

# Postpartum Depression

Anggota Kelompok :

1. Nur Ajizahkalla (1910106067)
2. Vina Nur Faj'riyati (1910106068)
3. Naila syakirohtul (1910106069)
4. Ghina Kamila Maitsa (1910106070)
5. Fatiha Zalma Iftinan Rheinandy (1910106071)
6. Irna Intan Saputri (1910106072)
7. Nurul Yumna Aisyah (1910106073)
8. Purwaningsih (1910106074)
9. Rahimatur Rahmah (1910106075)
10. Tika Soviyani (1910106076)
11. Yustia Rahendra (1910106077)
12. Varra Shavira Yuniar (1910106078)
13. Rinanda Eka P (1910106079)11.
14. Tri Wahyuni (1910106080)12.
15. Septi Rahayu (1910106081)

# Pengertian Postpartum Depression

Postpartum depression adalah sebuah kondisi dimana ibu yang baru saja melahirkan mengalami perubahan mood yang merefleksikan disregulasi psikologikal yang merupakan tanda dari gejala-gejala depresi mayor yang berlangsung selama tujuh hari sampai satu tahun setelah kelahiran bayi.

Menurut Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-IV, terdapat tiga bentuk depresi yang berkaitan dengan stres pasca melahirkan, yaitu:

- a. Postpartum blues atau baby blues syndrome, yang merupakan gangguan mood yang bersifat sementara

- a. Postpartum depression tanpa gambaran psychosis, lebih berat dari postpartum blues
- b. Postpartum depression dengan gambaran psychosis (postpartum psychosis), yaitu ibu mengalami depresi berat berupa gangguan proses pikir yang dapat mengancam keselamatan jiwa ibu dan bayinya sehingga memerlukan bantuan psikiater.

## Gejala Postpartum Depression

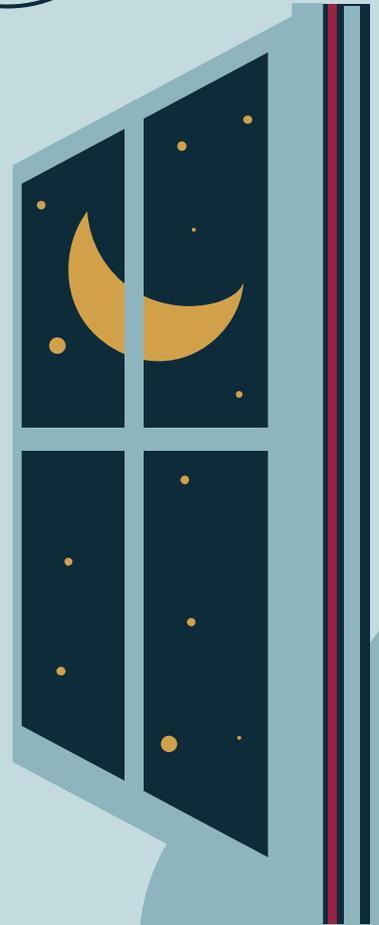
Menurut Varney dkk (1998: 273) gejala-gejala postpartum depression adalah sebagai berikut:

- a. Emosi positif berkurang
- b. Kemampuan berkonsentrasi berkurang
- c. Control terhadap emosi berkurang
- d. Berpikir obsesif menjadi seorang ibu yang jahat
- e. Tujuan dan minat terdahulu hilang dan merasa kosong



## Gejala Postpartum Depression

- f. Serangan cemas, merasa gelisah, merasa dirinya diambang ketidak warasan
- g. Kesiapan yang tidak dapat digambarkan, merasa tidak seorangpun mengerti
- h. Merasa takut dan bersalah akan menyakiti anaknya j. Berpikir tentang kematian



# Faktor Penyebab Postpartum Depression

**01**

**Faktor biologis**

**02**

**Faktor demografi**

**03**

**Faktor pengalaman**

**04**

**Faktor selama persalinan**

**05**

**Faktor dukungan sosial**

# Fase-fase pada Ibu Setelah Melahirkan



## Fase taking in

periode ketergantungan yang berlangsung pada hari pertama sampai hari kedua setelah melahirkan.



## Fase taking hold

periode yang berlangsung antara 3 -10 hari setelah melahirkan. Pada fase ini ibu merasa khawatir akan ketidakmampuannya dan rasa tanggung jawabnya dalam merawat bayi.



## Fase letting go

fase menerima tanggung jawab akan peran barunya yang berlangsung sepuluh hari setelah melahirkan.

# Etiologi dan Faktor Resiko

## Neurologi postpartum

Depresi postpartum secara mekanisme biologi berhubungan dengan adanya gangguan depresif mayor. Secara umum, depresi berintegritas dengan penyakit pada sirkuit neuron dengan ditandai adanya pengurangan volume otak. Semakin lama seseorang mengalami gejala tersebut, maka akan semakin berkurang volume otaknya. Setelah dilahirkannya plasenta pada saat persalinan maka kadar estrogen dan progesterone plasma dari sang ibu mulai turun secara drastis.

## Gangguan Autoimun Selama persalinan

Seorang ibu terpapar berbagai antigen fetal. Suatu penelitian menduga bahwa akibat adanya paparan tersebut berefek pada kondisi psikologis ibu. Seorang ibu menjadi cenderung emosional yang diduga asalnya dari gangguan autoimun tersebut.

## Gangguan Tidur dan Ritme Sikardian

Ketika seorang ibu melahirkan maka ia akan mengalami masa adaptasi untuk perannya yang baru. Dengan adanya peran baru tersebut, seorang ibu menjadi kekurangan waktu tidurnya karena harus menjaga bayinya. Aktivitas itu cenderung membuat ibu menjadi kelelahan atau fatigue sehingga bisa memicu terjadinya depresi. Kurangnya waktu tidur menyebabkan hormone tidur yang dihasilkan di kelenjar pineal otak menjadi berkurang. Hormon tersebut adalah hormon melatonin. Terganggunya produksi hormon tersebut merupakan kontributor terhadap depresi postpartum

# Dampak Terjadinya Postpartum Depression

## Bayi

Postpartum depression berpengaruh pada perkembangan bayi, bisa jadi perkembangannya menjadi tidak optimal karena pada ibu dengan postpartum depression tidak mampu merawat bayinya secara optimal sehingga bayi menjadi terabaikan, akibatnya kesehatan dan kebersihan bayinya pun tidak optimal, ibu dengan postpartum depression juga tidak bersemangat menyusui bayinya yang mengakibatkan perkembangan bayi tidak seperti yang ibunya sehat.

## Status Perkawinan

Postpartum depression dapat berdampak memunculkan keretakan pada hubungan perkawinan karena ibu dengan postpartum depression akan merasa tertekan karena harus mengurus bayi dan keluarga, oleh karena itu sering terjadi pertengkaran didalam hubungan rumah tangga.

# Wewenang Bidan

Berdasarkan Pasal 46 Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 tentang Kebidanan bahwa dalam menyelenggarakan praktik kebidanan, Bidan memberikan pelayanan meliputi pelayanan kesehatan ibu, pelayanan kesehatan anak, pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana, serta pelaksanaan tugas berdasarkan pelimpahan wewenang, dan/atau pelaksanaan tugas dalam keadaan keterbatasan tertentu, dan dalam Pasal 47 mengatakan Bidan dapat berperan sebagai pemberi pelayanan kebidanan, pengelola pelayanan kebidanan, penyuluh dan konselor, pendidik, pembimbing, dan fasilitator klinik, penggerak peran serta masyarakat dan pemberdayaan perempuan dan/atau peneliti dalam penyelenggaraan praktik kebidanan.

Usaha untuk mencapai MDG salah satunya yaitu untuk meningkatkan kesehatan ibu harus termasuk dalam mencegah dan mengatasi masalah kesehatan mental ibu dan harus dimasukkan sebagai bagian integral pelayanan kesehatan ibu. Sebagai contoh, petugas kesehatan bekerja pada pelayanan kesehatan seksual dan reproduksi dapat dilatih untuk mengenali gejala dari masalah kesehatan mental dan menyediakan konseling untuk mendukung psikologi ibu.

# Penatalaksanaan

Tatalaksana dalam perawatan depresi postpartum bervariasi tergantung dengan tingkat keparahan dari gejalanya, termasuk kemampuannya untuk merawat dan berinteraksi dengan bayi yang baru lahir. Jika baru terjadi gejala ringan atau sedang maka dapat dikelola dalam perawatan primer terdekat namun lebih baik jika langsung dirujuk ke bagian psikiatrik untuk mencegah komplikasi yang lebih parah, terutama ketika ibu sudah memiliki pikiran untuk mencelakai atau membahayakan diri sendiri dan orang lain. Namun dalam melakukan perawatan depresi postpartum dapat terjadi beberapa kendala bagi sebagian orang, seperti masalah keuangan, transportasi, dan penitipan anak.

- Untuk wanita dengan gejala ringan, intervensi psikososial yang dapat diberikan contohnya ialah meningkatkan dukungan, seperti dukungan dari teman sebaya dan konseling yang dilakukan oleh praktisi kesehatan yang profesional. Intervensi tersebut merupakan lini pertama dalam perawatan depresi postpartum.

## Penatalaksanaan

- Untuk wanita dengan gejala penyakit sedang, dan untuk mereka dengan gejala penyakit ringan yang tidak dapat merespon intervensi psikososial saja, dapat direkomendasikan untuk mendapatkan psikoterapi formal seperti terapi perilaku kognitif dan terapi interpersonal. Terapi ini diberikan secara berkelompok maupun individu dalam kurun waktu 12 hingga 16 minggu. Terapi perilaku kognitif berfokus pada perubahan pola pikir maladaptif, perilaku, atau keduanya, untuk menghasilkan perubahan positif dalam keadaan emosional. Sementara itu, terapi interpersonal adalah terapi suasana hati untuk hubungan interpersonal dan berfokus pada peningkatan hubungan untuk membantu dengan transisi peran seorang wanita menjadi orang tua baru.
- Untuk ibu yang menderita depresi postpartum yang cukup parah, sebaiknya melakukan kunjungan ke dokter agar dapat diberikan terapi farmakologis seperti golongan tricyclic antidepressant (TCAs). Terapi ini akan meringankan gejala-gejala dari depresi postpartum sehingga dapat menjalani kegiatan sehari-hari secara normal

## Pandangan Islam

Dalam Islam, masa kehamilan hingga persalinan diakui sebagai fase berat yang bisa membuat dampak psikologis pada wanita. Bahkan, Al-Qur'an juga mengakui betapa beratnya beban yang harus dipikul oleh seorang ibu.

Al-Qur'an menggambarkan kondisi baby blues ini sebagai wahnān ala wahnīn. Menurut al-Qurthubi dalam tafsirnya al-Jami' li Ahkam, istilah tersebut digunakan lantaran pada dasarnya perempuan merupakan makhluk yang lemah secara fisik. Kondisi kehamilan menyebabkan bertambahnya kelemahan tersebut.



# Thanks!

CREDITS: This presentation template was created by **Slidesgo**, including icons by **Flaticon** and infographics & images by **Freepik**

