

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang Masalah

Postpartum atau nifas adalah masa yang dialami ibu setelah melahirkan bayinya yang memiliki fungsi sebagai masa pemulihan kembali organ-organ reproduksi seperti sedia kala atau juga mendapat sebutan sebagai involusi, perhitungan masa pemulihan ini dimulai dari berakhirnya persalinan hingga 6 minggu setelahnya (Maritalia, 2017). Menurut pendapat Fathi et al. (2018), periode postpartum diartikan sebagai suatu masa peralihan yang diakibatkan karena terjadinya berbagai macam perubahan pada seorang ibu sebagaimana terjadi suatu perbedaan peran dan pola hidup setelah bertambahnya anggota keluarga baru sehingga diperlukannya perawatan yang sesuai bagi ibu, bayi, maupun keluarga. Periode postpartum pun melibatkan beberapa perubahan besar meliputi 3 perubahan yakni di tingkat sosial, biologis, serta psikologis ibu (Yan, Ding and Guo, 2020). Dari beberapa penjelasan diatas, kita ketahui bahwa kebutuhan kesehatan secara keseluruhan penting bagi ibu terutama di masa postpartum guna pemulihan perubahan-perubahan yang terjadi sehingga ibu, bayi, serta keluarga mencapai kesejahteraan.

Di seluruh dunia, khususnya di wilayah Wales tercatat 28,884 kelahiran pada tahun 2020 (Welsh Government Statistics, 2021). Di Indonesia sendiri menurut data Kemenkes Republik Indonesia (2019), jumlah ibu postpartum diperkirakan mencapai 5.017.552 jiwa, dimana Provinsi Jawa Barat berada di posisi satu dengan jumlah ibu hamil dan postpartum terbanyak di Indonesia, diikuti provinsi Banten yang menduduki urutan ke-5 dengan jumlah ibu postpartum sebanyak 252.183 jiwa. Data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Cilegon (2020) menunjukkan terdapat 8 puskesmas dengan Puskesmas Citangkil berada pada posisi pertama terkait jumlah ibu postpartum terbanyak yakni sebesar 1.551 jiwa

Kesehatan seorang ibu dalam aspek psikologis atau mental pada periode postpartum merupakan hal penting terutama karena hal ini memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan ibu serta bayi yang dilahirkan. Menurut WHO (2018),

kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan yang sejahtera, dimana suatu masalah dapat teratasi serta menyadari kemampuan dan potensi yang dimilikinya. Sebaliknya, Thapa et al. (2020) berpendapat bahwa kesehatan psikologis yang dimiliki ibu akan memengaruhi kesehatan dan proses kerja tubuh dalam rentang waktu pendek maupun panjang. Keadaan yang terganggu pada kesehatan mental seperti stress berat dapat meningkatkan risiko morbiditas kesehatan mental ibu di masa perinatal. Berdasarkan hal tersebut, maka perhatian khusus diperlukan dalam hal menjaga kesehatan mental ibu terutama pada periode transisi seperti postpartum.

Gangguan terhadap kesehatan mental di periode postpartum merupakan suatu masalah kesehatan yang perlu diatasi secara serius. Berdasarkan pernyataan Spedding et al. (2018), setidaknya terdapat 10%- 20% wanita hamil dan postpartum di seluruh dunia mengalami gangguan kesehatan mental dengan prevalensi rata-rata masalah ini mencapai 15,6% di Negara dengan penghasilan rendah dan menengah. Menurut Riskesdas (2018), gangguan psikologis secara emosional yang dialami penduduk Indonesia berumur diatas 15 tahun mencapai 706.688 penduduk dimana provinsi Banten menempati posisi ke-4 dengan total 14% atau 33.269 penduduk mengalami gangguan tersebut. Dengan tingginya data yang diperoleh, maka diperlukannya suatu upaya penanganan lebih lanjut terhadap kesehatan ibu khususnya pada aspek psikologis dikarenakan setelah persalinan selesai terjadi berbagai penyesuaian dan perubahan pada diri ibu.

Wanita pada periode postpartum mengalami berbagai macam perubahan dan penyesuaian pada dirinya dan diperlukannya suatu adaptasi terhadap peran barunya sebagai seorang ibu. Ibu yang gagal beradaptasi terhadap berbagai perubahan pada dirinya akan cenderung menimbulkan kesehatan mental maternal yang terganggu (Ammah and Arifiyanto, 2021). Gangguan atau masalah kesehatan mental maternal pada ibu meliputi kecemasan (gangguan kecemasan secara umum, gangguan panik, *posttraumatic stress disorder* (PTSD), dan gangguan obsesif-kompulsif), depresi, dan psikosis (Yeaton-Massey and Herrero, 2019). Penelitian Davenport et al. (2020) menunjukkan satu dari tujuh ibu mengalami depresi serta kecemasan selama periode postpartum berlangsung, hal ini pun selaras dengan penelitian Bauman et al. (2020) yang menunjukkan gejala terkait depresi postpartum dialami oleh satu

dari delapan ibu. Ibu yang mengalami kecemasan dan juga depresi dapat mengakibatkan penambahan risiko terhadap kelahiran bayi secara prematur, berkurangnya perlekatan ibu dan bayi, serta menghambat perkembangan bayi secara kognitif maupun emosional sehingga mengakibatkan ketidakpercayaan untuk melaksanakan peran dan tugasnya sebagai seorang ibu atau biasa disebut sebagai *self-efficacy* (Davenport et al., 2020; Zahmatkesh et al., 2020).

*Self-efficacy* merupakan kemampuan atau keyakinan dan kepercayaan yang dimiliki ibu untuk berhasil dalam menjalankan tugasnya sebagai orangtua dalam melakukan perawatan terhadap bayi serta lingkungannya (Azmoode, Jafarnejade and Mazlom, 2015). Konsep *self-efficacy* ini diperkenalkan pertama kali di tahun 1997 oleh Bandura yang diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi situasi stres atau tertekan serta mewakili keyakinan seseorang terhadap kemampuannya terhadap suatu kondisi tertentu (Zahmatkesh et al., 2020; Law et al., 2019). Dari sebagian uraian di atas, dapat disimpulkan jika *maternal self-efficacy* ialah sesuatu kepercayaan pada diri ibu akan kemampuannya dalam menjalankan peran dan melaksanakan perawatan terhadap bayi, dirinya sendiri, serta keluarga setelah persalinan.

*Maternal self-efficacy* memengaruhi perilaku dan kepercayaan yang dapat meningkatkan keyakinan pada diri ibu untuk merawat bayinya. *Self-efficacy* pada seorang ibu dapat menimbulkan lingkungan yang positif di mana antusiasme dan sikap yang tepat dapat mewujudkan perawatan bayi dan proses menyusui yang baik (Azmoode et al., 2015; Hankel et al., 2019). *Maternal self-efficacy* dan meningkatnya dukungan sosial dapat menurunkan kejadian depresi pada ibu di masa postpartum (Brazeau et al., 2018). Penelitian Rachmawati et al. (2021) menunjukkan dukungan sosial berpengaruh terhadap efikasi diri ibu di Puskesmas Pejuang ( $p = 0,038$ ). Demikian dengan penelitian Putriarsih et al. (2017) dengan hasil bahwa tingginya efikasi diri ibu akan menurunkan kemungkinan untuk mengalami gangguan mental selama periode postpartum. Dari uraian penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ibu memerlukan *maternal self-efficacy* untuk membangun rasa percaya diri ibu sehingga timbul keyakinan untuk merawat dan menyusui bayinya, serta dengan adanya *maternal self-efficacy* yang tinggi pula

dapat menurunkan kemungkinan ibu untuk mengalami depresi pada periode postpartum.

Periode postpartum yang tidak diiringi dengan *maternal self-efficacy* akan menyebabkan ibu lebih rentan terhadap depresi klinis yang ditandai dengan suasana hati yang tertekan, agitasi, kekecewaan, dan gangguan tidur (Liang *et al.*, 2020). Hal itu sejalan dengan penelitian Putriarsih *et al.* (2017) yang memaparkan bahwa *maternal self-efficacy* ditentukan oleh beberapa faktor, seperti kesehatan mental ibu, dukungan sosial, dan temperamen pada bayi. Selain itu, *maternal self-efficacy* juga dapat dinilai dari kondisi emosional ibu yaitu semakin negatif kondisi emosional, semakin rendah pula *self-efficacy* pada ibu. Dalam penelitiannya pula ditemukan hubungan *self-efficacy* ibu dengan depresi postpartum ( $p < 0,001$ ). Oleh sebab itu, *maternal self-efficacy* berpengaruh terhadap rasa kepercayaan diri ibu dan tingkat *maternal self-efficacy* yang dimiliki ibu akan berpengaruh terhadap kondisi psikologis ibu.

Pandemi COVID-19 yang berlangsung di dunia meliputi Indonesia, menjadi sebuah keadaan yang belum pernah terjadi sebelumnya. Di Indonesia, angka penyebaran COVID -19 mengalami penambahan kasus kembali dengan adanya sebaran varian baru yakni *omicron* yang saat ini tercatat dengan kasus terkonfirmasi positif sebanyak 4.275.528 jiwa dengan penambahan kasus baru 1.745 jiwa per tanggal 19 Januari 2022 (Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional, 2022). Dengan adanya pandemi ini, ibu hamil dan postpartum rentan mengalami gangguan perasaan dan kecemasan yang ditimbulkan karena adanya kekhawatiran terkait kesejahteraan bayi dan pembatasan sosial serta ketidakmampuan ibu untuk memperoleh dukungan dan perawatan yang diharapkan selama masa tersebut (Thapa *et al.*, 2020). Hal ini akan menyebabkan ketidakpercayaan dan kecemasan pada ibu postpartum untuk merawat bayinya sehingga *maternal self-efficacy* dari ibu tersebut akan terpengaruh.

Dalam penelitian Yan *et al.*, (2020), tingkat prevalensi kecemasan pada ibu yang sedang hamil mencapai 37%, depresi 31%, *distress* psikologis/mental 70%, dan insomnia pada ibu hamil yaitu sebesar 49%, serta depresi postpartum sebesar 22% selama pandemi COVID-19. Hasil studi yang dilakukan Yuliani & Aini (2020) pun menunjukkan setidaknya 87% ibu mengalami kecemasan dalam rentang

ringan-sedang selama masa postpartum. Studi lain memaparkan bahwa kecemasan ibu postpartum terkait COVID-19 dapat menimbulkan dampak yang buruk terhadap psikologis ibu serta dapat memperparah gejala depresi (Zanardo *et al.*, 2020). Dengan demikian, kondisi pandemi ini dapat memperburuk kecemasan ibu yang dapat berdampak pula pada menurunnya *maternal self-efficacy* sehingga diperlukannya suatu upaya untuk meningkatkan hal tersebut.

Upaya dalam peningkatan *maternal self-efficacy* dapat dilakukan dengan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan diketahui merupakan bagian dari promosi kesehatan (Bagherinia, Mirghafourvand and Shafaie, 2017). Menurut Njakatara *et al.* (2021), pengetahuan ialah salah satu aspek yang dapat digunakan dalam peningkatan *self-efficacy* ada ibu postpartum, sedangkan kurangnya pengetahuan serta keterampilan ibu dapat memengaruhi perawatan terhadap bayinya. Hal tersebut selaras dengan penelitian lain yang menyebutkan pembelajaran atau edukasi kesehatan dapat mengurangi kekhawatiran saat melahirkan serta meningkatkan *self-efficacy* (Serçekuş and Başkale, 2016). Oleh karena itu, pendidikan atau edukasi yang diterima dan dipahami oleh ibu di periode postpartum dapat memperbaiki serta memberikan peningkatan pada sikap serta keterampilan ibu saat melaksanakan kegiatan merawat bayinya.

Pendidikan atau edukasi kesehatan dapat diberikan melalui berbagai macam media, termasuk melalui media berbasis digital pada era globalisasi dan pandemi saat ini. Menurut data Kominfo pada tahun 2021, di Indonesia terdapat 202,6 juta orang yang menggunakan internet dengan peningkatan sebanyak 11% sehingga menjadikan Indonesia sebagai Negara peringkat atas dengan pengguna internet terbanyak di seluruh dunia (Ditjen Aptika, 2021). Berdasarkan hasil riset Rahmayanti *et al.*, (2021) diperoleh hasil bahwa pendidikan yang dilakukan secara *online* dengan fokus perawatan maternal keluarga dapat meningkatkan *self-efficacy* pada ibu postpartum yang sedang menyusui. Pembelajaran digital berbasis internet/*website* ini diberikan sebagai media edukasi karena banyaknya pengguna internet di Indonesia.

Pemanfaatan media digital pada penyelenggaraan edukasi merupakan bentuk dari inovasi dalam pengembangan metode pendidikan serta promosi di bidang kesehatan. Berdasarkan hasil review Ariyani (2018), intervensi yang diberikan

melalui media digital dapat memberikan edukasi yang lebih interaktif terhadap ibu dan berdampak pada pengetahuan yang meningkat. Dalam studi yang dilakukan Urech et al., (2017), didapatkan hasil bahwa edukasi berbasis internet yakni *website* dapat mengurangi tekanan terhadap psikososial dan peningkatan kesejahteraan ibu saat hamil. Dalam beberapa penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi atau pembelajaran melalui media digital seperti *website* berpengaruh secara positif terhadap pengetahuan dan peningkatan *maternal self-efficacy*.

*Website* dalam penelitian ini dirancang secara khusus sehingga dapat digunakan secara mudah oleh pengguna. *Website* tersebut memuat informasi-informasi terkait postpartum sebagai upaya peningkatan *maternal self-efficacy*. Ibu dapat mengakses *website* tersebut secara leluasa karena *website* merupakan media digital yang dapat diakses melalui *handphone* maupun laptop/komputer yang terhubung dengan internet.

Dari penjelasan yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti berencana untuk menjalankan sebuah penelitian terkait “Pengaruh Pembelajaran Berbasis *Website* “WEBYMOM” Terhadap *Maternal Self-Efficacy* Pada Ibu Postpartum Selama Pandemi COVID-19”.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Periode postpartum ialah masa transisi atau peralihan pada ibu dalam melakukan penerimaan terhadap perubahan, peran, serta anggota keluarga baru. Di masa ini, diperlukan waktu untuk dapat beradaptasi dengan berbagai perubahan secara fisik dan mental, terutama di masa pandemi COVID-19. Dalam proses adaptasi tersebut, ibu postpartum membutuhkan keyakinan diri untuk berhasil melaksanakan perannya sebagai seorang ibu dalam merawat bayi serta lingkungan keluarga sehingga tercapai kondisi sejahtera, hal ini disebut dengan *self-efficacy*. Dengan adanya pandemi COVID-19 pula, kecemasan mengalami peningkatan pada ibu postpartum yang mengakibatkan terjadinya penurunan *self-efficacy* pada ibu untuk merawat bayinya. Upaya dalam meningkatkan *self-efficacy* ibu postpartum yakni dengan melakukan pembelajaran atau pendidikan kesehatan, sehingga rumusan masalah yang ditetapkan pada penelitian ini ialah apakah terdapat

“Pengaruh Pembelajaran Berbasis *Website* “WEBYMOM” Terhadap *Maternal Self-Efficacy* Pada Ibu Postpartum Selama Pandemi COVID-19”.

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan secara umum dari penelitian ini adalah untuk melihat adanya pengaruh pembelajaran berbasis *website* “WEBYMOM” terhadap *maternal self-efficacy* pada ibu postpartum selama pandemi COVID-19.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik ibu postpartum yang meliputi umur, tingkat pendidikan, dan pekerjaan ibu.
- b. Mengetahui tingkat *maternal self-efficacy* pada ibu di periode postpartum sebelum dilakukan pembelajaran berbasis *website*.
- c. Mengetahui tingkat *maternal self-efficacy* pada ibu di periode postpartum sesudah dilakukan pembelajaran berbasis *website*.
- d. Menganalisis pengaruh pemberian pembelajaran berbasis *website* “WEBYMOM” terhadap *maternal self-efficacy* ibu postpartum selama pandemi COVID-19.

### **I.4 Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1 Manfaat Penelitian Berdasarkan Teoritis**

Penelitian yang dilakukan diharapkan bermanfaat dalam berkontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan di bidang maternitas untuk mengetahui pengaruh pembelajaran berbasis *website* “WEBYMOM” terhadap *maternal self-efficacy* pada ibu postpartum selama pandemi COVID-19.

#### **I.4.2 Manfaat Penelitian Berdasarkan Praktis**

##### **a. Bagi Penulis penelitian**

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu menjadi sebuah sarana dan media pembelajaran dalam menerapkan teori yang telah diterima peneliti selama masa pembelajaran.

**b. Bagi Pendidikan**

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian yakni dapat mengembangkan ilmu pengetahuan serta menjadi dasar pada penelitian selanjutnya khususnya di bidang keperawatan maternitas.

**c. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini yakni sebagai sarana pemberian informasi dan menjadi acuan dalam pemberian asuhan keperawatan dan kebijakan dalam pelayanan kesehatan, khususnya bagi ibu di periode postpartum.