

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Periode satu bulan pertama sejak kelahiran merupakan salah satu periode yang penting. Bagi bayi, periode ini termasuk dalam periode 1000 hari kelahiran yang merupakan periode sensitif terjadinya *stunting* dengan indikator lambatnya pertumbuhan atau pertumbuhan di bawah grafik normal (Bappenas, 2018). Peneliti menemukan salah satu bayi berusia 1 bulan di daerah Pandeglang yang tidak mencapai angka yang semestinya. Kondisi fisik bayi tersebut terlihat lebih kurus dibanding bayi-bayi lain yang peneliti temui sebelumnya dan bayi hanya merespon sentuhan dari peneliti dengan tangisan. Menurut informasi yang peneliti dapat dari keluarga yang membantu merawat bayi, bayi ini tidak mendapatkan ASI dari awal kelahiran sampai saat itu karena ASI yang tidak keluar dan kondisi ibu yang tidak dapat melakukan kegiatan apapun pascapersalinan. Keadaan perekonomian keluarga juga hanya mampu memberikan susu kental manis yang diseduh dengan air hangat kepada bayi.

Masalah pertumbuhan bayi baru lahir ini termasuk isu krusial bagi Indonesia karena angka kematian bayi neonatal (bayi berusia di bawah 1 bulan) termasuk tinggi (Bappenas, 2023). Selain itu, angka *stunting* berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia 2023 berada pada level 21,5% yang termasuk kategori tinggi serta angka balita yang mengalami gizi kurang dan buruk berada pada level 15,9% yang termasuk kategori sangat tinggi. Masalah ini dapat dicegah sejak dini dengan intervensi gizi spesifik salah satunya dengan pemberian nutrisi bagi ibu dan bayi (<https://dashboard.stunting.go.id/>). Jika bayi tidak memperoleh asupan gizi yang sesuai pada periode 1000 hari kelahiran ini maka proses tumbuh kembang bayi dapat terganggu hingga masa perkembangan selanjutnya (Kresnawan dkk, 2006). Pertumbuhan dan perkembangan bayi yang terganggu dapat meliputi kondisi fisik dan kesehatan, perkembangan kognitif dan kinerja jangka panjang (Rokom, Juli 2024).

Sarotin (2018) menemukan adanya keterlambatan tumbuh kembang terhadap bayi yang kurang mendapatkan ASI eksklusif. Menurut Goty dkk., (2016) pemberian ASI eksklusif kepada bayi harus dilakukan untuk meningkatkan proses pertumbuhan karena ASI merupakan nutrisi terbaik yang mengandung zat gizi dengan jumlah komposisi yang tepat. Oleh karena itu, ASI sangat dibutuhkan untuk mendukung tumbuh kembang bayi. Sulistyoningsih (2011) mengatakan bahwa pertumbuhan bayi dapat dilihat dari bertambahnya berat badan maupun lingkar kepala. Metode yang dapat digunakan untuk mengukur proporsi dan komposisi tubuh manusia adalah antropometri. Antropometri dapat digunakan sebagai alat untuk mengukur perkembangan dan pertumbuhan bayi (Putri dkk, 2023).

Periode awal kelahiran juga merupakan saat yang penting bagi ibu. Untuk memproduksi ASI yang baik, seorang ibu harus dalam kondisi yang tenang, karena kondisi psikologis ibu sangat berpengaruh terhadap produksi ASI (Wulandari & Sri dalam Rinanti, 2018). Kondisi psikologis ibu ketika melahirkan harus diperhatikan karena melahirkan bukan merupakan proses yang dialami dengan mudah oleh para ibu. Ibu yang baru melahirkan mengalami perubahan hormon seperti hormon estrogen, progesterone, dan kortisol yang menurun beberapa jam pascapersalinan (Sumantri & Budiyan, 2015). Kebanyakan ibu yang sedang berada dalam kondisi perubahan hormon berisiko mengalami peningkatan gejala stres dan depresi. Menurut Evans dkk (2012) stres yang dialami ibu yang baru melahirkan tidak jauh dari permasalahan penyesuaian diri terhadap kondisi fisiknya dan kesulitan dalam menyusui bayi. Menurut Bahiyatun (dalam Brier & Jayanti, 2020) rasa tertekan dan tidak nyaman yang dialami ibu dapat menghambat produksi ASI. Kondisi ini membuat ibu menjadi tidak responsif terhadap kebutuhan anak sehingga anak menjadi lebih rewel dan membuat ibu semakin merasa tidak mampu melaksanakan tugasnya. Hal ini dapat mengakibatkan ibu mengalami *baby blues syndrome*.

Baby blues syndrome adalah perasaan sedih dan gelisah yang dirasakan oleh seorang ibu yang baru melahirkan dalam kurun waktu 14 hari setelah proses persalinan (Susanti & Sulistiyanti, 2017). *Baby blues syndrome* memiliki gejala umum seperti sering menangis, merasa cemas berlebih, mengalami perubahan perasaan, merasakan kurangnya gairah seksual, selalu khawatir terhadap bayi, dan

memiliki rasa kurang percaya diri dalam kemampuan menjadi seorang ibu (Mansur & Budiarti dalam Susanti & Sulistiyanti, 2017). Menurut Dewi (2018) *baby blues syndrome* dialami oleh sekitar 50-80% ibu yang baru melahirkan. Oktiriani (dalam Pir dkk, 2021) berpendapat bahwa banyak masyarakat Indonesia yang menganggap *baby blues syndrome* merupakan hal yang biasa akibat rasa letih yang dialami ibu. Apabila *baby blues syndrome* tidak ditangani dengan cepat dan tepat, maka akan mengakibatkan gangguan kejiwaan yang dikenal dengan depresi pascakelahiran (*postpartum depression*). Berbeda dengan *baby blues syndrome*, depresi pascakelahiran terjadi pada empat minggu setelah proses persalinan (Segre & Davis, 2013).

Penyebab *baby blues syndrome* menurut Marmi (dalam Susanti & Sulistiyanti, 2017) adalah perubahan hormon, stres, frustrasi, dan bosan. Kurangnya dukungan dari pasangan dan keluarga, serta kurangnya kesiapan untuk menjadi orang tua juga merupakan penyebab terjadinya *baby blues syndrome*. Bobak (dalam Yuhaeni & Indawati, 2024) mengatakan bahwa seorang ibu yang mengalami *baby blues syndrome* dapat disebabkan oleh kondisi fisik yang lelah karena mengurus bayi tanpa adanya bantuan dari pasangan maupun keluarga. Faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya *baby blues syndrome* menurut penelitian Rahmandani (2007) adalah kebutuhan ekonomi keluarga yang bertambah karena bertambahnya anggota keluarga baru.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dikatakan ibu yang mengalami *baby blues syndrome* cenderung membatasi interaksi dengan bayi. Kondisi ini tentu dapat menghambat proses pembentukan ikatan (*bonding*) antara ibu dan bayi yang dapat mempengaruhi proses pengasuhan dan menyusui. Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Gonidakis dkk., (2007) yang menyatakan bahwa seorang ibu yang mengalami *baby blues syndrome* cenderung enggan menyusui sehingga asupan bayi berkurang yang berisiko menghambat tumbuh kembang bayi yang dapat berdampak terhadap masalah gizi yaitu *stunting*.

Perkembangan manusia dalam perspektif Islam dianggap sebagai satu kesatuan yang utuh dan memiliki keterikatan pada setiap aspeknya baik fisik, mental, sosial, dan emosional yang tidak dapat dipisahkan (Hanafi, 2018). Menurut Hurlock

(1978), perkembangan merupakan proses perubahan yang dialami oleh individu menuju kedewasaan atau kematangannya yang terjadi secara sistematis, progresif, dan berkesinambungan. Peran orang tua khususnya ibu dalam mendukung perkembangan janin agar berkembang dengan baik adalah dengan menjaga suasana psikologis yang positif, meningkatkan ibadah, dan berdoa kepada Allah (Hanafi, 2018). Allah SWT berfirman dalam Al-Quran surat Ar-Rum ayat 54:

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ

ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ ﴿٥٤﴾

Artinya: “Allah adalah zat yang menciptakanmu dari keadaan lemah, kemudian Dia mejadikan(mu) kuat setelah keadaan lemah. Lalu, Dia menjadikan(mu) lemah (kembali) setelah keadaan kuat dan beruban. Dia menciptakan apa yang Dia kehendaki. Dia Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa.” (QS.Ar-Rum: 54).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia mengalami tahapan-tahapan dalam kehidupan yang dimulai dari keadaan lemah saat masih bayi, Allah-lah yang menciptakan manusia dari keadaan lemah ini. Kemudian Allah menguatkan manusia setelah kelemahan itu sehingga mereka menjadi kuat dan mampu melakukan banyak hal saat dewasa. Selanjutnya, Allah mengembalikan manusia ke kelemahan lagi dan rambut mereka memutih saat menua. Demikian Allah terus menciptakan dan mengatur makhluk-Nya sesuai dengan kehendak-Nya, termasuk mengubah manusia dari keadaan lemah menjadi kuat dan sebaliknya, termasuk menghidupkan kembali manusia setelah kematian (Kemenag, 2019).

Berita yang dimuat oleh Faisal (2024) dalam Sermbinews.com, menuliskan bahwa terdapat seorang ibu rumah tangga dari Jembrana, Bali melakukan aksi bakar diri karena mengalami *baby blues* setelah melahirkan anak ketiganya. Berdasarkan keterangan polisi yang didapat dari kepala lingkungan setempat, percobaan bunuh diri ini sudah pernah dilakukan korban lebih dari satu kali setelah melahirkan. Berita lain yang dimuat oleh Jauh Hari (2023) dalam Detikjateng, terdapat seorang ibu di Kabupaten Rembang yang membunuh bayinya lalu melakukan aksi gantung diri. Psikolog UGM Prof. Koentjoro mengatakan hal ini dikarenakan sang ibu

mengalami *baby blues* dan tidak adanya dukungan dari suami yang membuat korban merasa akan selesai jika dia membunuh bayinya dan bunuh diri.

Seorang ibu dalam melakukan perannya sebagai orang tua masih dan sangat membutuhkan dukungan dari suami dan lingkungan sekitarnya. Perasaan sedih dan cemas yang dirasakan oleh ibu yang mengalami *baby blues syndrome* merupakan bentuk ujian atau cobaan yang diberikan Allah SWT. Setiap individu ketika menghadapi ujian diharuskan untuk tetap bersabar dalam menjalaninya, sebagaimana yang dikatakan dalam Al-Quran surat Al-Baqarah ayat 155:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ ۖ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: “Kami pasti akan mengujimu dengan sedikit ketakutan dan kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad,) kabar gembira kepada orang-orang sabar.” (QS.Al-Baqarah: 155).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa melalui ujian ini, umat muslim menjadi kuat baik secara mental, teguh dalam keyakinannya, dan mampu bertahan dalam menghadapi cobaan. Mereka akan dikenal sebagai umat yang sabar dan akan mendapatkan janji berupa kebahagiaan dari Allah SWT (Kemenag, 2019). Hal ini menjelaskan bahwa ibu yang baru melahirkan dan mengalami *baby blues syndrome* sedang mendapatkan ujian dari Allah SWT setelah mendapatkan kenikmatan berupa seorang anak. Ibu yang mengalami *baby blues syndrome* merasa tertekan dan merasa tidak mampu bertanggung jawab dalam merawat bayinya (Rosa dkk, 2021). Kondisi tersebut bisa menjadi pembatas hubungan bayi dengan ibu dalam proses pengasuhan tumbuh kembang bayi. Ibu tidak bisa memberikan kebutuhan yang memang diperlukan oleh bayi, baik dari segi interaksi maupun kebutuhan nutrisi sehingga pertumbuhan dan perkembangan bayi tidak sama seperti bayi dengan kondisi ibu yang sehat (Rahayu, 2020).

Belum ada penelitian terdahulu yang meneliti mengenai pertumbuhan bayi dan *baby blues syndrome* secara bersamaan. Beberapa peneliti terdahulu melakukan penelitian mengenai pertumbuhan bayi dengan aspek lain seperti penelitian yang dilakukan oleh Sugiharti (2016) yang membahas mengenai frekuensi pijat bayi terhadap pertumbuhan berat badan bayi, begitu juga dengan peneliti terdahulu yang hanya meneliti mengenai *baby blues syndrome* itu sendiri seperti yang dilakukan oleh Aryani dkk, (2022) mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *baby blues syndrome*. Oleh karena itu pada penelitian ini peneliti ingin mencari tahu adakah hubungan antara *baby blues syndrome* dengan pertumbuhan bayi.

1.2 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *baby blues syndrome* pada ibu yang baru melahirkan dan pertumbuhan bayi usia 1 bulan?
2. Bagaimana pandangan Islam mengenai hubungan antara *baby blues syndrome* pada ibu yang baru melahirkan dan pertumbuhan bayi usia 1 bulan?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara *baby blues syndrome* pada ibu yang baru melahirkan dan pertumbuhan bayi usia hingga 1 bulan.
2. Untuk mengetahui pandangan Islam mengenai hubungan antara *baby blues syndrome* pada ibu yang baru melahirkan dan pertumbuhan bayi usia hingga 1 bulan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis sebagai pengetahuan dan wawasan tambahan pada bidang psikologi khususnya psikologi kesehatan.
- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya khususnya penelitian tentang *baby blues syndrome* dan pertumbuhan anak usia hingga 1 bulan.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan *awareness* orang-orang terdekat ibu yang baru melahirkan terkait kesejahteraan dan/atau kesehatan mental meskipun terjadi perubahan fisik dan hormonal serta tuntutan tugas yang meningkat setelah melahirkan.
- b. Hasil studi diharapkan juga dapat memberikan masukan kepada pihak-pihak terkait, terutama perumus kebijakan untuk lebih memperhatikan layanan kesehatan yang dapat membantu terpeliharanya kesehatan mental pada ibu yang baru melahirkan, khususnya untuk mereka yang memiliki faktor-faktor risiko mengalami *baby blues syndrome*.