bangil Pasuruan', Hospital Majapahit, 6.2 (2014), pp. 32–42 *journal.stikesmajapahit*.

pasca melahirkan yang pada dasarnya tidak memiliki kesiapan dan juga mengalami permasalahan hidup seperti kurangnya dukungan dari pasangan dan keluarga. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi sebagai akibat dari tekanan psikologis dan fisik yang dialami. Reaksi fisiologis, seperti peningkatan detak jantung dan ketegangan otot, dapat terjadi sebagai respons terhadap situasi yang menimbulkan stres dan kesedihan, sehingga meningkatkan emosi.⁶⁶

Gambaran *baby blues* yang dialami oleh ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang jika disesuaikan dengan *gelaja baby blues* menurut puspawardani diketahui bahwa ada beberapa gejala yang dapat mengindikasikan seorang ibu mengalami *baby blues* yaitu:⁶⁷

1) Dipenuhi oleh perasaan kesedihan dan depresi disertai menangis tanpa sebab

Ibu remaja yang mengalami *baby blues* sering kali dipenuhi oleh perasaan kesedihan mendalam dan depresi, yang bisa datang secara tiba-tiba dan tanpa alasan yang jelas. Kondisi ini biasanya terjadi setelah melahirkan. Fluktuasi hormon yang signifikan setelah persalinan dapat memengaruhi emosi mereka, menyebabkan suasana hati yang tidak stabil. Mereka mungkin merasa kewalahan oleh tanggung jawab baru sebagai seorang ibu, merasa tidak siap, atau tidak mampu menghadapi perubahan besar dalam hidup mereka. Perasaan ini bisa diperparah oleh tekanan sosial, stigma, atau kurangnya dukungan dari orang-orang di sekitar mereka, seperti keluarga atau teman. Menangis tanpa sebab adalah salah satu gejala dari *baby blues*. Ibu remaja mungkin menangis secara tiba-tiba, tanpa mengetahui apa yang memicunya. Ini bisa terjadi kapan saja, bahkan ketika mereka sedang bersama bayi

⁶⁶ James, William. 1884. *What is an Emotion?*. Oxford Journals. Vol:9 (34): 188 - 205.

⁶⁷ Puspawardani. I. (2011). *Mengenal baby blues syndrome dan solusinya*. Kompasiana

mereka. Meski secara logis mereka tahu bahwa mereka seharusnya bahagia karena kehadiran bayi, emosi yang tidak terkendali membuat mereka merasa sebaliknya.⁶⁸

Dari ketiga informan yang mengalami hal tersebut dimana ketiga ibu remaja yang mengalami perubahan suasana hati yang drastis, merasa sedih atau tertekan dengan perubahan yang terjadi dikehidupan. Mereka bisa tampak baik-baik saja satu saat, tetapi kemudian merasa hancur beberapa saat kemudian. Bahkan ketiga ibu remaja ini pernah mengalami ketidak tertarikannya dalam menyentuh anak dan hal ini berlangsung cukup lama sekitar tiga mingguan paling lama sebulan. Dari hasil keterangan yang dinyatakan oleh ketiga ibu remaja bahwa mereka mengalami peristiwa tersebut disebabkan oleh gangguan perasaan seperti sedih berlebihan, ketidakpercayaan diri rendah dalam mengukur kemampuan diri sebagai ibu baru, serta perasaan kurang dukungan dari orang-orang dilingkungan.

Hal ini sesuai dengan teori emosi James Lange, bahwa emosi negatif timbul diakibatkan oleh respons terhadap perubahan fisiologis yang terjadi dalam tubuh. Dalam hal ini, perubahan suasana hati yang drastis dan ketidak tertarikannya terhadap anak dapat dipahami sebagai hasil dari reaksi fisik dan psikologis terhadap tekanan yang mereka alami. Misalnya, ketika mereka merasa sedih atau tertekan, reaksi fisiologis seperti peningkatan detak jantung atau ketegangan otot dapat terjadi.⁶⁹

2) Mudah kesal, gampang tersinggung dan tidak sabaran

Mudah kesal, gampang tersinggung, dan tidak sabaran adalah reaksi emosional yang sering muncul pada ibu remaja, terutama karena tantangan unik yang

⁶⁸ Marmer, L. W. (2016). *Persepsi terhadap Dukungan Suami pada Primipara yang Mengalami Depresi Pasca Melahirkan (Postpartum Depression)* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).

⁶⁹ Levenson, R. W. (1994). "Theories of Emotion: A Historical Perspective". In *Handbook of Emotions* (pp. 3-20). New York: Guilford Press

mereka hadapi dalam masa transisi menjadi seorang ibu. Faktor-faktor seperti kurangnya pengalaman, tekanan sosial, perubahan hormon, serta ketidakstabilan emosional dapat memperburuk kondisi ini.

Ibu remaja mungkin merasa marah atau terganggu dengan cepat, bahkan oleh hal-hal kecil. Misalnya, tangisan bayi yang terus-menerus atau komentar dari orang di sekitarnya bisa memicu kemarahan yang berlebihan. Ini bisa terjadi karena kombinasi dari kelelahan fisik, kurang tidur, dan tekanan untuk beradaptasi dengan peran baru sebagai ibu, yang bisa sangat membebani bagi seorang remaja yang belum sepenuhnya siap menghadapi perubahan besar ini. Ibu remaja bisa merasa sangat sensitif terhadap perkataan atau tindakan orang lain, bahkan tidak dimaksudkan untuk menyakiti. Misalnya, saran dari orang tua atau mertua bisa dianggap sebagai kritik atau penghakiman, yang membuatnya merasa disudutkan. Serta ibu remaja sulit untuk bersabar, baik dengan bayi yang membutuhkan perhatian terus-menerus maupun dengan dirinya sendiri yang sedang belajar menjadi seorang ibu. Hal ini bisa membuatnya cepat frustrasi, terutama jika situasi tidak berjalan sesuai harapan.⁷⁰

Reaksi-reaksi emosional ini dapat memperburuk kesejahteraan mental ibu remaja dan mempengaruhi kualitas interaksi dengan bayi serta orang di sekitarnya. Jika tidak dikelola dengan baik, perasaan mudah kesal, gampang tersinggung, dan tidak sabaran dapat meningkatkan risiko depresi postpartum, mengganggu hubungan dengan keluarga, dan mempersulit proses adaptasi menjadi ibu. Hal ini turut dirasakan oleh ketiga ibu remaja di kampung duri kecamatan soreang, dari hasil

⁷⁰ Annisa Pir Laily Pazriani, Murtilita, and Uray Fretty Hayati, 'Pengalaman Ibu Yang Mengalami Baby Blues : Literature Review', *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 3.1 (2021).

wawancara yang dilakukan dapat ditarik Kesimpulan bahwa mereka mengalami hal tersebut dan sulit untuk mengontrolnya.

Hal ini sejalan dengan teori emosi James Lange, reaksi fisiologis menimbulkan emosi negatif yang lebih mendalam, yang selanjutnya memengaruhi kesejahteraan mental ibu remaja pasca melahirkan dan hubungan dengan anak serta lingkungan sekitar. Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan yang memadai bagi ibu remaja dalam mengelola emosi mereka agar dapat meningkatkan kualitas interaksi dan kesejahteraan mental bagi ibu remaja.⁷¹

3) Tidak memiliki tenaga atau sedikit tenaga

Ibu remaja yang mengalami gejala baby blues sering kali merasa kelelahan, bahkan mungkin tidak memiliki tenaga atau hanya sedikit tenaga untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor yang terkait dengan perubahan fisik, emosional, dan situasional yang dialami setelah melahirkan. Beban emosional turut dirasakan bagi ibu remaja, kewalahan dengan tanggung jawab baru sebagai seorang ibu. Perasaan tidak siap, kekhawatiran tentang masa depan, dan tekanan dari lingkungan sekitar dapat meningkatkan stres dan kelelahan.⁷²

Dari ketiga informan gambaran *baby blues* yang dirasakan sesuai dengan gejala yang dialami bahwa ibu remaja bahwa tidak memiliki tenaga atau sedikit tenaga juga mereka alami diakibatkan karena lelah dan merasa capek dalam mengurus anak serta banyak pikiran yang membebani dengan permasalahan hidup yang dirasakan sehingga energi dari ibu remaja terkuras.

⁷¹ James, William. 1884. *What is an Emotion?*. Oxford Journals. Vol:9 (34): 188-205

⁷² MERDIANTI, D. (2024), *Father Terhadap, Baby Blues, and D I TpmB, 'Hubungan Faktor Pendukung (Eksternal & Internal) Dan Peran Ayah Sebagai Breastfeeding Father Terhadap Baby Blues Di TpmB Nimas y.a Bekasi Tahun 2023'*.

Hal ini sesuai dengan teori emosi James Lange, gambaran *baby blues* yang dialami oleh ibu remaja pasca melahirkan adalah hasil dari tidak hanya merupakan masalah psikologis, tetapi juga terkait erat dengan reaksi fisiologis yang dialami akibat tekanan fisik dan mental. Emosi negatif yang dialami ibu remaja, seperti kecemasan dan kesedihan, muncul sebagai respons terhadap perubahan fisiologis yang terjadi dalam tubuh yang disebabkan juga karena kelelahan serta beban dari permasalahan.

4) Cemas, merasa bersalah dan tidak berharga

Gejala *baby blues* pada ibu remaja sering kali mencakup perasaan cemas, merasa bersalah, dan tidak berharga. Perasaan ini bisa menjadi sangat intens, terutama karena ibu remaja menghadapi tekanan tambahan yang berkaitan dengan usia muda dan kurangnya pengalaman, serta ketidaksiapan dalam mempunyai anak. Ibu remaja merasa sangat cemas tentang kemampuan mereka untuk merawat bayi. Mereka terus-menerus khawatir tentang kesehatan bayi, apakah mereka melakukan semuanya dengan benar, atau apakah mereka bisa menjadi ibu yang baik. Ketidakpastian ini dapat memicu rasa takut yang berlebihan. Jika ibu remaja tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari keluarga atau pasangan, mereka bisa merasa sendirian dan tidak dihargai. Ini bisa memperburuk perasaan tidak berharga, karena mereka merasa bahwa mereka tidak diakui atau dihormati dalam peran baru mereka sebagai ibu.⁷³

Hal ini turut dirasakan oleh ketiga ibu remaja yang menjadi informan. Dari hasil wawancara yang dilakukan disimpulkan bahwa mereka mengalami cemas

⁷³Putri, A. V. J., & Pangestuti, R. (2024). DINAMIKA DEPRESI POSTPARTUM PADA IBU PASCA MELAHIRKAN (Doctoral dissertation, UIN Surakarta).

berlebihan, merasa bersalah dan tidak berharga dikarenakan beliau merasa bahwa kurangnya kemampuan beliau dalam mengasuh anak serta beliau merasa bahwa hal yang dialami saat ini adalah tanggung jawab besar dan mereka merasa hal ini terjadi begitu drastis yang membuat mereka merasa kurang mampu dalam menghadapi hal tersebut. Serta kurangnya dukungan yang mereka rasakan sehingga kecemasan yang dirasakan sangat berlebihan.

Hal ini sesuai dengan teori emosi James Lange, tidak hanya perasaan cemas yang ibu remaja rasakan tetapi mereka juga merasa bersalah karena mereka merasa ketidakmampuannya mereka dalam menghadapi kenyataan hidup itulah yang membuat ketiga informan ini merasa bersalah itulah yang membuat mereka merasa terus-menerus merasa cemas, bersalah, atau tidak berharga yang mengakibatkan mereka merasa terjebak dalam lingkaran perasaan negatif, yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

5) Menjadi tidak tertarik dengan anak

Ibu remaja yang mengalami gejala *baby blues* mungkin merasa tidak tertarik dengan anak mereka, yang bisa menjadi pengalaman yang sangat membingungkan dan menyakitkan. Perasaan ini sering kali dipicu oleh kombinasi faktor emosional, fisik, dan hormonal yang memengaruhi ibu setelah melahirkan. Ibu remaja sering kali merasa terbebani oleh tanggung jawab baru sebagai ibu, terutama jika mereka merasa tidak siap atau tidak didukung. Rasa tidak mampu atau takut membuat kesalahan dalam merawat bayi dapat membuat mereka menarik diri dari interaksi dengan anak mereka sebagai mekanisme perlindungan emosional. Selain itu, perasaan kehilangan kebebasan atau perubahan drastis dalam kehidupan sosial dan pribadi mereka juga

dapat menyebabkan ibu remaja merasa tidak termotivasi untuk merawat atau bermain dengan bayinya.⁷⁴

Seperti yang dialami oleh kedua ibu remaja yaitu ibu remaja EV dan ibu remaja AY. Mereka mengungkapkan bahwa pernah mengalami ketidaktertarikan dalam menyentuh dan berinteraksi dengan anak, hal ini dirasakan cukup lumayan lama seperti yang diungkapkan oleh kedua ibu remaja tersebut kisaran waktu sekitar 3 (tiga) mingguan dan kurang lebih sebulan.

Hal ini sesuai dengan teori emosi James Lange, dari hasil wawancara yang dilakukan bahwa mereka mengalami hal tersebut tidak tertarik menyentuh anak dikarenakan pada faktor pikiran yang menjadi beban dalam diri ibu remaja seperti merasa belum siap mempunyai anak, mereka merasa perubahan begitu drastis terjadi dalam hidupnya ditambah dengan kehadiran anak yang memicu tekanan batin dalam diri ibu remaja yang menyebabkan rasa tidak tertarik pada anak.

6) Perasaan takut untuk menyakiti diri sendiri dan bayi

Ibu remaja yang mengalami *baby blues* kadang-kadang menghadapi perasaan takut untuk menyakiti diri sendiri atau bayinya. Ini adalah gejala yang sangat serius dan membutuhkan perhatian segera, karena bisa menjadi tanda bahwa *baby blues* telah berkembang menjadi kondisi yang lebih berat. Ibu remaja yang merasa sendirian atau tidak didukung oleh keluarga, pasangan, atau teman lebih rentan terhadap pikiran negatif. Kurangnya dukungan dapat memperparah perasaan putus asa dan meningkatkan risiko munculnya pikiran tentang menyakiti diri sendiri atau bayi. Ibu remaja mungkin merasa tidak mampu atau tidak layak menjadi ibu.

⁷⁴ Yanti, E. M., & Fatmasari, B. D. (2023). *Buku psikologi kehamilan, persalinan, dan nifas*. Penerbit NEM.

Perasaan ini bisa menyebabkan mereka merasa putus asa atau takut bahwa mereka akan melakukan sesuatu yang salah atau berbahaya, baik secara tidak sengaja maupun disengaja. Ketakutan ini bisa berkembang menjadi pikiran untuk menyakiti diri sendiri atau bayi sebagai cara untuk "melarikan diri" dari tanggung jawab atau perasaan gagal.⁷⁵

Seperti yang dialami oleh ibu remaja AY, beliau mengungkapkan bahwa dirinya pernah mengalami ingin menyakiti anaknya. Beliau merasa bahwa dirinya tidak baik-baik saja. Beliau mengungkapkan bahwa pemicu munculnya perasaan dan pikiran tersebut disebabkan karena merasa sendiri dan kurangnya dukungan dan perhatian dari suami serta mertua yang terlalu ikut campur urusan rumah tangga anaknya. Ibu remaja AY mengungkapkan bahwa beliau pernah ingin mencelakai anaknya dengan cara ingin membuang anaknya ke lantai dasar rumahnya, tetapi hal tersebut tidak dilakukan oleh beliau dan akhirnya beliau menyiksa diri dengan mengurung diri dan tidak ingin menyentuh anak.

Gambaran *baby blues* yang dialami oleh ibu remaja di kampung duri kecamatan soreang jika dikaitkan dengan teori emosi James-Lange memberikan pandangan bahwa perasaan-perasaan yang dirasakan oleh ibu remaja yang mengalami *baby blues* yang disebabkan oleh gangguan emosi yang menimbulkan permasalahan seperti kesedihan, kecemasan, atau perasaan tidak berdaya hal ini disebabkan oleh perubahan fisiologis yang terjadi dalam tubuh. Perubahan fisiologis yang dimaksud adalah perubahan dalam diri seperti kelelahan fisik kemudian pengaruh pikiran. Menurut teori emosi james-lange, perubahan-perubahan fisiologis ini terjadi terlebih

⁷⁵ Br Barus, A. (2013). *Hubungan Antara Dukungan Suami Dengan Kecenderungan Baby Blues Pada Ibu Post Partum Di RSUP H. Adam Malik Medan* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).

dahulu sebagai respons terhadap situasi, dan barulah setelah itu otak menginterpretasikannya menjadi emosi, seperti takut, sedih, bahagia, atau marah.

2. Faktor Penyebab *Baby Blues* Yang Dialami Oleh Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan.

Ibu remaja yang mengalami *baby blues* pasca melahirkan dikarenakan beberapa hal seperti proses melahirkan yang berat, bayi yang rewel yang menyebabkan kurangnya istirahat ibu. Setelah melahirkan, tubuh ibu mengalami penurunan drastis kadar hormon estrogen dan progesteron. Penurunan hormon-hormon ini berpengaruh langsung terhadap suasana hati dan kestabilan emosional. Pada ibu remaja, sistem hormonal mereka masih dalam tahap perkembangan, sehingga penurunan hormon ini dapat menyebabkan fluktuasi suasana hati yang lebih signifikan dibandingkan dengan ibu dewasa.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap gambaran *baby blues* pada ibu usia remaja, peneliti dapat menganalisa bahwa ibu remaja yang masih mengalami pertumbuhan fisik dan psikologis lebih rentan terhadap perubahan hormonal. Kurangnya pemahaman tentang perubahan hormonal dapat memperburuk perasaan kebingungan dan stres, yang merupakan komponen utama dari *baby blues*. Ibu remaja sering kali belum mencapai kematangan psikologis yang diperlukan untuk menghadapi tanggung jawab menjadi orang tua. Hal ini dapat menyebabkan perasaan kewalahan, cemas, dan depresi setelah melahirkan. Ibu remaja biasanya memiliki pengalaman hidup yang lebih terbatas dibandingkan dengan ibu yang lebih tua. Kurangnya pengalaman dalam mengasuh anak dan mengelola stres dapat meningkatkan risiko mengalami *baby blues*.

Hal ini sesuai dengan Teori Kognitif Sosial Albert Bandura bahwa pengetahuan dan mengalami sukses menjalani peran dalam permasalahan yang terjadi dalam konteks sosial dengan interaksi dinamis dan timbal balik antara orang, lingkungan, dan perilaku. Dukungan sosial dari keluarga dan teman sangat penting dalam membantu ibu remaja menghadapi *baby blues*. Namun, banyak ibu remaja yang merasa kurang mendapatkan dukungan ini, terutama jika mereka mengalami stigma sosial terkait kehamilan di usia muda. Keterlibatan dan dukungan dari pasangan juga berperan penting dalam mengurangi risiko *baby blues*. Hubungan yang harmonis dengan pasangan dapat memberikan rasa aman dan nyaman, yang membantu ibu remaja mengelola stres pasca melahirkan. Ibu remaja sering kali menghadapi tuntutan dan harapan yang tinggi dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman, dan masyarakat.

Harapan yang tidak realistis ini dapat menyebabkan perasaan tidak kompeten dan gagal dalam menjalankan peran sebagai ibu. Serta stigma sosial terkait kehamilan di usia remaja dapat meningkatkan tekanan emosional dan memperburuk kondisi *baby blues*. Rasa malu atau takut dihakimi dapat membuat ibu remaja enggan mencari bantuan atau dukungan yang mereka butuhkan.

Faktor-faktor penyebab *baby blues* yang dialami oleh ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang dari hasil wawancara adalah sebagai berikut:

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kondisi emosional ibu remaja pasca melahirkan. Ketika dukungan sosial yang dibutuhkan tidak mencukupi, ibu remaja menjadi lebih rentan terhadap *baby blues*. Ibu remaja

yang tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari keluarga, teman, atau pasangan dapat merasa kesepian dan terisolasi. Perasaan bahwa mereka tidak memiliki tempat untuk berbagi pengalaman dan perasaan mereka setelah melahirkan dapat memperburuk kondisi emosional mereka, sehingga meningkatkan risiko *baby blues*.

Kadang-kadang, dukungan sosial yang diterima oleh ibu remaja tidak selalu positif. Misalnya, kritik atau tekanan dari keluarga atau masyarakat untuk memenuhi harapan tertentu sebagai ibu dapat menyebabkan stres tambahan. Ibu remaja yang merasa dihakimi atau dinilai tidak kompeten dalam perannya mungkin mengalami penurunan rasa percaya diri dan peningkatan kecemasan, yang berkontribusi pada *baby blues*.

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, peneliti menemukan terkait faktor penyebab *baby blues* yang dialami oleh ibu remaja dikarenakan kurangnya dukungan sosial baik itu dari pasangan, keluarga dan orang-orang sekitar. Dimana ibu remaja setelah melahirkan hal yang paling dibutuhkan adalah dukungan dan peran pasangan serta orang-orang sekitar, dan hal ini kurang didapatkan oleh ketiga ibu remaja dari hasil wawancara. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zulfa Nafidina tahun 2022 dengan judul “Efektivitas Edukasi *BoByBlu (Booklet Baby Blues)* Terhadap Kejadian *Baby Blues Syndrome* di PMB Bidan Ani, Amd. Keb. Kabupaten Sukoharjo. Dalam penelitian ini, didapatkan bahwa dukungan suami merupakan faktor yang dominan yang memengaruhi terjadinya *baby blues syndrome*. Hal ini dikarenakan seorang ibu nifas membutuhkan dukungan atau perhatian dari keluarga terdekat khususnya suami untuk membantu merawat bayi ataupun memberikan dukungan emosional

kepadanya. Semakin ibu tidak mendapat dukungan suami semakin besar resiko mengalami *baby blues syndrome*.⁷⁶

2. Persiapan untuk persalinan dan ibu

Menghadapi persalinan dan peran baru sebagai ibu merupakan tantangan besar bagi semua wanita, namun tantangan ini bisa terasa lebih berat bagi ibu remaja. Ibu remaja yang mengalami *baby blues* setelah melahirkan sering kali berada dalam situasi yang kompleks, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Persiapan mental dan emosional sangat penting dalam menghadapi persalinan dan peran sebagai ibu. Namun, ibu remaja sering kali belum mencapai kematangan emosional yang diperlukan untuk mengelola tekanan psikologis ini. Ketakutan akan proses persalinan, kekhawatiran tentang kemampuan mengasuh anak, serta perasaan tidak siap dapat menyebabkan stres yang berlebihan. Tanpa dukungan emosional yang memadai, ibu remaja lebih rentan mengalami *baby blues* setelah melahirkan. Persiapan pasca persalinan yang melibatkan perencanaan tentang bagaimana mengelola tanggung jawab sebagai ibu dan merawat diri sendiri sering kali terabaikan. Ibu remaja yang tidak memiliki rencana atau dukungan untuk mengelola peran baru mereka bisa merasa kewalahan setelah melahirkan, yang dapat memperburuk kondisi *baby blues*.

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, peneliti menemukan faktor yang mempengaruhi ibu remaja mengalami *baby blues* yaitu dari ketiga informan ibu remaja mengalami *baby blues* akibat ketidaksiapan dalam mempunyai anak yang dapat memicu ibu remaja mengalami stress, cemas berlebihan, sedih, emosi yang

⁷⁶ Zulfa "Efektivitas edukasi "bobyblu" (booket baby blues) di PMB bidan Ani, Amd.Keb. Kabupaten Sukoharjo" *Journal Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 2022.

tidak terkontrol, serta merasa perubahan dan tanggung jawab yang berat yang dihadapi secara drastis yang menyebabkan ibu remaja mengalami *baby blues*. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Firda Salsabila Khairunnisa dan Mirna Nur Alia Abdullah bahwa *baby blues syndrome* dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor kesiapan menjadi ibu, faktor usia, faktor dukungan sosial, faktor ekonomi, dan faktor pendidikan. Faktor yang paling berdampak terhadap terjadinya *baby blues syndrome* pada ibu muda karena ketidaksiapan mereka dalam menerima bayi dan menjadi seorang ibu. Saat mengalami *baby blues syndrome* partisipan mengalami kesepian karena tidak ada dukungan sosial dari suami dan keluarga terdekat. Hal ini mengakibatkan partisipan merasa stress, sedih, dan cemas.⁷⁷

3. Faktor Psikososial

Ibu remaja sering kali merasa terisolasi karena kurangnya dukungan dari keluarga, teman, atau pasangan. Kurangnya jaringan dukungan sosial ini dapat meningkatkan rasa kesepian dan stres, yang berkontribusi pada gejala *baby blues*. Ibu remaja mungkin belum sepenuhnya matang secara emosional untuk menghadapi tantangan menjadi seorang ibu. Perubahan hormonal yang drastis, ditambah dengan tanggung jawab baru, dapat membuat mereka merasa kewalahan dan kurang siap, memperparah kondisi *baby blues*. Hubungan yang tidak stabil dengan pasangan atau konflik dengan anggota keluarga, terutama jika mereka tidak menerima atau mendukung, dapat menambah tekanan emosional. Ini sering kali membuat ibu remaja merasa sendirian dalam menghadapi tantangan

⁷⁷ Peacock. Khairunnisa, F. S., & Abdullah, M. N. A. (2022). Dampak Pernikahan Dini Terhadap Potensi Baby Blues Syndrom Pada Ibu Muda Di Kabupaten Bandung. *Sosial Edukasi Jurnal Studi Masyarakat dan Pendidikan*.

pascapersalinan. Ibu remaja sering kali mengalami krisis identitas, di mana mereka harus menyesuaikan diri dengan peran baru sebagai ibu sementara mungkin masih berusaha memahami siapa diri mereka. Perubahan mendadak ini bisa menyebabkan kebingungan dan perasaan kehilangan, banyak ibu remaja yang mengalami keterbatasan finansial, yang menambah beban psikologis.

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, peneliti menemukan faktor yang menyebabkan ibu remaja yang mengalami *baby blues* itu adalah faktor psikososial dimana dipengaruhi oleh umur, latar belakang sosial, ekonomi dan lainnya yang dapat memicu *baby blues*, ketiga ibu remaja ini mengalami banyak perubahan yang sangat drastis, dari hasil wawancara ketiga ibu remaja mengungkapkan bahwa mempunyai anak diusia yang masi remaja merupakan hal yang sangat sulit dan sangatlah berat dan dengan kondisi ekonomi yang tidak stabil juga mempengaruhi kehidupan bagi ibu remaja. Hal ini sejalan sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh istiani nur chasanah bahwa Kehamilan dan persalinan pada remaja menjadi salah satu faktor pendukung terjadinya *postpartum blues (baby blues)*. Penyebab lain *postpartum blues* selain usia persalinan dibawah usia 20 tahun adalah kesiapan remaja dalam perubahan perannya sebagai ibu, antara lain: kesiapan fisik, mental, finansial dan sosial.⁷⁸

4. Stress Psikologis

Stres psikologis dalam *baby blues* pada ibu remaja merujuk pada tekanan mental dan emosional yang dirasakan sebagai akibat dari perubahan besar yang terjadi setelah melahirkan. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang

⁷⁸ I. N. Chasanah, K. Pratiwi, and S Martuti, 'Postpartum Blues Pada Persalinan Di Bawah Usia Dua Puluh Tahun. Jurnal Psikologi Undip, 15(2), 117-123.', *Jurnal Psikologi UNDIP*, 15.2 (2016), pp. 117–23.

berkaitan dengan perasaan, pikiran, dan keadaan mental ibu remaja. Menjadi ibu pada usia muda bisa terasa sangat membebani, terutama ketika harus menghadapi tanggung jawab besar dalam mengurus bayi. Banyak ibu remaja merasa kewalahan dengan tuntutan fisik dan emosional dari peran baru mereka.

Ibu remaja sering kali meragukan kemampuan mereka untuk merawat bayi, merasa tidak kompeten, atau khawatir tidak bisa memenuhi harapan sebagai seorang ibu. Ini bisa menimbulkan perasaan gagal atau tidak berharga. Perubahan hormon pascapersalinan sering menyebabkan perubahan mood yang drastis, termasuk perasaan sedih, cemas, atau mudah marah. Ibu remaja mungkin merasa bingung dengan perubahan suasana hati yang tiba-tiba dan intens ini. serta ibu remaja mungkin merasa terisolasi dari teman-teman sebayanya yang belum mengalami kehamilan atau menjadi ibu, yang bisa memperburuk perasaan kesepian dan isolasi.

Ibu remaja mungkin merasa bahwa masa depan mereka telah berubah drastis, mengorbankan impian atau rencana masa depan, yang menimbulkan perasaan kehilangan atau penyesalan. Perubahan drastis dalam kehidupan sehari-hari dan hilangnya kebebasan remaja bisa menimbulkan perasaan terperangkap atau kehilangan diri, yang memperparah stres psikologis.

Penyesalan atas keputusan ibu remaja mungkin merasa bersalah atau malu atas kehamilan mereka, terutama jika mereka merasa telah mengecewakan keluarga atau tidak memenuhi harapan sosial. Rasa bersalah terhadap anak jika mereka merasa tidak mampu memberikan yang terbaik untuk anak mereka, ibu remaja mungkin merasa bersalah atau takut bahwa mereka tidak bisa menjadi ibu yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, peneliti menemukan bahwa ketiga ibu remaja di kampung dari kecamatan soreang ini sering kali meragukan kemampuan dalam merawat bayi, merasa tidak kompeten, dan banyak khawatir tentang hal-hal yang belum pasti terjadi, ketiga ibu remaja ini mengaku bahwa mereka kehilangan masa mudanya dimana teman-teman seusianya masih sibuk mengejar mimpi dan Ketika ibu remaja ini mengakui bahwa ada perasaan iri dalam hati walaupun sulit untuk diungkapkan perasaan-perasaan seperti inilah yang sering membuat mereka merasa kurang percaya diri serta mereka juga masih sering merasa kehilangan momen-momen dimasa mudanya. Setelah mempunyai anak perubahan drastis yang ketiga ibu remaja ini rasakan mereka mengungkapkan bahwa perubahan hidup setelah mempunyai anak sangatlah besar serta tanggung jawab yang sangat besar. Ibu remaja juga sering mengalami kesulitan dalam mengontrol diri dan emosi bahkan tidak ingin menyentuh anak dan bahkan sampai ingin mencelakai anak.

Hal ini disebabkan karena ibu remaja merasa bahwa kurangnya dukungan dari pasangan serta hubungan dengan keluarga yang kurang harmonis sehingga menyebabkan perasaan-perasaan yang kurang enak. Ibu remaja sering merasa tidak dihargai, kecewa, sedih karena tidak mendapatkan dukungan, serta kehamilan yang tidak diinginkan.

Hal ini sesuai dengan Teori Kognitif Sosial Albert Bandura, memberikan pemahaman lebih dalam mengenai situasi ini. Menurut Bandura, perilaku individu dipengaruhi oleh interaksi antara faktor kognitif, lingkungan, dan perilaku itu sendiri. Dalam konteks ini, kurangnya dukungan dari pasangan dan keluarga menciptakan lingkungan yang tidak mendukung, yang pada gilirannya

memengaruhi cara ibu remaja berpikir dan merasakan tentang diri mereka sendiri.⁷⁹

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh firda salsabila khairunnisa dan mirna nur alia Abdullah bahwa kesiapan menjadi ibu merupakan hal terpenting dalam menerima bayi yang baru lahir. Jika tidak ada kesiapan menjadi seorang ibu maka akan menyebabkan tekanan psikis yang dirasakan oleh seorang ibu pasca melahirkan. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa semua partisipan tidak siap dalam menerima bayi dan menjadi seorang ibu di usia muda.⁸⁰ Hal ini pula sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh stiani Nur Chasanah dkk, yang menyatakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan *baby blues* adalah kehamilan yang tidak diinginkan. Suami memegang peranan penting dalam terjadinya *postpartum blues* dan diharapkan suami menyadari bahwa istri sangat membutuhkannya pada saat-saat tertentu dan suami diharapkan ada saat istri sangat membutuhkannya. Dukungan itu tidak hanya berupa dukungan material tetapi dukungan psikologis, penilaian, informasi, dan finansial sangat dibutuhkan oleh istri, jadi dukungan yang diberikan itu dikemas secara utuh sehingga istri merasa nyaman dan dapat persalinan dengan baik.⁸¹

Dari hasil ditemukan oleh peneliti bahwa faktor yang menyebabkan *baby blues* pada ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang

⁷⁹ Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An Agentive Perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.

⁸⁰ Firda Salsabila Khairunnisa and Mirna Nur Alia Abdullah, 'Dampak Pernikahan Dini Terhadap Potensi Baby Blues Syndrom Pada Ibu Muda Di Kabupaten Bandung', *SOSIO EDUKASI Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan*, 6.1 (2022), pp. 63–73, doi:10.29408/sosedu.v6i1.15101.

⁸¹ Chasanah, I. N., Pratiwi, K., & Martuti, S. (2016). Postpartum blues pada persalinan di bawah usia dua puluh tahun. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 117-123.

disebabkan oleh beberapa faktor antara lain dukungan sosial, persiapan persalinan, faktor psikososial, dan stress psikologis. Sesuai dengan teori sosial kognitif (SCT) yang dikembangkan oleh Albert Bandura, menekankan peran interaksi timbal balik antara faktor pribadi, perilaku, dan lingkungan dalam membentuk pengalaman emosional dan psikologis seseorang. Dalam konteks *baby blues* pada ibu usia remaja, teori menjelaskan bagaimana faktor lingkungan dan sosial, seperti dukungan keluarga, ekspektasi sosial, serta pengalaman peran sebagai ibu, berinteraksi dengan faktor kognitif individu dan memengaruhi emosi pasca melahirkan. Dapat memahami bahwa gejala emosional yang muncul bukan hanya hasil dari perubahan hormon atau Perubahan fisiologis pasca melahirkan, tetapi juga merupakan produk dari interaksi antara keyakinan diri, pembelajaran sosial, dan dukungan lingkungan. Menurut teori sosial kognitif, *baby blues* pada ibu remaja dipengaruhi oleh interaksi antara keyakinan diri, dukungan sosial, dan pembelajaran sosial. Dukungan lingkungan yang kuat dan peningkatan *self-efficacy* dapat membantu ibu remaja lebih baik mengelola emosi mereka dan mengurangi risiko *baby blues*. Penangan yang berfokus pada penguatan *self-efficacy* (keyakinan diri) dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bisa menjadi solusi efektif dalam membantu ibu remaja melewati masa pasca melahirkan dengan lebih baik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah di uraikan dalam skripsi yang membahas mengenai gambaran *baby blues* pada ibu usia remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran *baby blues* pada ibu usia remaja pasca melahirkan. Perubahan yang dialami tidak hanya bersifat fisik dengan adanya dampak besar dari permasalahan hidup yang dihadapinya. Gambaran *baby blues* yang dialami oleh ibu remaja pasca melahirkan di kampung duri kecamatan soreang, bahwa gejala yang dialami yaitu emosi yang sulit dikontrol, stress dan kesedihan yang berlebihan tanpa sebab, mudah kesal, gampang tersinggung dan tidak sabaran, depresi, Kewalahan dengan tanggung jawab baru sebagai seorang ibu. Perasaan tidak siap, kekhawatiran tentang masa depan, dan tekanan dari lingkungan sekitar yang dapat meningkatkan stres dan kelelahan. Cemas, merasa bersalah dan tidak berharga, menjadi tidak tertarik dengan anak serta timbul perasaan ingin menyakiti anak.
2. Faktor penyebab *baby blues* yang dialami oleh ibu usia remaja pasca melahirkan yaitu kurangnya *support system* atau dukungan sosial meliputi keluarga, pasangan, dan teman sehingga dapat memperburuk kondisi emosional pada ibu remaja, salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap penyebab *baby blues* pada ibu remaja yaitu kurangnya dukungan pasangan dan orang tua dikarenakan ibu remaja masi sulit mengontrol emosi, dengan adanya dukungan dan *support system* dari orang tua, pasangan dan teman dapat membantu ibu remaja dalam menyesuaikan

peran menjadi ibu baru. Yang kedua ada faktor persiapan untuk persalinan dan ibu, faktor psikososial, dan stress psikologis serta minimnya pengetahuan menjadi ibu.

B. Saran

Sehubung dengan pembahasan masalah skripsi ini maka untuk mengoptimalkan penulis dapat mengajukan saran-saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan demi tercapainya proses pembelajaran yang efektif. Adapun saran-saran yang dapat penulis sampaikan melalui hasil penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagi ibu usia remaja diharapkan ibu usia remaja yang baru melahirkan lebih proaktif dalam mencari informasi tentang *baby blues* dan berani mencari bantuan kepada ahli baik itu psikolog dan konselor serta bercerita kepada orang terdekat apabila mengalami gejala-gejala *baby blues*. Keterbukaan terhadap pasangan dan keluarga mengenai kondisi emosional sangat penting untuk mempercepat pemulihan.
2. Bagi keluarga dan lingkungan sekitar dukungan keluarga, khususnya pasangan dan orang tua, sangat dibutuhkan oleh ibu remaja pasca melahirkan. Edukasi keluarga tentang tanda-tanda *baby blues* dapat membantu mereka memberikan bantuan yang lebih efektif dan mendukung kesehatan mental ibu. Serta pentingnya peran dan dukungan pasangan dan keluarga untuk ibu pasca melahirkan dalam menjalani hari-hari sebagai ibu baru.
3. Bagi pemerintah perlu diadakan program sosialisasi mengenai edukasi-edukasi mengenai dampak dari pernikahan dini serta perubahan-perubahan terutama perubahan fisik dan emosional selama dan setelah kehamilan,

khususnya bagi ibu remaja. Program ini bisa melibatkan konselor dan psikolog.

4. Bagi bimbingan dan konseling islam, membuat program pencegahan *baby blues* dan penanganan *baby blues* terutama dikalangan ibu remaja.
5. Bagi peneliti selanjutnya meneliti dengan metode penelitian yang bisa memberikan perlakuan atau program yang bisa mencegah *baby blues* atau menangani *baby blues* seperti kelompok dukungan atau bimbingan kelompok.



DAFTAR PUSTAKA

Al-Qur'an Al-Karim

- Amalyah, Marzyda. *Hypno-Birthing: Hadiah Cinta Dari Langit*. Gramedia Pustaka Utama, 2014.
- Amaliah, Ade, and Rita Destiwati, 'Komunikasi Antarpribadi Suami Dan Istri Yang Mengalami Baby Blues Syndrome Pasca Melahirkan', *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 17.4 (2023).
- Annisa Pir Laily Pazriani, Murtilita, and Uray Fretty Hayati, 'Pengalaman Ibu Yang Mengalami Baby Blues : Literature Review', *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 3.1 (2021).
- Anindawati, Zaini, 'Sikap Pengasuhan Pada Ibu Usia Remaja : Literatur Review Literatur Review', 2020
- Badan Pusat Statistik, 'Pencegahan Perkawinan Anak Percepatan Yang Tidak Bisa Ditunda', *Badan Pusat Statistik*, 2020.
- Br Barus, A. (2013). *Hubungan Antara Dukungan Suami Dengan Kecenderungan Baby Blues Pada Ibu Post Partum Di RSUP H. Adam Malik Medan* (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Chasanah, I. N., K. Pratiwi, and S Martuti, 'Postpartum Blues Pada Persalinan Di Bawah Usia Dua Puluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 117-123.', *Jurnal Psikologi UNDIP*, 15.2 (2016), pp. 117–23
- Christine W Sandroto, 'Wawancara Sebagai Salah Satu Alat Seleksi', *Bina Ekonomi*, 3.2 (1999), pp. 16–21
- Cindy Ika Restyana and Ferilia Adiести, 'Kejadian Baby Blues Pada Ibu Primipara Di RSUD Bangil Pasuruan', *Hospital Majapahit*, 6.2 (2014), pp. 32–42 *journal.stikesmajapahit*.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan terjemahan*, (Jakarta: CV. Toha putra semarang, 1989
- D. A, Fatmawati, (2015). Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Postpartum Blues. 5(2),
- Ellsworth, Phoebe C. 1994. William James and Emotion: *Is a Century of Fame Worth a Century of Misunderstanding?*. *Psychological Review*. Vol. 101(2):222 - 229.
- Erlysita Lammarisi, dkk, *Buku Pintar Hamil Sehat Melahirkan Normal*, (Yogyakarta: Oxygen Media Ilmu, 2019), h. 206.
- Erlysita Lammarisi, dkk, *Buku Pintar Hamil Sehat Melahirkan Normal*, (Yogyakarta: Oxygen Media Ilmu, 2019), h. 26.
- Fatmawati, Diah Ayu, 'Faktor Resiko Yang Berpengaruh Terhadap Postpartum Blues', *EduHealth*, 5.2 (2015), pp. 82–93

- Filaili, Noer, Restuning Widiasih, and Hendrawati Hendrawati, 'Gambaran Resiko Depresi Postpartum Ada Ibu Usia Remaja Di Puskesmas Wilayah Garut', *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 20.2 (2020), p. 269, doi:10.36465/jkbth.v20i2.618
- Firmansyah, Deri, and Dadang Saepuloh, 'Social Learning Theory: Cognitive and Behavioral Approaches', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1.3 (2022), pp. 297–324
- Hapsari, Saskia Dyah, and Yana - Indawati, 'Pertanggungjawaban Hukum Bagi Ibu Pengidap Baby Blues Syndrome Sebagai Pelaku Tindak Pidana Penganiayaan Terhadap Anak Kandungnya', *Yustisia Tirtayasa: Jurnal Tugas Akhir*, 2.1 (2022), p. 1, doi:10.51825/yta.v2i1.14123
- Hasanah, Uswatun, and Avin Fadhila Helmi, 'Peran Online Support Group Pada Ibu Pasca Melahirkan Anak Pertama', *Jurnal EMPATI*, 12.1 (2023), pp. 38–51, doi:10.14710/empati.2023.30318
- Hasdianah hasan Rohan and Sandu Siyoto, *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*, 2019.
- HM, Ely Manizar, 'Mengelola Kecerdasan Emosi', *Tadbir*, II.2 (2016), pp. 1–16
- Huda, Ade Nailul, 'Syndrom Baby Blues: Kesan Dan Penanganan Dalam Al-Qur'an', *MISYKAT: Jurnal Ilmu-Ilmu Al-Quran, Hadist, Syari'ah Dan Tarbiyah*, 4.2 (2019), p. 1, doi:10.33511/misykat.v4n2.1-22
- Hidayat, Taufik, and U. M. Purwokerto. (2019), Pembahasan studi kasus sebagai bagian metodologi penelitian. *Jurnal Study Kasus* 3.
- Husnaini, Rovi, 'Hadis Mengendalikan Amarah Dalam Perspektif Psikologi', *Diroyah: Jurnal Ilmu Hadis*, 4.1 (2019), pp. 79–88
- Imam Gunawan, 2016 metode penelitian kualitatif, (Bumi aksara).
- Irma, Mifta, Mei Liani, Dini Kurniawati, Lantin Sulistyorini, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember, and others, 'Gambaran Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Remaja', *Journal Pustaka Kesehatan*, 10.1 (2022), p. 52
- Istiani Nur Chasanah, (2016), Postpartum Blues pada Persalinan dibawah Usia Dua Puluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip* 15.2.
- Kaplan dan Sadock, 1997
- Khairunnisa, Firda Salsabila, and Mirna Nur Alia Abdullah, 'Dampak Pernikahan Dini Terhadap Potensi Baby Blues Syndrom Pada Ibu Muda Di Kabupaten Bandung', *SOSIO EDUKASI Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan*, 6.1 (2022), pp. 63–73, doi:10.29408/sosedu.v6i1.15101
- Kuliah, Mata, 'HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SUAMI DENGAN KECENDERUNGAN BABY BLUES PADA FFIU POSTPARTUM DI RSUP H. ADAM MALIK MEDAN', 024, 2017, pp. 30–31
- Kurniasari, Devi, and Yetti Amir Astuti, 'Hubungan Antara Karakteristik Ibu, Kondisi Bayi Dan Dukungan Sosial Suami Dengan Postpartum Blues Pada Ibu Dengan Persalinan SC Di Rumah Sakit Umum Ahmad Yani Metro Tahun

2014', *Jurnal Kesehatan Holistik*, 9.3 (2015), pp. 115–25

- Lina Wahyuni, 2017, Analisis Faktor-Faktor Penyebab terjadinya Baby Blues Syndrome pada Ibu Nifas, (Skripsi: Sarjana Keperawatan).
- Lawrence A. Pervin, Daniel Cervone, Oliver P. John. Buku psikologi kepribadian (teori & penelitian) edisi kesembilan, Prenada Media Group, 2010, h433.
- James, William. 1884. What is an Emotion?. *Oxford Journals*. Vol:9 (34): 188 - 205
- Levenson, R. W. (1994). "Theories of Emotion: A Historical Perspective". In *Handbook of Emotions* (pp. 3-20). New York: Guilford Press
- Machmudah. (2015). Gangguan Psikologis pada Ibu Postpartum, postpartum blues.
- Marmer, L. W. (2016). *Persepsi terhadap Dukungan Suami pada Primipara yang Mengalami Depresi Pasca Melahirkan (Postpartum Depression)* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- MERDIANTI, D. (2024), *Father Terhadap, Baby Blues, and D I TpmB, 'Hubungan Faktor Pendukung (Eksternal & Internal) Dan Peran Ayah Sebagai Breastfeeding Father Terhadap Baby Blues Di TpmB Nimas y.a Bekasi Tahun 2023'*.
- Mubin, Muhammad Nurul, Bintang Muhammad Nur Ikhasan, and Khamim Zarkasi Putro, 'Pendekatan Kognitif-Sosial Perspektif Albert Bandura Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam', *Edureligia*, 05.01 (2021), pp. 92–103
- Nadhiroh, Yahdinil, Firda, 'Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis Tentang Psikologi Manusia)', *Jurnal Saintifika Islamica*, 2.1 (2017), pp. 53–63
- Namirah, 2020, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Baby Blues Syndrome pada Ibu Nifas", (Skripsi: Sarjana Pendidikan Dokter,).
- Ni Made Ari Febriyanti, 2021, The Relationship of Mother Characteristics and Husband Support with the Risk of Postpartum Blues in Postpartum Mothers, 9. 2.
- Oktiriani, Isni, 'Perilaku Baby Blues Syndrome Pada Ibu Pasca Melahirkan Di Kelurahan Sekaran, Kecamatan Gunung Pati', 2017
- Pieter, H.Z. & Lubis, N.L. 2010. Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan. Jakarta: Kencana.
- Puspa Tri Rahayu, 2017, "Pengalaman Baby Blues Syndrom pada Ibu Postpartum di WilAgustin, Eva Resinta, 'Gambaran Kejadian Postpartum Blues Pada Ibu Postpartum Remaja Di Kecamatan Wates Kulon Progo', *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1 (2015)
- Putri, A. V. J., & Pangestuti, R. (2024). *Dinamika Depresi Pospartum Pada Ibu Pasca Melahirkan* (Doctoral dissertation, UIN Surakarta).
- Paila, Ayustiananda, 'Fenomena Pernikahan Dini Dalam Membina Pendidikan Islam

- Anak Warga Wakal Kecamatan Leihitu Kabupaten Maluku Tengah', *Kuttab: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 3.2 (2022), p. 126, doi:10.33477/kjim.v3i2.2588
- Pazriani, Annisa Pir Laily, Murtilita, and Uray Fretty Hayati, 'Pengalaman Ibu Yang Mengalami Baby Blues : Literature Review', *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, 3.1 (2021), pp. 1–12
<<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/KNJ/article/download/47459/pdf>>
- Peacock, Edward, 'DAMPAK PERNIKAHAN DINI TERHADAP POTENSI BABY BLUES SYNDROM PADA IBU MUDA DI KABUPATEN BANDUNG Firda', *Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan*, s6-VIII (2022)
- Puspawardani. I. (2011). Mengenal baby blues syndrome dan solusinya. Kompasiana Persalinan, Dengan, Normal Dan, and Sectio Caesarea, '1 , 2 , 3', 2012, pp. 1–10
- Restyana, Cindy Ika, and Ferilia Adiести, 'Kejadian Baby Blues Pada Ibu Primipara Di RSUD Bangil Pasuruan', *Hospital Majapahit*, 6.2 (2014), pp. 32–42
- Rohan, hasdianah hasan, and Sandu Siyoto, *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*, 2013
- Saleha, Siti, and Zulfa Hanum, 'Pengalaman Ibu Nifas Tentang Personal Hygiene Dan Adap Menyusui Dalam Perspektif Islami Postpartum Period Experience about Personal Hygiene and Adaptation to Breastfeeding in an Islamic Perspective', *Jurnal*, 8.2 (2022), pp. 1106–13
- Suryani, Danik, and Wahid Abdul Kudus, 'Fenomena Menikah Muda Dikalangan Remaja Perempuan Di Kelurahan Pipitan', *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora*, 13.2 (2022), p. 260, doi:10.26418/j-psh.v13i2.54437
- Tamalla, Nur Putri, and Muhammad Azinar, 'Literasi Kesehatan Terhadap Perilaku Perawatan Kehamilan Usia Remaja', *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 6.1 (2022), pp. 47–53
- Terhadap, Father, Baby Blues, and D I TpmB, 'Hubungan Faktor Pendukung (Eksternal & Internal) Dan Peran Ayah Sebagai Breastfeeding Father Terhadap Baby Blues Di TpmB Nimas y.a Bekasi Tahun 2023', 2024
- Umah, habibah nurul, 'Fenomena Pernikahan Dini Di Indonesia Perspektif Hukum-Keluarga-Islam', *Jurnal Al Wasith: Jurnal Studi Hukum Islam*, 5.2 (2020), pp. 107–25
- Wahyuni, Alfina Sri, Terapi Hidroponik, Sebagai Upaya, Pencegahan Syndrome, and Baby Blues, 'TERAPI HIDROPONIK SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN SYNDROME BABY BLUES PADA IBU HAMIL MUDA SKRIPSI Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Universitas Medan Area OLEH : ALFINA SRI WAHYUNI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS', 2022
- Wahyuni, Ni Wayan Eka, Ni Komang Yuni Rahyani, and Asep Arifin Senjaya, 'Karakteristik Ibu Postpartum Dengan Baby Blues Syndrome', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 11.1 (2023), pp. 114–20,
- Yanti, E. M., & Fatmasari, B. D. (2023). *Buku psikologi kehamilan, persalinan, dan nifas*. Penerbit NEM.

Zulfa, 'Efektivitas Edukasi "Bobyblu" (Booket Baby Blues) Di PMB Bidan Ani, Amd.Keb. Kabupaten Sukoharjo', *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 2022



Wawancara

EV, ibu remaja. Wawancara di Kampung Duri Kecamatan Soreang, 29 Agustus dan 10 September 2024.

AY, ibu remaja. Wawancara di Kampung Duri Kecamatan Soreang, 30 Agustus dan 11 September 2024.

NY, ibu remaja. Wawancara di Kampung Duri Kecamatan Soreang, 12 September 2024.



LAMPIRAN



	KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH Jl. Amal Bakti No. 8 Soreang 91131 Telp. (0421) 21307
	VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN

NAMA MAHASISWA : NURFAJRIAH PAISAL
 NIM : 2020203870232051
 FAKULTAS : USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH
 PRODI : BIMBINGAN KONSELING ISLAM
 JUDUL : GAMBARAN *BABY BLUES* PADA IBU USIA
 REMAJA PASCA MELAHIRKAN DI KAMPUNG
 DURI KECAMATAN SOREANG

PEDOMAN WAWANCARA

- D. Daftar pertanyaan kepada ibu usia remaja yang mengalami baby blues
- 1) Apakah ada perubahan yang terjadi pada diri anda setelah mempunyai anak?
 - 2) Perubahan seperti apa yang anda rasakan setelah mempunya anak?
 - 3) Permasalah seperti apa yang anda alami selama hamil dan melahirkan?
 - 4) Menurut ibu setelah melahirkan dan mempunyai anak di usia anda yang masi remaja membuat anda merasa berat dan merasa terbebani dalam mengurus bayi dan menjalani hidup?
 - 5) Apakah anda merasa sulit mengontrol diri dan emosi setelah melahirkan?
 - 6) Apakah anda lelah dalam mengurus anak yang dimana teman-teman seusia anda menikmati masa mudanya?
 - 7) Apakah anda merasa cemas jika anak anda mengalami kondisi terus-terusan menangis?

- 8) Apakah anda merasa waktu masa muda anda terbuang demi mengurus buah hati?
- 9) Apakah saat menyusui anak anda mengucapkan basmalah?
- 10) Apakah anda sering mengamalkan doa-doa saat menyusui anak anda?
- 11) Apakah anda pernah merasa tidak tertarik ingin menyentuh anak?
- 12) Apakah anda bahagia dengan kehadiran anak diusia remaja saat ini?
- 13) Bagaimana cara anda mengontrol perasaan saat anda merasa sedih, emosi, marah, dengan keadaan saat ini di saat teman-teman seumuran anda masi sibuk mengejar mimpi?
- 14) Sejauh ini apakah anda sudah menerima keadaan yang terjadi di kehidupan anda?

E. Karakteristik *Baby Blues*

- 1) Apakah suami anda langsung membantu menenangkan anak saat menangis?
- 2) Menurut anda apakah peran suami pasca melahirkan sangat di butuhkan?
- 3) Bagaimana respon orang tua serta keluarga anda setelah mengetahui anda hamil?
- 4) Apakah orang disekitar anda memberikan perhatian kepada anda saat hamil dan setelah anda melahirkan?
- 5) Apakah setelah melahirkan anda tinggal bersama orang tua atau mertua?
- 6) Apakah orang tua, mertua, dan saudara anda ikut serta memberikan motivasi serta bantuan kepada anda dalam mengurus bayi?
- 7) Apakah keluarga memberikan saran kepada anda untuk menyusui anak secara eksklusif hanya ASI?
- 8) Apakah suami memberikan perhatian dan dukungan kepada anda pasca melahirkan?
- 9) Apakah keluarga dan suami ikut serta membantu dalam mengurus anak?
- 10) Apakah keluarga memberikan pujian kepada anda dan anak apabila bertemu?
- 11) Apakah suami anda meluangkan waktu untuk mendengar keluhan anda?

- 12) Bagaimana menurut anda peran keluarga dan suami setelah anda melahirkan?
- 13) Apakah suami langsung menghibur saat anda kelelahan dan sedih dalam mengurus anak?
- 14) Apakah orang tua peduli dengan kondisi anda pasca melahirkan?
- 15) Siapa orang yang anda tempati untuk bercerita ketika anda mempunyai permasalahan?
- 16) Apakah ketika anda mengalami masalah apakah anda akan mencurahkan ke media sosial?
- 17) Bagaimana respon orang-orang yang anda tempati cerita?
- 18) Apakah anda sering mendapatkan dukungan dari orang terdekat anda?
- 19) Apakah anda merasa puas ketika curhat ke orang terdekat anda atau anda lebih merasa puas ketika curhat di media sosial?

Parepare, 24 Mei 2024

Mengetahui,

Emilia Mustary, M.Psi.

Ulfah, M.Pd.

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Amal Bakti No. 8 Soreang, Kota Parepare 91132 Telpox (0421) 21307, Fax. (0421) 24404
 PO Box 909 Parepare 91100 website: www.iainpare.ac.id, email: mail@iainpare.ac.id

Nomor: B-1832/In.39/FUAD.03/PP.00.9/09/2023

5 September 2023

Hai : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi

Kepada Yth. Bapak/Ibu:

1. Emilia Mustary, M.Psi.
2. Ulfah, M.Pd.

Di-
Tempat

Assalamualaikum, Wr.Wb.

Dengan hormat, menindaklanjuti penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare dibawah ini:

N a m a	:	NURFAJRIAH PAISAL
NIM	:	2020203870232051
Program Studi	:	Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi	:	GAMBARAN BABY BLUS PADA IBU USIA REMAJA PASCA MELAHIRKAN

Bersama ini kami menetapkan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing skripsi pada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian Surat Penetapan ini disampaikan untuk dapat dilaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab. Kepada bapak/ibu di ucapkan terima kasih

Wassalamu Alaikum Wr.Wb





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Alamat : Jl. Amal Bakti No. 8, Soreang, Kota Parepare 91132 ☎ (0421) 21307 📠 (0421) 24404
PO Box 909 Parepare 9110, website : www.iainpare.ac.id email: mail.iainpare.ac.id

Nomor : B-3107/ln.39/FUAD.03/PP.00.9/08/2024

26 Agustus 2024

Sifat : Biasa

Lampiran : -

H a l : Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian

Yth. Walikota Parepare

Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Parepare
di

KOTA PAREPARE

Assalamu Alaikum Wr. Wb.

Dengan ini disampaikan bahwa mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Parepare :

Nama	: NURFAJRIAH PAISAL
Tempat/Tgl. Lahir	: PAREPARE, 14 Oktober 2002
NIM	: 2020203870232051
Fakultas / Program Studi	: Ushuluddin, Adab dan Dakwah / Bimbingan Konseling Islam
Semester	: IX (Sembilan)
Alamat	: JL.KAMPUNG DURI HARAPAN JAYA NO.25 KELURAHAN BUKIT HARAPAN KECAMATAN SOREANG KOTA PAREPARE

Bermaksud akan mengadakan penelitian di wilayah Walikota Parepare dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul :

GAMBARAN BABY BLUES PADA IBU USIA REMAJA PASCA MELAHIRKAN DI KAMPUNG DURI KECAMATAN SOREANG

Pelaksanaan penelitian ini direncanakan pada tanggal 26 Agustus 2024 sampai dengan tanggal 26 September 2024.

Demikian permohonan ini disampaikan atas perkenaan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Wr. Wb.

Dekan,



Dr. A. Nurkidam, M.Hum.
NIP 196412311992031045

Tembusan :

1. Rektor IAIN Parepare

SRN IP0000682



PEMERINTAH KOTA PAREPARE
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jl. Bandar Madani No. 1 Telp (0421) 23594 Faximile (0421) 27719 Kode Pos 91111, Email : dpmptsp@pareparekota.go.id

REKOMENDASI PENELITIAN
Nomor : 682/IP/DPM-PTSP/8/2024

Dasar : 1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan, dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi.
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
3. Peraturan Walikota Parepare No. 23 Tahun 2022 Tentang Pendelegasian Wewenang Pelayanan Perizinan dan Non Perizinan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.

Setelah memperhatikan hal tersebut, maka Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu :

MENGIZINKAN

KEPADA
NAMA : **NURFAJRIAH PAISAL**

UNIVERSITAS/ LEMBAGA : **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**
Jurusan : **BIMBINGAN KONSELING ISLAM**

ALAMAT : **JL. KAMPUNG DURI HARAPAN JAYA PAREPARE**

UNTUK : melaksanakan Penelitian/wawancara dalam Kota Parepare dengan keterangan sebagai berikut :

JUDUL PENELITIAN : **GAMBARAN BABY BLUES PADA IBU USIA REMAJA PASCA MELAHIRKAN DI KAMPUNG DURI KECAMATAN SOREANG**

LOKASI PENELITIAN : **KECAMATAN SOREANG KOTA PAREPARE (JL. KAMPUNG DURI SOREANG KOTA PAREPARE)**

LAMA PENELITIAN : **29 Agustus 2024 s.d 29 September 2024**

a. Rekomendasi Penelitian berlaku selama penelitian berlangsung
b. Rekomendasi ini dapat dicabut apabila terbukti melakukan pelanggaran sesuai ketentuan perundang - undangan

Dikeluarkan di: Parepare
Pada Tanggal : 03 September 2024



**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KOTA PAREPARE**

Hj. ST. RAHMAH AMIR, ST, MM
Pembina Tk. 1 (IV/b)
NIP. 19741013 200604 2 019

Biaya : Rp. 0.00

- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1
- Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan **Sertifikat Elektronik** yang diterbitkan **BSvE**
- Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan terdaftar di database **DPMPTSP Kota Parepare** (scan QRCode)



Bala
Sertifikasi
Elektronik



HASIL WAWANCARA

Narasumber 1

Nama : EV

Alamat : Jl. Laupe kampung duri kecamatan soreang

Pekerjaan : IRT

Umur : 18 tahun

Umur anak : 5 bulan

Tanggal : 3 juli 2024

Waktu : 16.20 WITA

Tempat : Rumah subjek

Problem : Hamil diluar nikah dan ditinggal suami 1bulan pernikahan

Kondisi keluarga : Kurang mampu

Tempat tinggal : Tinggal Bersama orang tua

Pendidikan terakhir : SMA

VERBATIM

No.	Peneliti/Subjek	Percakapan	Koding
1.	P	Assalamualaikum kak	Opening
	S	Walaikumsalam masuk ki,	
	P	Iyee...jadi begini kak saya Nurfajriah paisal mahasiswa bimbingan konseling islam di IAIN Parepare. Mohon maaf mengganggu waktunya kak EV. Saya berkunjung kesini akan melakukan penelitian untuk kebutuhan dan perlengkapan data skripsi saya. Apakah kak EV bersedia saya wawancarai?	Perkenalan dan penyampaian maksud dan tujuan
	S	Tentang apa?	

5.	P	Tentang bagaimana kita rasa selama hamil dan melahirkan	Persetujuan dalam pengambilan data
	S	Ohiyee bisa ji	
	P	Iye, apapun yang kita sampaikan nantinya tidak ada ji yang tau selain saya sama kita	
	S	Ohiyeee ok mi	
	P	Hehe iyee kak jadi semula mi kak dih, tidak papaji ga kalau kurekam suara ki? Kalau ini rekaman suara ta saya ji bisa dengar i kak jadi aman dan nama ta juga inisial ji jadi aman	
10.	S	Ohiyeee	
	S	Iya siap mka, harus ga Panjang Panjang jawabannya?	
	P	Bisa ungkapkan saja yang kita rasakan jangan meki takut saya ji tau i hehe	
	S	Ok tapi tidak papaji to?	
	P	Iye tidak papaji, saya mulaimi nah	
15.	P	Apakah ada perubahan yang terjadi pada diri ta setelah mempunyai anak?	
	S	Iya berubah diriku sekarang ee sudah ku punya anak berubah sekali ka	
	P	Perubahan seperti apa?	
	S	Tidak seperti meka dulu ee badanku makin kurus berat badanku turun drastis sekali kurus sekali meka kurasa terus tidak seurusmi juga diriku madoko ka begini karena najinnaka pikiran sama banyak sekali bebanku serasa. dulunya seringka pergi bergaul sama teman-temanku disini sekarang dirumah terus meka fokus ka sama anakku ee itu mi kalau soal bilang mau dihh rawat anak	

- Perubahan yang terjadi selama mempunyai anak dan lebih fokus ke anak.
- Emosi karena kelelahan dan kurang mampu mengatasi kerewelan anak.

		begitu mi naik emosi ki kalau rewel mi tidak tau apa maunya capek ki apa resiko ada mi anak ta itu jarang sekali meka keluar rumah bergaul tidak kaya dulu waktu masi belum ada anak ku, kalau sekarang palingan diluar jeka sebentar.	
	P	Jadi tidak perna mi bergaul sama teman-teman ta? Jadi dirumah terus?	
20.	S	Iya dirumah terus jeka itupi keluarka kalau pergika antar mamaku sama kalau disuru ka ituji.	
	P	Selalu ki ga emosi kalau rewel mi anak ta atau menangis terus mi?	
	S	Iya asli emosiku biasa kalau jengkel sekali meka kucubit pelan-pelanji	Bentuk pelampiasan emosi dengan mencubit pelan anak
	P	Kalau emosiki begitu ta sebentar ji atau kalau berenti mi menangis berenti to meki marah-marah?	
	S	Biasa itu to uhh makereng kereng ka tidak bisaka kurasa berenti emosi kalau takkala emosi sekali meka liat i apalagi uhh banyak tommy seewai bukan saja anakku sejaga itu juga adek-adekku karena kalau pergimi mamaku kerja saya mi anu i kadang itu kalau emosi sekali meka nabiar diam mi tetapka masi marah kaya mauka banting semua itu apa-apa didepanku	Kesulitan emosi mengontrol
25.	P	Adakah perubahan lain yang dirasakan seperti yang dulunya bebas melakukan sesuatu dan sekarang merasa terbatas melakukan sesuatu?	
	S	Kalau masalah terbatas atau	Fokus keanak aktivitas

		terkurung tidak ji tapi kan eee adami anakta to jadi tidak bebas meki jadi itumi harus dijaga, diurus haruska fokus sama dia.	full untuk anak.
	P	Permasalahan seperti apa yang dialami selama hamil dan melahirkan?	
	S	Itu waktunya setau bilang hamilka stress sekaligus kaya mauka mati, tidak setaumi jalan fikiran ku, kaya mauka mati dan hidup dalam fikiranku to eeee pokoknya stress sekali ka menangis terus ka, tapi mama ku to selalu kasi kuat ka bilang bilang kuat ko sabar ko eeee begini mi takdirmu eee jangan meko bilang mau begini sabar ko saja kasi tenang dirimu jangan ko banyak fikiran apa kalua stress ki to eee kandungan ta juga jadi anu juga lemah didalam.	Stress saat mengetahui dirinya hamil dan sulit mengontrol fikiran.
	P	Tidak mutanya i ga bilang hamil ki itu bapaknya anak ta?	
30.	S	Selalu ka dulu chat i karena dulu to pas setau diriku hamil pas juga pergi morowali pergi kerja dan setanyami bilang begini ka to tapi begitu tidak ada responnya seandainya bilang bagus i mungkin natnya mka bilang eh ini uang mubelikan susu ibu hamil ini mubelikan anu ee tapi ini tidak ada.	
	P	Astaga iya ga, sabar nah	
	P	Tapi menurut ta selama melahirkan dan mempunyai anak di usia remaja merasa terbebani dalam mengurus anak dan menjalani hidup?	
	S	Kalau persoalan ini kalau merasa	• perasaan terbebani

		terbebani yahh begitumi juga sabar mami jalaninya terima semuanya begini mi takdirku lama kelaman terbiasa mka walaupun sulit sekali ka jalani hidup tapi ada terus ji mamaku selalu tanya ka sabar ko nak jalani mi saja kuat-kuat ko, jujur berat sekali kurasa maluka juga apalagi dulu waktu setau diriku hamil dan natau juga orang to hancur sekali ka kaya mauka kurasa mati saja eee mungkin ini mi takdirku ku jalani saja	• usaha untuk sabar. • penyesuaian diri. • dukungan keluarga. • beban emosional. • perasaan hancur • penerimaan takdir. • mencerminkan berbagai aspek dari pengalaman.
	P	Apakah sulit mengontrol diri dan emosi setelah melahirkan?	
35.	S	Kalau mengontrol diri waktu kutau hamil ka susah sekali ka kontrol diriku dan waktu melahirkan ka juga disitu mi susah sekaligus karena banyak sekali perubahan yang terjadi sama diriku dan sadarka ada betulan mi anak yang tidak perna kusangka sangka akan ada diwaktu belumpa bisa jadi mama begitu jadi kaya bagaimana dihh stress sekaligus kurasa tidak setau mau bagaimana baru tidak ada juga suamikuu jadi aihh pokoknya pusingka tidak mauka apa liat anakku dan kalau emosi kaya masi biasaka tidak bisa kontrol emosiku masi biasaka waktu sudahka melahirkan masi biasaka menangis selaluka sedih kaya belum peka bisa terima kalau begini hidupku capek sekali ka kaya mauka mati kurasa saja tapi ku fikir ada anak kecil yang tidak ada salahnya.	• kesulitan dalam mengontrol diri selama kehamilan dan persalinan. • perubahan yang dirasakan. • stres dan kesulitan menyesuaikan diri dengan peran sebagai ibu. • kurangnya dukungan suami. • kesulitan mengontrol emosi. • perasaan sedih dan putus asa. • serta upaya untuk menemukan motivasi melalui anak.
	P	Jadi waktu sudahki melahirkan	

		siapa mi yang bantuki?	
	S	Mamaku ji bantuka	
	P	Apa mami yang kita lakukan pas ta sudah melahirkan dalam kondisi ta yang begitu?	
	S	Diam-diam terus jika itupi dikasi dekatka sama anakku kalau lapar i	
40.	P	Berapa lama ki begitu?	
	S	Lumayan lama ka begitu sampai-sampai anakku dikasi masuk rumah sakit dulu	
	P	Berapa lama kira-kira ada sebulan?	
	S	Lebih keknya satu bulan kaya lama ka kurasa begitu tidak setau kenapa ka begitu dulu hahaha	
	P	Jadi kalau sedihki atau marahki apa mi yang kita lakukan?	
45.	S	Kalau sedihka menangis ka dikamar pokoknya kalau marahka, sedihka nangis jika ituji bisa selakukan begitu terus ji	
	P	Sejak kapan ki begitu?	
	S	Pasku hamil dan melahirkan ka pokoknya sejalan hidupku begitu terus sampainya berapa bulan anakku sampai sekarang biasa ka begitu kalau capek sekali ka	
	P	merasa lelah ki dalam mengurus anak yang dimana teman-teman ta menikmati masa mudanya?	
	S	Kalau masalah capek iya capek kek bagaimana di kalau capek capek karena harus ki begadang disisi lain kondisiku masi ku fikir terus kalau persoalan kek teman-temanku masi bebas dia nikmati masa mudanya yahh mau tong jika tapi maumi diapa	• perasaan kelelahan. • pemikiran mengenai kondisi pribadi. • perasaan terhadap teman yang masih bebas. • perasaan menyesal terkait mantan suami,

		ada mi anakku saya kalau dibilang menyesalka kaya antara iya dengan tidak, menyesalka kenal itu bapaknya (mantan suaminya) tapi di satu sisi kaya dengan adanya kejadian begini yang rubah hidupku bisa ka nakasi kuat dan banyak sekali pembelajaran hidup yang sedapat.	dan pembelajaran yang diambil dari pengalaman
50.	P	Jadi sendiri ki urus anak ta?	
	S	Iya sendiri tapi biasa ada mamaku bantu ka	
	P	Merasa cemas ki ga kalau menangis terus i	
	S	Iya cemas karena ini anak kalau menangis terus atau rewel i pasti sakit betul mi karena ini anak begitu jarang nangis dia	
	P	Apakah merasaki kalau masa muda ta terbuang sia-sia karena mengurus anak?	
55.	S	Hehe mau mi diapa takdirku mi begini seandainya bisa diputar waktu tidak bakalan ka mau begini masi mauka pergi bergaul sama teman-temanku kaya jika juga iri kalau kuliati temanku pergi mi kumpul kumpul baru saya dirumah terus jika urus anakku tapi yahh mau mi diapa jalani saja takdirku mi	• penerimaan terhadap takdir. • keinginan untuk mengubah masa lalu. • keinginan untuk bergaul dengan teman. • perasaan terbebani oleh tanggung jawab, dan usaha untuk menghadapi realitas hidup.
	P	Ini anak ta ASI atau susu formula?	
	S	ASI ji apa dirumah terus jika	
	P	Kalau kita kasi menyusu i baca jeki ga basmalah?	
	S	Biasa ji tapi kadang juga tidak hehe apa kalau mau sekali mi susu menangis mi langsung saja ji	

60.	P	Biasa ki amalkan doa-doa atau surat-surat pendek sama anak ta kalau lagi menyusui?	
	S	Kadang-kadang ji juga hehe	
	P	Doa-doa apa biasa kita amalkan untuk anak ta?	
	S	Sembarang yang kutau ji dan yang kuhafal	
	P	Apakah perna ki tidak tertarik sentuh anak ta?	
65.	S	Perna dulu waktu baruka melahirkan to sedih terus ka kaya tidak nyangka jeka ada mi anakku yang dulunya tidak mau peka ada anakku mungkin belum peka terima takdirku pokoknya sedih tiap malam nangis terus ka apalagi bapaknya tidak perna liat anaknya nabiar mau biaya i tidak perna juga jadi itu semua mi kasi stress ka sampai-sampai tidak mauka sentuh anakku lain-lain mi apa fikiran ku	• perasaan sedih selama melahirkan. • ketidakmampuan untuk menerima takdir. • kesedihan yang berlanjutan setiap malam. • kurangnya dukungan dari bapak anak. • stres yang mengganggu interaksi dengan anak, dan dampak emosional terhadap pemikiran.
	P	Stress bagaimana?	
	S	Hmmm banyak sekali sefikir dan masi tidak nyangka ka bisa begini hidupku belum peka siap ada anakku dan ditau mi to bagaimana juga tanggapannya orang kesaya karena begini ka capek sekali ka kufikir juga bisa jeka ga tidak setau mau sekasi bagaimana ini anakku masi mauka sekolah dan malu sekali ka hancur sekaligus kurasa kaya datang semua itu penyesalan hantui ka	• ketidaknyataan dengan perubahan hidup. • kesulitan dalam menerima kehadiran anak. • kelelahan dan stres, rasa malu dan kekecewaan, serta penyesalan dan perasaan tertekan.
	P	Apa yang kita pikirkan setelah mempunyai anak?	•
	S	Setelah melahirkan, semuanya	•

		berubah secara drastis dari hidupku. Hari-hari awal setelah melahirkan dan sama ka anakku terasa sangat berat. Mau terus jeka menagis tidak bisaka berhenti menangis, bahkan kadang tanpa alasan. Rasa lelah sekali ka yang serasa terus-menerus itu yang pikiranku kacau. Merasaka seperti tidak pantaska jadi mama, apalagi diusiaku. anakku menangis terus, dan setiap kalau menangis, ada rasa marah yang muncul di dalam diriku. merasaka seperti gagal di semua hal. Gagal jadi ibu, gagal jadi anak yang baik untuk orang tuaku, mulaika sering punya pikiran-pikiran yang begitu pikiran jelek. Ada saat-saat di manaka betul-betul berpikir untuk pergi selamanya, meninggalkan semuanya. Tidak bisaka mengontrol perasaanku di dalam diriku mau terus menyerah. setau ji salah, tapi to ada kaya waktu kaya merasaka terjebak dan nggak tidak tahuca harus gimana lagi. Di kepalaku, semua terasa gelap mami, dan tidak tau meka mau bagaimana tidak adami selihat jalan keluar.	
	P	Berapa lamaki rasakan begitu?	
	S	Lama, tiap malam ka nangis pokonya tiap hari kaya kosong sekali hidupku kaya mauka kurasa mati saja	
70.	P	Ada berbulan-bulan?	
	S	Iya ad aini saja anakku 5 bulan mi na masi ada biasa muncul-muncul perasaan begituku	
	P	Pernaki tidak mau sentuh anak	

		ta?	
	S	Iya perna tidak mau sekali ka sentuh i ituji sesentuhi kalau mau ASI apa kalau seliat i banyak sekali penyesalan kaya bersalah sekalika	
	P	Apakah bahagia jeki dengan kehadiran anak ta?	
75.	S	Iya bahagia jika walaupun yahh tidak diharapkan takdir begini tapi maumi diapa harus ki ikhlas terima	
	P	Tapi tidak ada ji ga fikiran ta mau mecelakai anak?	
	S	Itumi tidak mauka sentuh anakku sama tidak mauka liat i apa ada hasutan hasutan dalam diriku mau begitu	
	P	Bagaimana cara ta mengontrol perasaan saat merasa sedih, emosi, marah, dengan keadaan saat ini disaat teman-teman ta masi sibuk kejar mimpi?	
	S	Lagi-lagi sabar mami ka saja itu ji selalu seingat kalau stresska lagi ituji kata-katanya mamaku sabar ko nak begitu mi takdirmu jalani saja sabarko nah jaga saja anakmu baik-baik untuk masalah biaya anakmu saya pa nak, jangan ko liat orang lain nak beda-beda takdirnya temanmu sabar saja, itu terus ji walaupun kadang masi seringka menangis dan begitu ji caraku kasi tenang diriku yahh nangiss pokoknya nangis terus ji dikamar sampainya legaka kalau bilang menyesal yahh menyesal sekali ka seandainya dulu tidak nakal ka mungkin tidak begini ka	cara mengatasi stres dengan menangis
80.	P	Sejauh ini apakah sudah bisa	

		meki ga menerima keadaan yang terjadi sama hidup ta?	
	S	Lumayan bisa meka terima semuanya walaupun yahh liat meki kondisi ku sekarang fokus ka sama anakku tidak peduli meka apa nabilang orang dan kalau masalah tanggung jawabnya bapaknya dari dia meni saja.	

Faktor Pendukung

No	Peneliti/Subjek	Percakapan	Koding
	P	Apakah suami ta langsung membantu menenangkan bayi saat menangis?	
	S	Tidak, sudah ku saja menikah 1 bulan pergi mi belum ka melahirkan, bahkan sudah ku saja melahirkan tidak perna tong datang liat-liat anaknya	situasi di mana setelah pernikahan dan kelahiran anak, ada pihak yang tidak menunjukkan perhatian atau kunjungan kepada anak.
	P	Jadi tidak perna datang liat anaknya pas lahir sampainya sekarang?	
85.	S	Iya tidak perna bahkan nakasikan saja uang anaknya eeee biar bilang anu to kaya eee ini he ini pembeli susunya dani eee tidak perna bahkan waktu saja hamil tidak perna kasi ka apa-apa	kurangnya dukungan finansial untuk anak dan ketidakpedulian selama masa kehamilan.
	P	Jadi tidak ada perannya suami ta selama ki hamil sampainya sekarang?	
	S	Iya tidak ada jangankan bilang mau datang naliatnya saja anaknya tidak perna, oh ituji waktunya sakit anaknya sebawa i ke puskesmas cempae to ku chat ji bilang ka rendi	

		(ayah anak) sakit anakmu ada ka di puskesmas cempae bawa i disitu ji saja datang itupun diluarji saja baru sebentar sekali ji	
	P	Astaga jadi siapa mi biyai anak ta?	
	S	Selama ini to mamaku ji biaya i waktunya juga baru setau bilang hamilka to kan harus di USG supaya ditau I kan dibayar itu mamaku semua bayar i itumi sampai sekarang mamaku ji biasa belikan i kaya popoknya kadang juga to kan kerja mamaku di ayu (penjual makanan) jadi to biasa klau sudah mi magrib seantar mi mamaku pergi cuci piring di ayu (penjual makanan) terus biasa nakasi meka separu gajinya itu mi setabung kupake belikan i popok ap aini banyak sekali napake popok ta 4 ball 1 bulan walaupun popok murah tapi cauki juga apa kali banyak	
90.	P	Bagimana responnya orang tua ta sama keluarga ta pas natau kalau hamil ki?	
	S	Marah, kecewa juga sedih apalagi karena namanya orang tua tidak mau kalau begini ki itu juga kasi merasa bersalah sekali ka	
	P	Waktu hamil dan melahirkan ki apakah orang sekitar ta nakasi jeki perhatian?	
	S	Iya terutama mamaku dia ji kasi kuatka nabisa ka bertahan sampai sekarang dan juga teman-teman ku kaya tika,cica,alya nakasi semangat ka walaupun banyak orang caci maki ka biar mi sabar jeka karena memang kesalahanku.	
	P	Setelah melahirkan tinggal dimanaa rumah orang tua atau rumah mertua?	
95.	S	Dirumahnya terus jeka mamaku	

		mulaika hamil sampai melahirkan disini terus jika tidak pernah kerumahnya mertuaku, bahkan keluarganya saja dia (mantan suami) tidak pernah datang liat anak ku	
	P	Jadi selamanya lahir anak ta tidak pernah datang liat i?	
	S	Iya tidak pernah	
	P	Tidak pernah ki ga chat i keluarganyaa kalau ada anaknya rendi (ayah anak) disini?	
	S	Sudah ji sechat kakaknya rendi bilang tanya-tanya ki rendi suru liat anaknya, tanya-tanya ki itu rendi (ayah anak) jangan bebas sekali ingat ada mi anaknya ada tanggung jawabnya setidaknya biaya i anakmu belikan popok, baju tanyak i kalau saya biasa jika cari sendiri tapi ini anak tanggung jawab mu, ku chat kakaknya begitu	
100.	P	Jadi bagaimana responnya?	
	S	Bilang saja ji iyaa	
	P	Jadi selama melahirkan tidak pernah datang liat ki, tanya-tanya kondisi ta?	
	S	Iya tidak pernah jangankan tanya kondisi eeee apa di datang saja liat anaknya tidak pernah hehe	
	P	Oalahh tapi keluarga ta ada terus ji di, kalau nabantu ki mama ta atau keluarga ta urus anak ta sering ji kasi ki pujian?	
105.	S	Iye sering ji hehe	
	P	Alhamdulillah kalau begitu setidaknya ada <i>support system</i> ta supaya tidak terlalu merasa terbebani ki dengan masalah hidup ta	
	P	Selama ini kalau ada masalah atau ada hal yang mengganggu dalam diri ta siapa ki biasa cerita?	

	S	Kalau untuk tempat cerita kalau ada masalah ku di mamaku ji pokoknya semua tempatku curhat di mamaku jeka karena sekarang tidak perna meka kaya dulu to eee banyak temanku seringka kaya keluar gabung-gabung kalau sekarang yahh begini mi hehe dirumah	
	P	Kalau missal to ada masalah ta tidak pernahki ga curhat di media sosial?	
110.	S	Jarang ji	
	P	Tidak pernahki kaya upload story galau di Instagram,fb, atau WA ga?	
	S	Hehe selalu kaya kata-kata ji	
	P	Tapi itu kata-kata sesuai ji sama apa yang kita rasakan?	
	S	Iyaa sesuaiji seringka pasang story begitu yang kata-kata	
115.	P	Menurut ta Dimana ki lebih puas curhat di sosmed atau di keluarga ta?	
	S	Lebih puas ka kurasa di mamaku karena kalau di sosmed ka to jarang ji jga orang komen i terus kaya tidak ada ji juga kaya eeee teman cerita ku di sosial media paling di mamaku ji bgituji	
	P	Oalahh lebih bagus memang kalau di mama ta ki terjamin mi cerita ta tidak bocor kemana-mana karena sekarang jarang sekali orang yang bisa di percaya jadi lebih baik di mama ta meki karena napaham juga kondisi ta tidak bakalan meki mau nasalahkan begitu ji kalau dari saya	
	S	Iya betul juga	
	P	Jadi kalau sedihki atau susahki kontrol diri ta hal apa mi yang kita lakukan supaya berenti ki mengalami hal tersebut?	
120.	S	Cerita jeka paling sama mamaku, biasa juga kukasi tenang saja ji	

		diriku sendiri seperti diam ka saja dikamar	
	P	Oalah tapi masi biasaki rasakan begitu ga?	
	S	Jarang-jarang mi	
	P	Iye ga alhamdulillah	
	S	Iyee	
125.	P	Ohiye ple. Sesi wawancara sudah selesai terima kasih, semangat ki nah ingat ki saja harus ki semangat dan kuat untuk anak ta, makasih ple atas waktunya mohon maaf sebelumnya kalau ada kata-kataku yang menyinggung nah, tabe' bisa ga minta arsip status ta di media sosial untuk data ku juga sama mau juga foto bisa ji kalau mau ki pake masker supaya tidak kentara muka ta	
	S	Ohiyee bisaa	
	P	Iye makasih ple dih, pamit ka wassalamualaikum wr, wb....	
	S	Waalaikumsalam wr,wb.....	

HASIL WAWANCARA

Narasumber 2

Nama : AY

Alamat : Jl. Laupe kampung duri kecamatan soreang

Pekerjaan : IRT

Umur : 20 tahun

Umur anak : 8 bulan

Tanggal : 4 juli 2024

Waktu : 10.30 WITA

Tempat : Rumah subjek

Problem : merasa kurang perhatian suami dan tinggal serumah dengan mertua

Kondisi keluarga : lumayan berada

Tempat tinggal : semasa hamil tinggal bersama mertua dan setelah melahirkan tinggal dirumah pribad.

Pendidikan terakhir : SMA

VERBATIM

No.	Peneliti/Subjek	Percakapan	Koding
1.	P	Assalamualaikum kak	
	S	Waalaikumsalam masuk ki,	
	P	Iyee...jadi begini kak saya Nurfajriah paisal mahasiswa bimbingan konseling islam di IAIN Parepare. Mohon maaf mengganggu waktunya kak AY. Saya berkunjung kesini akan melakukan penelitian untuk kebutuhan dan perlengkapan data skripsi saya. Apakah kak AY bersedia saya wawancarai?	
	S	Iye bisa ji	

5.	P	Hehe iye, bagaimana kabar ta?	
	S	Alhamdulillah baik ji	
	P	Hehe iyee kak jadi semulai mi kak dih, tidak papaji ga kalau kurekam suara ki? Kalau ini rekaman suara ta saya ji bisa dengar i kak jadi aman dan nama ta juga inisial ji jadi aman	
	S	Ohiyeee	
	P	Mohon maaf ini seminta dulu waktu ta sebentar dih.....	
10.	S	Iye tidak apaji karena tidak sibuk jika juga.....	
	P	Ohiyee paeng kak dihh, semulai mi pale wawancara.....	
	S	Iye.....	
	P	tabe' kak, apakah ada perubahan yang terjadi pada diri anda setelah mempunyai anak?	
	S	Iye ada namanya kalau sudah ki punya anak to banyak sekali perubahan sama diri ta terutama sama kebiasaan ta tidak kaya waktu masi gadis ki begitu.....	
15.	P	Perubahan seperti apa yang kita rasakan setelah punya ki anak?	
	S	Iya, banyak sekali perubahan yang saya rasakan. Sebelum punya anak, merasakan lebih bebas dan punya banyak waktu untuk diri sendiri. Tapi sekarang, semua perhatian tertuju ke anakku, dan seringka merasa kewalahan. Merasa lebih emosional, sering menangis tanpa alasan yang jelas. Rasanya to seperti semua berubah begitu cepat, dan kesulitan ka menyesuaikan diri. Dan ada saat-saat di mana merasa ka kehilangan diri ku sendiri.	• perasaan perubahan setelah memiliki anak. • kehilangan kebebasan. • fokus perhatian pada anak • peningkatan emosional, • kesulitan menyesuaikan diri, dan perasaan kehilangan identitas pribadi.
	P	perubahan seperti apa yang kita rasakan seperti yang kita bilang semua berubah begitu cepat?	

	S	Perubahannya benar-benar drastis. Dulu, bisaka lakukan apa yang ku mau kapanpun, tapi sekarang semua fokusku ada di anakku. tidak bisa mka lagi keluar dengan teman-temanku, bahkan bisa tidur nyenyak di malam hari. Cepat sekalika juga merasa capek, lelah dan lebih emosional. Hal-hal kecil yang dulu tidak ku pikirin, sekarang jadi beban sedikit sedikit ta tambah si bebanku. merasa tanggung jawab terlalu besar dan kadang-kadang merasakan tidak siap. Rasanya to seperti semuanya terjadi sekaligus dan tidak punya waktu untuk menyesuaikan diri.	• perubahan drastis dalam hidup. • kehilangan kebebasan dan aktivitas sosial. • gangguan tidur dan kelelahan, beban dari hal-hal kecil. • perasaan tanggung jawab yang berat, dan kesan terhadap perubahan yang terjadi secara bersamaan.
	P	Tapi keadaan-keadaan begini bisa jeki terima i? karena biasanya masi ada orang tua apalagi yang notabenenya ibu remaja dih yang masi mau bebas nikmati masa mudanya dan kadang anaknya na titip di orang tua karena mau pergi jalan to sama temannya	
20.	S	Masi biasa jika begitu kalau capek meka to mauka kaya kumpul sama temanku, ku bawah anak ku kerumahnya orang tua ku tapi to selama ka anak anakku nabiar keluar ka sefikir i juga	
	P	Oalahh hehe..... biasa terjadi karena juga masi muda ki masi adalah rasa-rasa mau pergi jalan hehehe.....kalau permasalahan yang kita alami selama hamil dan melahirkan?	
	S	Eeee... kalau masalah selama ka hamil sampaiku melahirkan itu ada iyaa....waktuku hamil to kan masi dirumahnya ka mertuaku tinggal terus to kan rumah kayu baru dibawah ji sering kumpul teruss eeee....baru	

		saya kamarku diatas jadi otomatis naik tangga teruska to perna itu jatuhka to posisiku hamil 5 bulan ka baru selama hamilka bahh sensitifka seambil hati semua apa apae.....	
	P	Sensitive begimanaki?	
	S	Begimana dihh.....kaya mau teruska marah, tidak bisaka tahan emosiku sampaiku melahirkan begitu nahn apalagi waktu habis lahiranku pokoknya emosi teruska susahka kontrol emosiku baru seringka deng kaya sedihh pokoknya tidak sesuka kelurganya suamikuu	• kesulitan dalam mengendalikan emosi sebelum dan setelah melahirkan. • serta perasaan sedih dan ketidaknyamanan dengan keluarga suami.
25.	P	Ehhh....tidak kita suka bagaimana i?	
	S	Merasaka jadi lebih sensitif sama keluarga suamiku setelah melahirkan. Dulu, tidak terlalu kupermasalahan apa yang katakan atau lakukan, tapi sekarang to kaya bgimana dih rasanya to semua jadi kaya mengganggu. Misalnya, kalau nakasika saran tentang cara merawat anak, saya langsung ka merasa tersinggung, seolah-olah merasaka tidak percaya I kalau bisaka jadi ibu yang baik. Saya tahu mereka bermaksud baik, tapi kadangkala merasa seperti dihakimi atau dianggap tidak cukup mampu. Ini bikin ka jadi sering marah atau sedih, padahal setahu mereka cuma mau membantu.	• peningkatan sensitivitas terhadap keluarga suami • perubahan dalam menghadapi kritik dan saran. • reaksi terhadap saran tentang perawatan anak. • perasaan dihakimi atau dianggap tidak mampu, dan dampak emosional dari perasaan.
	P	Tapi menurut ta setelah melahirkan dan punya anak pernakiki ga merasa terbebani dalam mengurus anak apalagi di usia ta yang masi remaja?	
	S	Iya, jujur masi sering merasa terbebani. Rasanya berat sekali, apalagi masih mudaka dan kadang tidak tahuka apa yang harus	• perasaan terbebani. • kesulitan menghadapi

		selakukan. Tanggung jawabnya besar sekali, dan seringka merasa tidak siap. Ada banyak hal yang harus dipikirkan mulai dari ngurus anak, kurang tidur, sampai harus tinggalkan hal-hal yang biasa selakukan dulu. Kadang merasakan iri sama teman-teman yang masih bisa bersenang-senang atau bebas ke mana-mana, sementara saya haruska di rumah terus ngurus anak. Semua itu bikin saya merasa stres dan kadang-kadang berpikirka, bisa jka ga saya bisa jadi ibu yang baik di usia muda ini?	tanggung jawab. • beban dari banyak hal yang harus dipikirkan. • rasa iri terhadap teman-teman. • serta stres dan kekhawatiran tentang kemampuan sebagai ibu di usia muda.
	P	Jadi butuh ki ceritanya orang yang bantu ki apa kalau sendiri ki tidak sanggup peki	
30.	S	Iyee... begitu mi tapi sekarang mulai meka terbiasa	
	P	Tapi merasaki ga sulit kontrol diri dan emosi setelah melahirkan?	
	S	Iya, sering sekali. merasakan emosi ku naik turun dan kadang tidak bisaka kontrol i. Hal-hal kecil yang seharusnya biasa ji bisa bikin ka marah atau sedih berlebihan. Biasa juga merasakan frustrasi banget, seperti tidak ada yang paham apa yang saya rasakan. Kadang marahka sama suami atau keluarga, padahal mereka tidak salah apa-apa. Terus setelah marah, saya malah merasa bersalah dan tambah sedih. Rasanya to seperti tidak bisaka jadi diri ku yang biasanya, dan itu bikin ka makin stres.	• perubahan emosi yang tidak stabil. • respons terhadap hal-hal kecil. • frustrasi dan rasa tidak dipahami • kemarahan terhadap suami atau keluarga. • perasaan bersalah setelah marah, serta perasaan kehilangan jati diri dan stres.
	S	Sejak kapan ki merasa begitu?	
	P	Waktuku sudah melahirkan dan kurasa berlangsung selama sebulan lebihka begitu tapi masi biasaka kadang-kadang rasa begitu	
35.	P	Jadi waktu begituki hal apa mi yang	

		kita lakukan?	
	S	Menangis terus dikamar sampai cape kapa bingung ka mau begaimana	
	P	Merasa lelahki ga urus anak ta dimana teman-teman ta masi menikmati masa mudanya?	
	S	Kalau masalah lelah yahh lelah memang karena capek ki begadang terus kalau menangis tommy tapi kalau diliat lagi ketawa kaya hilang capek ta tapi kalau persoalan lelah ka urus anakku sedangkan teman-temanku masi asik nikmati masa mudanya yahhh hmmm tidak bisaki munafikkan i to adalah perasaan begitu tapi begini mi takdirnya dan tidak menyesal jika juga menikah muda hehe lagi-lagi beda-beda takdirnya orang tapi tidak bisaki munafikkan Teman-teman ta masih bisa bersenang-senang, pergi ke acara atau jalan-jalan, sementara saya harus terus-menerus di rumah mengurus anak. Kadang ka merasa iri karena mereka masih punya waktu untuk diri mereka sendiri, sedangkan saya haruska korbankan banyak hal. Rasanya to iri sekali lihat mereka melakukan hal-hal yang saya juga ingin sekaligus lakukan, tapi yah harus fokus pada tanggung jawab ku sebagai ibu. Ini bikin ka sering merasa frustrasi dan sedih karena merasaka seperti kehilangan bagian dari masa muda saya sendiri.	• perasaan lelah karena begadang. • perasaan iri terhadap aktivitas teman-teman, pengorbanan waktu pribadi. • kehilangan bagian dari masa muda serta penerimaan takdir dan keputusan untuk menikah muda.
40.	P	Tapi ini pernikahan ta kita ji mau atau dijodohkan ki?	
	S	Saya menikah karena kemauanku ji tapi yahh ternyata pernikahan yang sebayangkan tidak sesuai sama realita yang sehadapi kalau dibilang	

		menyesal antara iya dan tidak ji juga	
	P	Oalah sekira dijodohkan ki.. apakah merasa cemas ki kalau anak ta terus terusan menangis?	
	S	Asliiii wah waktu baru sekali lahir tidak keluar ASI ku terus bingung meki terpaksa di kompa terus ada mi sedikit to begitu terus di kompa pi baru keluar itupun sedikit ji jadi to inisiatif pake susu formulaa dan ternyata tidak cocok anakku itu susu jadi muncul merah-merah di badannyaa terus hijau BABnya pokoknya stress sekali ka kaya gagal ka jadi ibu kurasa apa aihh kaya bukan mi anakku bengka mukanya kesihan nangis terusmi apa sakit pasti narasa itumi aihh tidak sembarangan sekasikan anakku apa sensitif sekali	
	P	Astaga berapa hari begitu?	
45.	S	Pasnya meni suda sekasi coba itu susunyaa langsung begitu kesihan	
	P	Tapi pernaki ga berfikir selama ada anak ta terbuang sia-sia masa muda ta?	
	S	Tidak ji juga	
	P	Kalau kita kasi minum susu anak ta baca jeki ga basmalah?	
	S	Iye selalu kalau basmalah	
50.	P	Seringki ga juga amalkan doa-doa kalau kita kasi susu i?	
	S	Iyee selalu ji terus selalu juga seputarkan ayat kursi nabiar mau tidur karena itupi enak tidurnya kalau seputarkan ayat kursi diyoutube	
	P	Iye bagus ituu....pernaki ga merasa tidak tertarik ingin menyentuh anak ta?	
	S	Perna dulu waktu baru ka melahirkan mungkin proses penyesuaian diri ka to kaya tidak bisaka kontrol diriku emosiku sudah tomma nangiss	• kesulitan dalam mengendalikan emosi dan stress. • kemunculan

		pokoknya stress ka kurasa bahkan tidak mauka liat orang dirumah ku seringka juga marah-marah sama suami ku bahkan sempatka berfikir mau celakai anak ku, ada kaya bisikan dalam diriku to bilang buang mi anakmu disitu (sambil menunjukkan lokasi ingin membuang anak) dari atas kamar ku lantai 2 disitu bundaran lampu mauka buang i disitu tapi selalu ka kasi sadar diriku itu mi tidak mauka keluar-keluar dari kamar karena kalau seliat lagi itu bundaran lantai 2 berfikir ka lagi begitu, Ada saat-saat kalau merasakan capekka, lelah dan cemas, dan merasakan sulit untuk merasa tertarik untuk menyentuh anakku. setahu mungkin terdengar buruk, tapi kadang-kadangka merasa seperti tidak punya energi atau emosi untuk berinteraksi dengan baik. biasaka merasa bersalah, tapi merasakan seperti perasaan ku itu datang secara tiba-tiba dan susah ka untuk kendalikan i.	pikiran negative. • penghindaran situasi yang memicu pikiran negative. • kesulitan berinteraksi dengan anak, serta perasaan bersalah dan kesulitan dalam mengendalikan perasaan.
	P	Kapan ki rasakan begitu?	
55.	S	Waktu baruka sudah melahirkan mungkin semingguan sudah melahirkan	
	P	Berapa lama ki begitu?	
	S	Kalau tidak mauka sentuh anakku itu ada sekitar 3 minggu ka begitu jadi suamiku ji urus anakku	
	P	Tapi Bahagia jeki ada anak ta di usia ta yang masi remaja?	
	S	Iya bahagia ka ituji waktu masi awal-awal ada anakku kaya lain-lain serasa kaya bagaimana dih ada perubahan dalam hidupku yah mungkin sekitar 1 bulanan lebihka merasa begitu	
60.	P	Kalau lagi emosiki, marahki, sedihki,	

		bagaimana carata kontrol diri ta?	
	S	Ituji saya caraku kontrol diriku to kaya kukasi puas diriku menangis supaya puas ka to terus sekurung diriku dikamar dan tidak mauka dulu liat anakku dan itu ji kalau begitu ka ku lampiaskan ke suami ku dan ituji nabilang suamiku sabar begitu ji	cara responden mengontrol diri dengan menangis, mengurung diri, menghindari anak, serta melampiaskan emosi kepada suami.
	P	Sejauh ini apakah sudah kita terima ga semua keadaan yang terjadi dalam kehidupan ta?	
	S	Iyee... alhamdulillah kuterima semua mi walaupun tidak mudah ka dulu jalani apalagi banyak sekali perubahan yang terjadi dalam diriku	

• **Faktor Pendukung**

No.	Peneliti/Subjek	Percakapan	Koding
65.	P	Apakah suami ta langsung membantu menenangkan anak saat menangis?	
	S	Sebenarnya, tidak selalu. Ada kalanya suami ku membantu, tapi sering kali bingung I atau tidak tahu harus melakukan apa. Kadang-kadang dia tungguka untuk mengambil inisiatif dulu, dan itu yang buatka merasa terbebani. Kadang merasaka seharusnya dia yang lebih aktif dalam membantu, terutama karena saya juga sudah merasa sangat lelah dan stres. Kurangnya perhatian dan dukungan dari suami buatka merasa semakin tertekan dan sendirian dalam mengurus bayi.	• ketidakkonsistenan suami dalam membantu. • beban tambahan karena suami menunggu inisiatif. • harapan untuk dukungan lebih aktif dari suami, dan perasaan tertekan serta sendirian akibat kurangnya dukungan.
	P	Menurut ta apakah peran suami pasca melahirkan sangat dibutuhkan?	

	S	Penting sekali itu peran suami nah.... Pake banget karena kenapa dia ji bisa bantu ki karena kalau orang tua sekali-kali ji bisa bantuki karena tidak enak tongki itu selalu repotkan I apalagi kalau sudah ki melahirkan duhhh sakitnya minta ampun disitumi butuh sekali ki perannya suami ewai ki apalagi dulu saya SC ka jadi lama dibawah sakitnya itumi tidak bisa ka sedding apa-apa itumi suamiku ewai terus ka uhhhh.....apa saya sudahku melahirkan baperan sekaligus mau terus ka menangis hahaha untung sabar ji suami ku tapi to kadang tonji kalau sibuk mi baru kalau keluar sama temannya marah meka apa lagi kalau eeee....kurang sekali perhatiannya kaya lebih fokus ke anakku to kadang tidak naperdulikan ka kaya sedih meka hahahaha.....	• pentingnya peran suami dalam memberikan dukungan. • kebutuhan dukungan selama pemulihan pasca-melahirkan. • perasaan emosional dan kesabaran suami, serta masalah kurangnya perhatian suami yang fokus pada anak.
	P	Kita ji kapang merasa begitu karena buktinya nabantu jeki jaga anak ta	
70.	S	Iyee kapang ro hahaha.....tapi bersyukur tong ka bilang sabar ji hadapika karena to sebayangkan sedding kek orang yang tidak ada suaminya kalau hamil sama melahirkan beratnya itu najalani saya saja kalau tidak ada suamiku 1 hari tidak sanggupka kurasa hahahah.....	
	P	Waktu ta baru hamil bagaimana responnya orang tua ta sama keluarga ta waktu baru natau?	
	S	Turut bahagia i	
	P	Bagaimana respon orang sekitar ta pasta dan melahirkan nakasi jeki perhatian?	

	S	Iyee.... tapi begitu ji sekedar ucapan selamat tapi jujur nah pasku sudah melahirkan dan sejalan rutinitasku sebagai ibu baru to berat sekali mbo apalagi kalau suamiku kurang sekali bantu ka perna itu hari to pergi suamiku sama temannya baru berdua jika sama anakku dirumah sumpah stress sekali ka apa capek sekali meka baru suami ku lama sekali pulang anakku juga menangis terus pokoknyaa berat sekali itu kalau jauh ki sama orang tua ta kalau mertua canggung-canggung untuk temaniki dan tidak terlalu sesuka caranya mertuaku juga apa banyak sekali napercaya hal-hal dulu dulu begitu.....	• kurangnya dukungan suami. • kondisi stres dan kelelahan • ketidaknyamanan dengan mertua dan jarak dari orang tua.
75.	P	Jadi waktu ta hamil dan melahirkan dirumahnya ki mertua ta atau orang tua ta?	
	S	Sudahku menikah nabawah meka suamiku dirumahnya mertuaku hamilka tinggalka dirumahnya mertuaku terus pas merahirkan meka pindah meka dirumahku sendiri	
	P	Apakah orang tua, mertua, dan saudara anda ikut serta memberikan motivasi serta bantuan kepada anda dalam mengurus bayi?	
	S	Iyee... support system ku selamaka melahirkan keluargaku ku apalagi saudaraku	
80.	P	Kalau mertua ta?	
	S	Itu mertuaku to kaya bagaimana dih baik sah baiknya terus magala juga kerja tapi kalau ada tidak nasuka tu tidak nafikir apa yang nabilang bahkan kadang to bahh jelek sekali kalau marahmi itumi saya	• ketidaknyamanan responden dengan mertua. • dampak negatif dari kemarahan mertua, serta ketidakpuasan

		mendengar sekali apa nabilang walaupun sebenarnya emosi tonja seperti istrinya iparku yang lain tidak ada pi itu baru ka cerita belakang karena begitu bahhhh suka sekali napusingi nabiar beliki begini nakomentar tong pokoknya kalau baiknya baik sekali cuman begituu kepo sekali baru suka sekali mannoko hahahaha...	dengan komentar dan sikap mertua yang mempengaruhi emosi.
	P	Waktu ta melahirkan nakasiki ga saran keluarga ta untuk ASI?	
	S	Kalau masalah itu to bilang ji usahakan ASI naminum anakmu pertama kali karena obat juga itu dan ternyata tidak ada pi ASI ku keluar jadi di kompa mami terus nasarankan meka bilang kalau siapkan mi anakmu susu formula saja kalau belum ada keluar ASI mu nak	
	P	Apakah suami ta nakasiki perhatian dan dukungan pasta habis melahirkan?	
	S	Bagaimana dih hahaha kurang sekali waktu awal-awalka sudahka melahirkan itupi bergerak ewaika kalau sesuru pi 1 minggu sudahka melahirkan baru mulai mi bantu-bantuka begadang sudah meni naliatka menangis terus yang tidak bisaka kontrol emosiku baru sadar mulaimi bantuka disitu mi juga kuliat suamiku sabar sekali mi hadapi ka	• kurangnya bantuan awal dari suami dan pergeseran dalam dukungan suami • setelah responden mulai mengalami stres dan kesulitan mengontrol emosinya.
	P	Apakah suami dan keluarga ikut serta membantu dalam mengurus anak?	
	S	Iya lumayan walaupun emosi peki baru i bergerak kalau mertuaku sama keluargaku to kaya datang pi kerumahku baruka nabantu	

	P	Kalau ketemuki sama keluarga ta seringji nakasi ki pujian sama anak ta?	
	S	Iyee.... alhamdulillah mereka support selalu dan selalu kasi perhatian bahkan pujian sama anakku dan saya juga	
90.	P	Apakah suami ta meluangkan waktu untuk mendengar keluhan anda?	
	S	Hmmmm saya to tipikal orang yang suka memendam begitu malas ka berdebat kadang kalau jengkel ka kaya mannoko sendiri jika ku pendam semua I apa-apaie saya jarangka itu cerita sama suamiku kalau begini serasa jadi kalau takkala marahka pasti meledak begituka saya tapi eeee.... Perna jika cerita sama suami dan kalau cerita ka mendengar ji juga dia begitu ji	
	P	Bagimana menurut ta peran keluarga dan suami setelah melahirkan?	
	S	kalau menurutku saya ini nah dari pengalamanku penting sekali itu peran suami tapi lebih penting lagi peran suami yang betul betul peka sama kondisi ta kalau peran keluarga sangat dibutuhkan juga karena dia lebih berpengalaman tentunya to dia ji yang bisa ajar ki harus ki begini dan begitu apalagi sama sama suamiku sama-sama masi muda ka dan pengalaman pertama punya anak to penting sekali semua itu dan bersyukur ka masi ada orang tuaku juga ewai ka waktuku melahirkan sama mertuaku dia semua ji ewaika apa suami ku aihhh begitu karena	• pentingnya peran suami yang peka terhadap kondisi istri. • dukungan dari keluarga berpengalaman, dan tantangan yang dihadapi sebagai pasangan muda dengan pengalaman pertama dalam memiliki anak.

		• mungkin juga to sama-sama ka masi muda dan tidak mengerti pi mau bagaimana	
	P	Kalau sedihki dan lelah ki nahibur jeki suami ta?	
95.	S	Kadang-kadang, tapi tidak selalu. Ada saat-saatnya suamiku coba untuk hiburka, seperti nalakukan hal-hal kecil untuk membantu. Tapi begitu, merasaka kalau tidak natahu bagaimana cara menghibur atau membantu yang seperti ku mau. Itu seringka merasa harus lakukan sendiri, dan itu mi buatka merasa lebih lelah dan sedih.	• usaha suami dalam menghibur namun dengan kendala karena ketidaktahuan suami tentang cara yang diharapkan oleh responden, yang menyebabkan perasaan lelah dan sedih.
	P	Bagimana kepeduliannya orang tua ta pasca melahirkan ki?	
	S	Dia mi orang paling khawatir sama kondisiku di dia jeka juga kalau ada apa-apaku dia ji juga biasa kasi ka saran	
	P	Siapa orang yang kita tempati cerita kalau ada masalah ta?	
	S	Suami ku ji kadang juga orang tuaku atau saudarahku	
100.	P	Kalau ada masalah ta tidak pernah curhat di media sosial?	
	S	Hehehe biasa ji tapi kaya kata-kata terus di tambahkan caption sesuai sama permasalahan yang dirasakan	
	P	Bagimana respon orang yang kita tempati curhat?	
	S	Bagus semua ji responnya nakasika motivasi bahkan saran to dan nadengar jeka tanpa nahakimi ka pokoknya nasupport jeka	
	P	Selalu jeki dapat dukungan dari orang terdekat ta?	
105.	S	Iye... selalu apalagi sama keluargaku, suamiku, bahkan sahabat-sahabatku	

	P	Apakah kalau curhatki di media sosial merasa puaski ga kalau sudah meki curhat?	
	S	Hehehe kaya lega jeki walaupun orang naliat saja ji entah kalau naliati bagaimana responnya setidaknya puas ka ungkapkan apa yang serasa walaupun bentuk video kata-kata tapi relate sama yang kurasa hahahhaa.....	
	P	Oalahhh iye lakukan meki hal-hal yang bisa buat ki lega supaya tidak jadi beban dalam diri ta	
	S	Iye hehehehe.....	
110.	P	Umur berapa mi ini anak ta comelnya hehe	
	S	Masuk mi 8 bulan hehee	
	P	Oalahh tidak dirasanya maumi 1 tahun	
	S	Hehe iyee	
	P	Hehe iye, selesai mi juga sesi wawancara hehe, semangat ki nah ingat ki saja harus ki semangat dan kuat untuk anak ta, makasih ple atas waktunya mohon maaf sebelumnya kalau ada kata-kataku yang menyinggung nah, tabe' bisa ga minta arsip status ta di media sosial untuk data ku juga sama mau juga foto bisa ji kalau mauki pake masker supaya tidak kentara muka ta	
115.	S	Ohiyee bisaa	
	P	Iye makasih ple dih, pamit ka wassalamualaikum wr, wb....	
	S	Walaikumsalam wr,wb.....	

HASIL WAWANCARA

Narasumber 3

Nama : NY

Alamat : Jl. Laupe kampung duri kecamatan soreang

Pekerjaan : IRT

Umur : 19 tahun

Umur anak : 10 bulan

Tanggal : 3 Agustus 2024

Waktu : 16.00 WITA

Tempat : Rumah subjek

Problem : Dijodohkan dan problem dengan mertua

Kondisi keluarga : sederhana

Pendidikan terakhir : SMA

VERBATIM

No.	Peneliti/Subjek	Percakapan	Koding
	P	Assalamualaikum kak	
	S	Waalaikumsalam masuk ki,	
	P	Iyee...jadi begini saya mahasiswa bimbingan konseling islam di IAIN Parepare. Mohon maaf mengganggu waktunya NY. Saya berkunjung kesini akan melakukan penelitian untuk kebutuhan dan perlengkapan data skripsiku. Apakah NY bersedia saya wawancarai?	
	S	Iye bisaji	
	P	Hehe iyee bagaimana ple kabar?	
	S	Alhamdulillah baik ji	
	P	Lama ta sedding tidak ketemu dih	
	S	Iyaa we lamanya mi, kau disitu	

		tidak perna kesini padahal disini terus jika saya nah itu ji dulu waktu baruka menikah to nabawa ka suamiku pergi morowali, nasudah jeko sechat itu hari nah	
	P	Hehe iya....Mohon maaf ini seminta dulu waktu ta sebentar dih.....	
	S	Iya tidak apaji karena tidak sibuk jika juga.....	
	P	Ohiyee paeng semulai mi pale wawancara.....	
	S	Iya.....	
	P	tabe', apakah ada perubahan yang terjadi pada diri anda setelah mempunyai anak?	
	S	Iya, ada banyak perubahan. Setelah punya anak, merasakan seperti semuanya menjadi lebih rumit sekali. merasa lebih banyak stres dan lebih emosional dari sebelumnya. Hubungan ku juga dengan mertua juga kurang baik, karena begitu suka sekali komentar atau saran yang membuat ka merasa tidak nyaman dan tertekan. Dan anu juga to banyak sekali masa masa mudaku yang terlewatkan karena begitu mi menikahki diusia yang masi muda, teman-teman ta masi bebas-bebasnya kita uh hh begini mi	
	P	Perubahana apa yang murasa setelah punya anak	
	S	Kaya banyak beban fikiran baru suamiku juga tidak ada pekerjaan tetapnya ini mi kasi kurus ka terus to tapi selama ka punya anak masi dewasa meka berfikir terus yahh liat mi selamaka sudah menikah ada mi anakku tidak bebas meka kaya dulu	
	P	Oalahhh tapi selama melahirkan adakah permasalahan yang dialami?	

	S	Selama ka hamil dan melahirkan kaya begituji kaya sulitka mengontrol diri, masi seringka emosi yang meleda, terus sering sekali ka dulu menangis terus nah apa berat sekali serasa hidupku, Ya, selama melahirkan, banyak sekali sealami permasalahan. Karena saya masih muda dan pernikahanku juga karena hasil perjodohan, saya merasa kurang didukung secara emosional. Selama persalinan, merasa ka sangat sendirian karena suami dan keluargaku juga pada saat itu jauh tidak bisa memberikan dukungan yang saya butuhkan. Selain itu, ada tekanan dari mertua yang bagaimana saya harus menjalani persalinan sesuai yang nasarankan, dan itu membuat saya merasa tertekan. Itu semuami yang buat pengalaman melahirkan terasa lebih berat dan menambah beban emosionalku.	
	P	Menurutmu setelah melahirkan dan punya anak diusia masi muda begini merasa ki terbebani dalam mengurus anak ta dan jalani hidup?	
	S	Dulu waktu awal-awal to apa lagi saya menikah ka bukan kemauan ku dijodohkan jeka terus hamilka dan melahirkan ka di waktu yang belum peka siap secara mental to namanya juga masi muda ki masi mauki pergi jokka sama kau sama teman-teman yang lain jadi yahh waktu awal-awal merasa terbebani sekali ka jujur masi sering merasa terbebani. Rasanya to berat sekali, banyak hal yang harus dipikirkan mulai dari ngurus anak, kurang tidur, sampai harus tinggalkan hal-hal yang biasa	

		selakukan dulu. Kadang merasakan iri sama teman-teman yang masih bisa bersenang-senang atau bebas ke mana-mana, sementara saya haruska di rumah terus ngurus anak.	
	P	Kenapa memang ki tidak cerita sama orang tua ta kalau begini ki supaya to nabantu ki terutama masalah mengurus anak?	
	S	Bagaimana mauki cerita hahaha na dirumahnya ka dulu mertuaku tinggal terus aihh tidak baku cocok ka sama	
	P	Auhhh kenapa tidak telfon mama mu terus cerita mo sama kalau begini kondisiku dari pada begitu	
	S	Hahaha iya dih kenapa ka dulu diam-diam saja	
	P	Hahaha tapi waktumu sudah melahirkan sulit ki ga mengontrol diri dan emosi?	
	S	Asli susah sekali bayangkan mi dulu nah berfikirka aihh mauka cerai sama suamiku apa tidak bahagia ka makan batin terus jika apalagi mertuaku begini sering metto ka menangis terus ada tommy anakku mau seurus	
	P	Dimana memang suami mu?	
	S	Ada ji tapikan kerja i ikut suaminya un (sepupu dari NY) anu ayam	
	P	Oalah jadi kau dirumah ji sama mertuamu?	
	S	Iyaa dirumah jika sama mertua ku itumi aihh emosi terus jika kurasa	
	P	Bagaimana murasa waktu punya anak adakah perasaan lelah urus i Dimana teman-temanmu masi menikmati masa mudanya?	
	S	Kalau jujur nah lelah sekali ka dan perna ka berfikir tidak mauka begini tapi kenapa begini saya nasibku	

		masi mauka kaya teman-temanku mungkin juga begituka to karena belum peka siap mentalku	
	P	Tapi kalau menangis anakmu yang kaya terus-terus rewel cemas ki ga?	
	S	Cemaslah walaupun masi belum ka sepenuhnya terima kalau adami anakku tapi nama anak yang lahir dari rahim ta tetap cemas ki kalau ada apa-apanya	
	P	Merasa ki ga kalau terbangun sia-sia masa muda ta dengan mengurus anak?	
	S	Hehe dulu begitu sekali fikiran ku tapi sekarang to mungkin terbiasa meka jadi tidak berfikir begitu meka	
	P	Ini anakmu ASI atau susu formula?	
	S	ASI ji kadang juga susu formula	
	P	Kalau kita kasi ASI baca jeki ga basmalah?	
	S	Bacaji tapi dalam hati tapi kadang juga kalau menangis terus mi aihhh langsung saja sekasi	
	P	Biasa ki ga amalkan doa-doa kalau sementara menyusui ki?	
	S	Biasa ji biasa juga to kuputarkan di youtube doa-doa atau sholawat	
	P	Perna ga tidak tertarik ki sentuh anak ta?	
	S	Perna waktu ada mi keknya 1 mingguan anakku lahir to kenapa kaya tidak mauka sentuh anakku terus kaya mauka ji celakai disitu mi fase ku yang sedih terus ka baru emosian sekali ka kaya benci ka liat anak ku	
	P	Tapi bahagia ki dengan kehadirannya anak ta di usia ta yang masi remaja?	
	S	Antara bahagia dengan tidak tapi dulu ji ini nah sekarang tidak bisa meka kalau tidak seliat anakku	

	P	Bagaimana cara ta kontrol perasaan ta saat merasa sedih ki, emosiki?	
	S	Susah sekali dikontrol nah nangis jeka saja dikamar depannya anakku susah ka sedding jelaskan kaya begimana dih itu perasaan e pokoknya campur aduk dirasa	
	P	Sejauh ini sudah kita terimami ga keadaan ta begini?	
	S	Sudah walaupun masi kadang ada saja tiba-tiba muncul fikiran menyesalku kaya berfikirka seandainya tidak ku terima dulu seandainya tidak menikah peka hahaha fikiran begitulah hahaha	

- **Karakteristik *baby blues***

P	Kalau sekarang masi sama jeki suami ta?
S	Masi ji
P	Apakah suami ta nabantu ki menenangkan anak kalau menangis?
S	Nabantuji tapi begitu ta sebentar ji baru natinggali mi
P	Menurut ta apakah peran suami sangat dibutuhkan pasca melahirkan?
S	Dibutuhkan sekalilah karena siapa lagi mau ewaiki kalau bukan dia hahaha jangan mau enaknya saja hahahaa
P	Hahahaa bagaimana ple responnya orang tua ta sama keluarga saat natau hamil ki?
S	Bahagia tentunya
P	Kalau orang-orang di sekitar ta nakasi jeki perhatian kaya mertua ta ipar ta dan lain-lain
S	Iyaa tapi begitu ji apa tidak baku cocok ka sama mertuaku tidak nasuka ka haha saya juga tidak sesuka i hahaha dia meni saja mau bagaimana
P	Tapi sejak kapan ki tinggal sama mertua ta?
S	Waktunya sudah ka menikah sampaku melahirkan disana ka tinggal bagaimana tidak makan hati ka ngebatin terus bagaimana tidak kurus
P	Waktu ta sudah melahirkan siapa-siapa bantuki urus anak ta?
S	Waktuku sudah melahirkan yang uruska itu mamaku, suamiku kalau mertuaku sama iparku sekali kali ji celleng liat ka itumi aihh berapa minggu ka sudah melahirkan pulang ka dirumahnya mamaku

P	Tapi selalu ji nakasi motivasi orang disekitar ta?
S	Iya terutama mamaku sama keluargaku
P	Apakah nakasi ki saran keluarga ta tentang menyusui anak apakah ASI atau susu formula
S	Iya nakasi jika bilang ji to kalau bisa ASI mo saja supaya lebih melekat itu anakmu sama kau dan juga bagus kalau ASI tidak cepat katanya sakit anak
P	Kalau suami ta nakasi jeki dukungan dan perhatian sudah ta melahirkan?
S	Iyaa nakasi jika dukungan
P	Apakah keluarga dan suami ikut meberikan bantuan?
S	Iyaa ikut tapi begitu sekali kali ji, kalau suamiku biasa ji cuman aihh ta sebentar ji
P	Apakah keluarga ta biasa nakasi ki pujian sama anak ta kalau bertemu ki?
S	Iyaa biasa ji bahkan biasa apa datang bawaan baju kalau kubawa mi anakku jalan-jalan sore alhamdulillah banyak kesihan suka dan nakasi pujian
P	Apakah suamita nakasi ki waktu luang untuk dengar keluhan ta?
S	Begitu ji kadang kalau cerita meka menonton mi dia tidak tau nadengar jika ga atau tidak ga
P	Apakah suami ta biasa nahiburki kalau sedih ki dan lelahki?
S	Jarang-jarang apalagi kalau capek mi juga dia
P	Apakah orang tua peduli dengan kondisi ta pasca melahirkan?
S	Iyaa asli orang tuaku mi paling peduli dia mi kesihan waktuku baru melahirkan uruska sampaiku pindah dirumahnya to di aitu uruska
P	Siapa orang yang kita tempati cerita kalau ada masalah ta?
S	Palingan suamiku atau mamaku itu ji
P	Kalau curhat ke media sosial biasa ki?
S	Biasa juga tapi tidak selalu haha apa malu tongki itu curhat Panjang kali lebar dimedia sosial
P	Seringki ga dapat dukungan dari media sosial sama lingkungan sekitar ta?
S	Sering ji
P	Bagaimana respon orang-orang yang ditempati cerita?
S	Bagus ji, bagus semua ji responnya bahkan banyak kasika saran hehehe
P	Dimana ki lebih puas curhat di orang terdekat atau dimedia sosial?
S	Lebih puas ka kurasa kalau sama orang terdekatku kalau lebih puaska cerita langsung dari pada lewat media sosial karena lebih bisa ka ungkapkan apa yang kurasa begitu e

P	Lebih bagus memang kalau curhat ki secara langsung karena langsung ki dapat respon dan bisaki betul-betul ungkapkan yang dirasa dan kadang juga kalau dimedia sosial ki curhat tidak semua orang paham kondisi ta bisa jadi masi nasalahkan jeki bgitu kalau dari saya
S	Iyaa jarang sekali ka saya curhat di media sosial lebih seringka cerita di orang terdekatku karena mereka ji tau kondisiku
P	Iyaa bagus itu.. lakukan meki hal-hal yang bisa buat ki lega supaya tidak jadi beban dalam diri ta
S	Iye.....
P	Jadi, dari hasil wawancara tadi ternyata mengalami ciri-ciri dari <i>baby blues</i> karena ciri-ciri dari <i>baby blues</i> itu adalah sulit mengontrol diri, emosi tidak stabil, bersedih berlebihan dan banyak lainnya
S	Iye serasa ji cuman begitu tidak setau mau bagaimana
P	Kenapa bisa kita tau diri ta kalau kena ki <i>baby blues</i> ?
S	Pernah ka liat di Instagram sama tiktok tentang begitu dan baruka sadar
P	Oalahh iye harus sebenarnya ditau itu apa jarang sekali orang tau mengenai itu jadi tidak bisa naminimalisir dampak dari <i>baby blues</i> , mungkin sampai sinimi sesi wawancara ta karena data yang mau seperoleh sudah adami hehe, semangat ki nah ingat ki saja harus ki semangat dan kuat untuk anak ta, makasih ple atas waktunya mohon maaf sebelumnya kalau ada kata-kataku yang menyinggung nah, tabe' bisa ga minta arsipkan status ta dimedia sosial untuk data ku juga sama mau juga foto bisa ji kalau mauki pake masker supaya tidak kentara muka ta
S	Iyaa bisa
P	Iye makasih ple dih, pamit ka wassalamualaikum wr, wb....
S	Waalaikumsalam wr,wb.....

DOKUMENTASI

- Ibu Remaja EV



PAREPARE

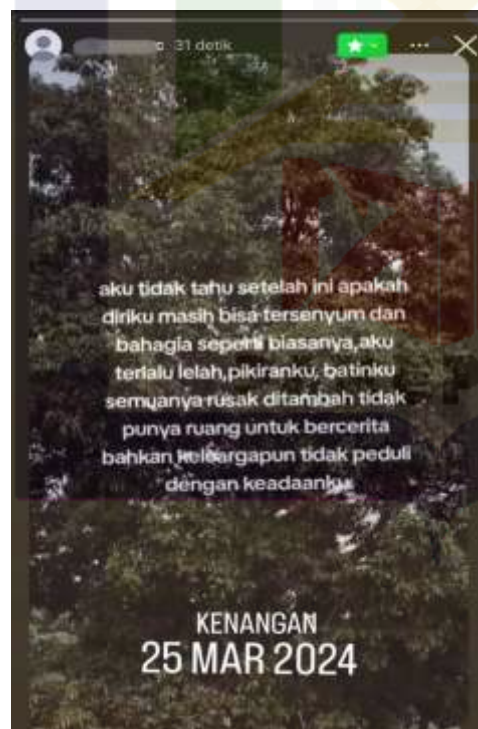


- Ibu Remaja AY



- Ibu Remaja NY





BIODATA PENULIS



NURFAJRIAH PAISAL, Lahir di Parepare pada tanggal 14 Oktober 2002. Anak kelima dari enam bersaudara dari pasangan Bapak Drs. Paisal dan Ibu Hj. Maisa. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Riwayat pendidikan di Sekolah dasar di SD Negeri 73 Parepare pada tahun 2008-2014. Setelah itu melanjutkan pendidikan tingkat Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 12 Parepare pada tahun 2014-2017. Selanjutnya di tingkat Sekolah Menengah Kejuruan di SMK Negeri 3 Parepare pada tahun 2017-2020. Pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare dengan mengambil Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. Penulis pernah menjabat di Himpunan Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam sebagai Anggota Kesekretariatan pada periode tahun 2020. Kemudian menjabat di Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam sebagai Anggota Humas dan Kemitraan pada periode tahun 2022. Penulis melaksanakan Pratik Pengalaman Lapangan (PPL) di UPT PPSKW Mattirodeceng Makassar dan mengikuti program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Salu dewata, Kecamatan Anggeraja, Kabupaten Enrekang, Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2023. Untuk memperoleh gelar Sarjana Ekonomi (S.E), penulis menyelesaikan pendidikan sebagaimana dan mengajukan tugas akhir berupa skripsi yang berjudul “Gambaran Baby Blues Pada Ibu Usia Remaja Pasca Melahirkan Di Kampung Duri Kecamatan Soreang”.