



**PENGARUH PROGRAM PSIKOEDUKASI
TERHADAP KEJADIAN *BABY BLUES* PADA IBU *POSTPARTUM*
DI KECAMATAN CIOMAS, KABUPATEN BOGOR**

SKRIPSI

FEBILLA DWINANDA RIYANTI

2010713073

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA**

2024



**PENGARUH PROGRAM PSIKOEDUKASI
TERHADAP KEJADIAN *BABY BLUES* PADA IBU *POSTPARTUM*
DI KECAMATAN CIOMAS, KABUPATEN BOGOR**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

FEBILLA DWINANDA RIYANTI

2010713073

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA**

2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Febilla Dwinanda Riyanti

NIM : 2010713073

Tanggal : 03 Juli 2024

Bilamana dikemudian hari ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 03 Juli 2024

Yang Menyatakan,

A 10,000 Indonesian postage stamp (Meterai Elektronik) is shown next to a handwritten signature. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'METERAI ELEKTRONIK 10000 SEPULUH RIBU RUPIAH'. The signature is written in black ink and appears to be 'Febilla Dwinanda Riyanti'.

Febilla Dwinanda Riyanti

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Febilla Dwinanda Riyanti

NIM : 2010713073

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Pengaruh Program Psikoedukasi terhadap Kejadian *Baby Blues* pada Ibu *Postpartum* di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai Pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 03 Juli 2024

Yang Menyatakan,



Febilla Dwinanda Riyanti

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Febilla Dwinanda Riyanti

NIM : 2010713073

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Judul : Pengaruh Program Psikoedukasi terhadap Kejadian *Baby Blues*
pada Ibu *Postpartum* di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Cahya Kharis Herbawani, S.Keb., Bd, M.K.M.

Penguji I/Ketua Penguji

Dr. Laily Hanifah, S.K.M., M.Kes.

Penguji II

Dr. Hj. Eca Kurniasih, S.K.M., M.Kes.

Penguji III/Pembimbing

Desmawati, SKp., M.Kep, Sp.Mat., Ph.D.

Dekan FIKES-UPN "Veteran" Jakarta

Dr. Chandrayani Simanjan, S.K.M., M.Epid.

Koor. Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 03 Juli 2024

PENGARUH PROGRAM PSIKOEDUKASI TERHADAP KEJADIAN *BABY BLUES* PADA IBU *POSTPARTUM* DI KECAMATAN CIOMAS, KABUPATEN BOGOR

Febilla Dwinanda Riyanti

Abstrak

Prevalensi kejadian *baby blues* di dunia masih tinggi. Kejadian *baby blues* di Indonesia sendiri mencapai 1 sampai 2 per 1000 kelahiran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program psikoedukasi terhadap kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum* di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif *pre-experimental* dengan rancangan *one-group pre-test* dan *post-test* yang dilaksanakan pada bulan Juni 2024 dengan sampel yaitu 15 ibu *postpartum* yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS), serta dianalisis menggunakan uji *paired T-test*. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,009 < 0,05$ dengan t statistik $3,055 > 2,145$ (t tabel). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh program psikoedukasi terhadap kejadian *baby blues* pada ibu *postpartum* di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor. Berdasarkan hasil penelitian, penulis merekomendasikan kepada fasyankes di wilayah Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor untuk membuat program psikoedukasi secara berkala untuk ibu hamil selama masa kehamilan ataupun memberikan rujukan untuk mendatangi fasyankes yang menyediakan jasa psikolog, agar mencegah ibu mengalami *baby blues*.

Kata Kunci: *Baby Blues*, Psikoedukasi, *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS)

THE EFFECT OF PSYCHOEDUCATION PROGRAM ON THE INCIDENCE OF BABY BLUES IN POSTPARTUM MOTHERS AT CIOMAS DISTRICT, BOGOR REGENCY

Febilla Dwinanda Riyanti

Abstract

The prevalence of baby blues in the world is still high. The incidence of baby blues in Indonesia reaches 1 to 2 per 1000 births. This study aims to determine the effect of a psychoeducation program on the incidence of baby blues in postpartum mothers in Ciomas District, Bogor Regency. This research is pre-experimental quantitative research with a one-group pretest and post-test design, which was carried out in June 2024 with a sample of 15 postpartum mothers selected using a purposive sampling technique. Data were collected using the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) instrument and analyzed using the paired T-test. The research results show a significance value of $0.009 < 0.05$ with t statistics of $3.055 > 2.145$ (t table). So, it can be concluded that there is an influence of the psychoeducation program on the incidence of baby blues in postpartum mothers in Ciomas District, Bogor Regency. Based on the research results, the author recommends that health facilities in the Ciomas District area, Bogor Regency, create regular psychoeducation programs for pregnant women during pregnancy or provide referrals to go to health facilities that provide psychologist services in order to prevent mothers from experiencing baby blues.

Keywords: *Baby Blues, Psychoeducation, Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian yang dipersiapkan sejak bulan Maret – Juni 2024 ini adalah **“Pengaruh Program Psikoedukasi terhadap Kejadian *Baby Blues* pada Ibu *Postpartum* di Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor”**. Terima kasih penulis ucapkan kepada Mamah Rika selaku ibu yang telah memberikan dukungan berupa do’a, semangat, serta bantuan biaya selama proses pembuatan skripsi ini. Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada:

1. Ibu Desmawati, SKP, M.Kep, Sp. Kep, Mat, PhD. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta
2. Ibu Dr. Chandrayani Simanjourang, SKM., M.Epid. selaku Koordinator Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
3. Ibu Dr. Hj. Een Kurnaesih, SKM., M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat serta dukungan.
4. Ibu Chahya Kharin Herbawani, S.Keb.,Bd, MKM. dan Ibu Dr. Laily Hanifah, SKM, M.Kes selaku penguji yang senantiasa turut memberikan saran serta dukungan.
5. Terima kasih kepada ibu yang berkenan menjadi responden dan kepada semua bidan yang membantu proses penelitian ini hingga berjalan lancar.
6. Terima kasih kepada Teh Dilla, Ade Dinda, Uwa Nina, Teh Dinda, Kak Dheni, dan seluruh anggota keluarga lainnya yang tidak henti-hentinya memberikan penulis dukungan, do’a, dan bantuan.
7. Terima kasih kepada Mugi, Bunga, Dinda, Echy, Alisyah, Aulia, Syifa, dan Abay, serta teman-teman lainnya yang telah memberikan dukungan dan membantu dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, 20 Juni 2024

Penulis

Febilla Dwinanda Riyanti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan masalah	3
I.3 Tujuan	3
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Ruang Lingkup	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 <i>Baby Blues</i>	6
II.2 Konsep Psikoedukasi	16
II.3 Penelitian Terdahulu	21
II.4 Kerangka Teori	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
III.1 Kerangka Konsep.....	25
III.2 Definisi Operasional	26
III.3 Hipotesis Penelitian	28
III.4 Desain Penelitian	28
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	28
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
III.7 Pengumpulan Data.....	30
III.8 Instrumen Penelitian	31
III.9 Uji Normalitas	32
III.10 Pengolahan Data	32
III.11 Teknik Analisis Data	33
III.12 Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	36
IV.2 Hasil Penelitian.....	37
IV.3 Pembahasan	39
IV.4 Keterbatasan Penelitian	44

BAB V PENUTUP.....	46
V.1 Kesimpulan.....	46
V.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Baby Blues, Postpartum Depression, dan Postpartum Psychosis</i>	14
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	21
Tabel 3	Definisi Operasional	26
Tabel 4	Desain Penelitian.....	28
Tabel 5	Perhitungan Sampel Minimal	30
Tabel 6	Kode Variabel Penelitian	32
Tabel 7	Distribusi dan Frekuensi Karakteristik Responden.....	37
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Kejadian <i>Baby Blues</i>	38
Tabel 9	Uji Normalitas Data Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	38
Tabel 10	Uji Parametrik (Uji <i>Paired T-Test</i>) Kejadian <i>Baby Blues</i>	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	24
Gambar 2	Kerangka Konsep Penelitian	25
Gambar 3	Peta Wilayah Kabupaten Bogor	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Linimasa Pengerjaan Skripsi
- Lampiran 2 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 4 *Ethical Clearance*
- Lampiran 5 PSP dan *Informed Consent*
- Lampiran 6 Instrumen Penelitian dan Petunjuk Pengisian
- Lampiran 7 *Curriculum Vitae* Psikolog
- Lampiran 8 Materi Psikoedukasi
- Lampiran 9 Tabulasi Data
- Lampiran 10 *Output Uji Normalitas*
- Lampiran 11 *Output Uji Univariat*
- Lampiran 12 *Output Uji Bivariat*
- Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 14 Lembar Monitoring
- Lampiran 15 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 16 Hasil TurnItIn