

Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta
2022

ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU *POSTPARTUM*
DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN PSIKOLOGIS
INTEGRITAS EGO

¹ Alicia Miftahur Rohmah ² Mellia Silvy Irdianty S.Kep.,Ns.,M.PH

¹ Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

aliciamiftahur@gmail.com

² Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas
Kusuma Husada Surakarta

silvy.irdianty@gmail.com

ABSTRAK

Postpartum blues adalah perasaan yang terjadi pada ibu *pasca* melahirkan yang ditandai dengan kecemasan, serangan panik, kelelahan, perasaan menyalahkan diri, dan merasa tidak mampu mengurus bayinya. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi *postpartum blues* diantaranya melalui aromaterapi minyak esensial lavender. Tujuan penelitian pada studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan pada ibu *postpartum* dalam pemenuhan psikologis integritas ego. Jenis penelitian ini menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah satu orang ibu *postsectio caesarea* dengan *postpartum blues* dalam pemenuhan kebutuhan psikologis di ruang gardenia. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan pada ibu *postpartum* dalam pemenuhan kebutuhan psikologis integritas ego yang dilakukan tindakan keperawatan aromaterapi minyak esensial lavender selama 14 hari didapatkan hasil penurunan skor EPDS dari skor 15 (depresi sangat mungkin terjadi) menjadi skor 7 (tidak depresi).

Kata kunci : Aromaterapi minyak esensial lavender, penurunan skor EPDS, *postpartum blues*

Nursing Study Program Of Diploma 3 Programs

Faculty Of Health Sciences

University Of Kusuma Husada Surakarta

2022

**NURSING CARE FOR POSTPARTUM MOTHERS IN FULFILLMENT OF
PSYCHOLOGICAL NEEDS
EGO INTEGRITY**

¹ Alicia Miftahur Rohmah ² Mellia Silvy Irdianty S.Kep.,Ns.,M.PH

¹Student of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta

aliciamiftahur@gmail.com

²Nursing Lecturer of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, University of
Kusuma Husada Surakarta

silvy.irdianty@gmail.com

ABSTRACT

Postpartum blues is the mother's emotion after childbirth. It is characterized by anxiety, panic attacks, fatigue, self-blame, and a sense of inability to take care of the baby. An effort to manage postpartum blues is aromatherapy of lavender essential oil. The objective of the study was to determine the description of nursing care for postpartum mothers in fulfilling the psychological needs of ego integrity. This type of research adopted a case study approach. The subject was a post-section Caesarea mother with postpartum blues in fulfilling psychological needs in the Gardenia room. The nursing care management for postpartum mothers in fulfilling the psychological needs of ego integrity by aromatherapy of lavender essential oil for 14 days resulted in the EPDS score reduction from 15 (Probable depression) to 7 (Depression not likely).

Keywords: Aromatherapy of Lavender Essential Oil, Reduced EPDS Score, Postpartum Blues.

Translated by:



Bambang A Syukur, M.Pd.

HPI-01-20-3697

PENDAHULUAN

Postpartum blues adalah perasaan yang terjadi pada ibu pasca melahirkan yang ditandai dengan kecemasan, serangan panik, kelelahan, perasaan menyalahkan diri, dan merasa tidak mampu mengurus bayinya (Litter.,2017). Periode postpartum merupakan peristiwa alamiah setelah persalinan dan pada masa ini terjadi perubahan fisik maupun psikologis berupa adanya rasa ketakutan dan kekhawatiran untuk pencapaian peran baru sebagai ibu. Periode postpartum banyak terjadi perubahan baik secara fisik, psikologis, emosional, dan sosial (Baston & Hall.,2016). *Postpartum blues* pada umumnya terjadi 2-3 hari setelah melahirkan dan berlangsung kurang lebih sampai 10 hari (Langan R.,2016). Tanda dan gejala risiko *postpartum blues* diantaranya adalah perubahan pola makan, gangguan pola tidur, menangis, merasa tidak berharga, dan putus asa (Haque.,2017).

Perubahan hormonal pasca persalinan dan stres diduga menjadi salah satu penyebab *postpartum blues*. Pada masa awal postpartum terjadi penurunan steroid gonad. Hal ini diinisiasi oleh penurunan kadar progesteron yang cukup besar antara kala 1 dan kala 2 persalinan, dan setelah plasenta lahir terjadi

penurunan hormon estrogen secara tiba-tiba. Estrogen dapat mempengaruhi serotone dan dopamine yang menyebabkan gejala aktif dan psikotik. Stressor psikologi dapat diakibatkan oleh perubahan yang terjadi saat hamil maupun pasca persalinan yang berhubungan dengan pencapaian peran ibu. Bagi sebagian ibu itu tidak dapat menjadi peran barunya dengan baik (Rai S.,2015).

Menurut data dari WHO (2018) mencatat prevalensi *postpartum blues* secara umum populasi di dunia masalah 3-8% dengan 50% kasus terjadi pada usia produktif yaitu 20-50 tahun. Angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia menurut USAID (*United State Agency for International Development*) 2016 terdapat 31 kelahiran per 1000 populasi ibu pasca kelahiran. Indonesia termasuk menduduki peringkat ke-4 tertinggi di ASEAN setelah Laos yaitu sebanyak 26 kelahiran per 1000 populasi ibu pasca kelahiran dan kamboja yaitu sebanyak 25 kelahiran per 1000 populasi ibu pasca kelahiran (Munawaroh.,2018). Angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia yaitu antara 50%-70% dan angka kejadian depresi postpartum yaitu sebanyak 22,4% (WHO.,2018).

Penanganan *postpartum blues* dapat dilakukan melalui upaya

farmakologis dan non farmakologis (Langan RC.,2016). Salah satu upaya non farmakologis untuk mengatasi *postpartum blues* yaitu melalui aromaterapi (Kumar A. & Gandhi AJ.,2016). Aromaterapi merupakan penggunaan bagian tertentu tanaman sebagai pengobatan dalam bentuk konsentrasi essens yang diekstrasi melalui destilasi. Aromaterapi melalui minyak esensial dapat digunakan langsung melalui penciuman (Sanchez-vidana DI.,2017). Lavender mampu menurunkan stres dan meningkatkan kualitas tidur pada ibu postpartum (Cho et al.,2017). Aromaterapi merupakan salah satu terapi yang tidak mahal. Inhalasi lavender dapat mencegah dan mengurangi stres, cemas, dan depresi pada ibu postpartum (Kianpour.,2016).

Teknik aromaterapi lavender dilakukan dengan cara partisipan diberikan sapu tangan katun yang telah ditetesi dengan 7 tetes minyak menghirup aroma minyak esensial lavender, selanjutnya pasien diminta untuk menarik napas dalam dengan menghirup aroma tersebut selama 10 kali bernapas dalam setiap hari sebelum tidur. Selanjutnya, sapu tangan tersebut diletakkan di dekat bantal sampai pagi. Intervensi ini dilakukan selama 14 hari. Sapu tangan yang telah digunakan diganti setiap malam (Kianpour.,2016).

Mekanisme kerja aromaterapi esensial melalui stimulus sel reseptor penciuman di epitel nasal, molekul dari aromaterapi yang menguap ditangkap oleh silia olfactory kemudian diteruskan ke bulbus olfaktori. Selanjutnya sinyal ditransmisikan ke system limbik dan hipotalamus di otak melalui bulbus olfaktori. Setelah sinyal mencapai korteks penciuman, pelepasan neurotransmitter seperti norepinefrin terjadi yang menghasilkan efek yang diharapkan pada emosi yang berkaitan penggunaan minyak esensial (Mohammad et al.,2015).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh lenny (2020) yang dilakukan selama 14 hari terdapat perbedaan skor EPDS antara sebelum intervensi (data awal) dengan hari ke-7 (rerata skor EPDS $5,30 \pm 2,17$) dan hari ke-14 penelitian (rerata $1,50 \pm 1,73$) dengan $p < 0,0001$. Hasil uji post hoc wilcoxon juga menunjukkan perbedaan antara skor EPDS awal dengan hari ke-7, skor EPDS awal dengan hari ke-14 dengan $p < 0,001$. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan tindakan aromaterapi minyak esensial lavender yang bertujuan untuk mengetahui gambaran “Asuhan keperawatan pada ibu postpartum dalam pemenuhan psikologis integritas ego”.

METODE PENELITIAN

Karya Tulis Ilmiah ini disusun di ruang gardenia RSUD Ungaran yang terletak di Jl. Diponegoro No.125, Ungaran, Genuk, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah, Kode Pos : 50512 dan dirawat minimal 3 hari.

Metode penelitian dalam studi kasus adalah wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, Pengambilan kasus dimulai tanggal 18 januari – 02 februari 2022. Sebelum dilakukan tindakan, subjek dilakukan pengukuran skor EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*). Kemudian dilakukan intervensi dengan memberikan tindakan terapi aromaterapi minyak esensial lavender, setelah dilakukan Tindakan pengukuran skor EPDS. Dilakukan *pre test* dan *post test* untuk menunjukkan apakah ada penurunan skor EPDS pada pasien postpartum blues. Terapi aromaterapi minyak esensial lavender dilakukan sehari sekali pada malam hari sebelum tidur selama 14 hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus ini dipilih 1 orang sebagai responden studi kasus yaitu yang sesuai dengan kriteria inklusi yaitu usia ibu 15 – 49 tahun, usia kehamilan 37 – 42 minggu, tidak ada riwayat asma, tidak

alergi atau dermatitis terhadap bunga atau tanaman berdasarkan anamnesa, ibu mampu membaca dan menulis dengan baik dalam Bahasa Indonesia, skor Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) >10 pada hari ketiga postpartum, dan ibu bersedia didatangi kerumahnya oleh peneliti selama pengumpulan data apabila dalam 14 hari penelitian responden sudah pulang dari RSUD Ungaran. Subjek studi kasus ini adalah Ny.S berusia 35 tahun, beraga islam, beralamat di jatisari, nomor register 608xxx, diagnosa medis G3 P2 A0, tekanan darah 110/70 mmHg, nadi 99x/menit, respiration rate 20x/menit, suhu 36,6°C. Subjek masuk ruang gardenia pada tanggal 17 januari 2022 pukul 11.30 WIB melalui Poli Kandungan dengan keluhan kaki bengkak dan letak posisi bayi sungsang.

Hasil pengkajian didapatkan data keluhan utama pasien mengatakan khawatir dengan peran barunya sebagai ibu. Hasil pemeriksaan abdomen didapatkan hasil involusi uterus nyeri post SC (+), TFU 1 jari dibawah pusat, kontraksi uterus keras (+), ada jahitan post operasi. Kondisi luka tidak ada kemerahan, tidak bengkak. Uterus teraba dari luar, kontraksi baik, posisi di tengah, kandung kemih terpasang kateter, diastasisrektus abdominalis tidak terkaji,

dan fungsi pencernaan belum berfungsi secara normal.

Hasil pemeriksaan eliminasi BAK tidak nyeri, terpasang kateter dengan jumlah urine 200CC, belum BAB setelah melahirkan. Istirahat dan kenyamanan pola tidur Ny.S mengatakan selama masuk rumah sakit pola tidur tidak menentu, karena khawatir dengan peran barunya sebagai ibu yang melahirkan secara SC (*Sectio Caesarea*), dan belum bisa menggerakkan ekstremitas bawah. Keluhan ketidaknyamanan Ny.S mengatakan tidak nyaman post operasi karena terpasang kateter. Mobilisasi dan latihan tingkat mobilisasi Ny.S masih istirahat tirah baring. Latihan menggerakkan lengan tangan dan memutar pergelangan tangan. Keadaan mental adaptasi psikologis Ny.S mengatakan khawatir dengan peran barunya sebagai ibu yang melahirkan secara SC karena belum bisa bergerak secara normal, dan merasa bersalah karena ASI nya belum keluar.

Postpartum blues pada umumnya terjadi pada waktu 2-3 hari setelah melahirkan dan berlangsung sampai kurang lebih 10 hari (Langan RC.,2016). Walaupun gejala yang dialami ibu tidak spesifik namun jika tidak ditangani lebih dari 2 minggu akan berpotensi menghambat pencapaian peran ibu akibat

gangguan psikologis yang lebih berat (Rai S.,2015). Stres masa postpartum pada ibu dengan riwayat *sectio caesarea* sangat rentan terjadi. Hal ini diakibatkan oleh nyeri postsectio, perubahan hormon, pencapaian peran ibu, dan ketidakmampuan merawat bayi secara mandiri. Penggunaan aromaterapi sangat bermanfaat dan ibu merasa lebih nyaman sehingga dapat menurunkan stres yang terlihat dari penurunan rerata skor EPDS.

Persalinan dengan *sectio caesarea* merupakan salah satu bentuk stresor pada ibu postpartum. Hal ini diakibatkan keterbatasan ibu melaksanakan kegiatan merawat bayi, perasaan nyeri karena operasi, adaptasi peran ibu terbatas, dan kekhawatiran terhadap bekas luka operasi. Keadaan ini dapat memicu terjadinya postpartum blues. Dalam seluruh persalinan terjadi 34% letak sungsang. Kejadian presensi bokong berkisar antara 25-30% ketika umur kehamilan 28 minggu dan presensi kepala terjadi pada usia kehamilan 34 minggu (Isnani.,2018). Hasil analisis data penelitian menunjukkan karakteristik persalinan letak sungsang berdasarkan umur ibu didapatkan tertinggi pada subjek dengan kelompok umur tanpa resiko dimana memiliki rentan umur di atas 35 tahun (Bonatua dkk.,2016).

Hasil pengkajian 3 jam setelah melahirkan, didapatkan data tinggi fundus uterus 1 jari dibawah pusat, menurut teori dua jam setelah persalinan waktu yang krisis bagi ibu, berbagai komplikasi dapat di alami oleh ibu pada masa ini, dan apabila tidak tertangani dengan baik akan memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap tingginya angka kematian ibu. Oleh karena itu pasien dalam 2 jam pertama setelah tidak boleh dalam keadaan sendirian, tujuannya untuk membantu involusi uteri berjalan dengan baik, sehingga ibu dapat menjalani masa nifas secara normal. Hasil penelitian didapatkan 2 jam postpartum yaitu 1 jari di bawah pusat dan setelah 6 jam postpartum didapatkan hasil 2 jari dibawah pusat (Muzidah.,2020).

Penurunan tinggi fundus uteri, normal akan terjadi secara gradual, artinya setingkat demi setingkat (Prawiroharjo.2016). TFU akan berkurang 1- 2 cm setiap harinya dan pada hari ke-9, uterus sudah tidak dapat teraba (Bobak.,2015). Pada ibu multipara proses involusi uterus cenderung menurun kecepatannya dibandingkan dengan primipara, hal ini disebabkan oleh fisiologi otot-otot rahim multipara yang berkurang elastisitasnya sehingga terjadi hambatan dalam involusi uterus. Otot-otot uterus multipara sudah sering terangsang, sehingga waktu yang lebih lama untuk

involusi uterus (Manuaba.,2017). Proses involusi uterus akan akan berjalan bagus jika ada kontraksi uterus yang cukup kuat. Hal inilah yang menuntut dilakukannya berbagai tindakan untuk memperbaiki kontraksi uterus yang kurang optimal (Cunningham & Garry F.,2016).

Hasil pengkajian didapatkan data lochea rubra 3 jam setelah melahirkan. Lochea rubra adalah lochea berwarna merah, karena berisi darah segar dan sisasisa selaput ketuban, sel-sel desidua verniks caseosa, lanugo, dan meconium selama 2 hari pasca persalinan (Saleha S.,2019). Apabila proses fisiologis ini bisa terjadi dengan optimal, maka diharapkan pengeluaran lochea pada masa nifas juga akan berlangsung dengan baik. Jadi dapat disimpulkan menurut teori pengeluaran lochea rubra 3 jam postpartum itu termasuk norma dan tidak ada kesenjangan, karena lochea rubra keluar selama 2 hari postpartum.

Penulis dalam melakukan pengkajian menggunakan kuesioner EPDS (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*). Dalam hal ini pasien mempunyai skor dengan skor < 8 : tidak depresi, skor 9-11 : kemungkinan depresi, skor 12-13 : kemungkinan depresi cukup tinggi, skor >14 : depresi sangat mungkin terjadi. Dapat disimpulkan bahwa tidak ada kesenjangan antara teori dan kenyataan

yang terjadi pada gejala yang dirasakan pada Ny.S. Dalam melakukan pengukuran gangguan mood pada ibu postpartum penulis menggunakan kuesioner EPDS, diperoleh hasil bahwa pasien menunjukkan mengalami perubahan mood pasca melahirkan yaitu dengan hasil skor 15 tergolong (depresi sangat mungkin terjadi).

Perumusan diagnosis keperawatan dalam kasus ini didasarkan pada keuhan utama dari beberapa karakteristik yang muncul pada Ny.S. sesuai pengkajian yang diperoleh pada Ny.S yaitu Harga diri rendah situasional berhubungan dengan gangguan peran sosial dibuktikan dengan menilai diri negatif (D.0102)

Intervensi keperawatan disusun berdasarkan SIKI (2018) yaitu dukungan penampilan peran (I.13478) yaitu observasi: identifikasi peran yang ada dalam keluarga, identifikasi peran yang tidak terpenuhi. Terapeutik : Berikan terapi nonfarmakologis (aromaterapi), fasilitasi adaptasi peran keluarga terhadap perubahan peran yang tidak di inginkan, fasilitasi diskusi tentang peran orang tua, jika perlu. Edukasi : ajarkan perilaku baru yang dibutuhkan oleh pasien untuk memenuhi peran.

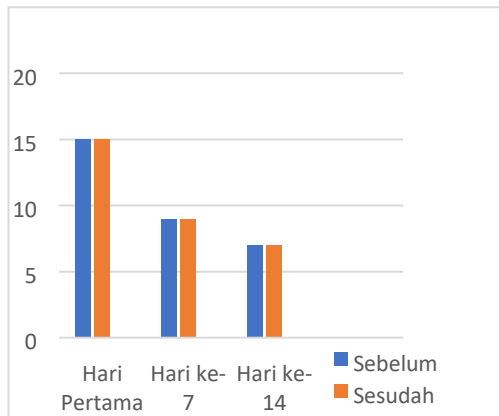
Setelah dilakukan tindakan keperawatan pada diagnosis Harga diri rendah situasional berhubungan dengan gangguan peran sosial dibuktikan dengan menilai diri negatif hasil evaluasi pada hari pertama tanggal 20 januari 2022 jam 20.00 WIB hasil evaluasi pada Ny.S yaitu **Subjektif** : pasien mengatakan masih sedikit khawatir dengan peran barunya sebagai ibu, pasien mengatakan ASI nya sudah keluar **Objektif** : pasien tampak rileks, pasien tampak tidak ada alergi pada aromaterapi lavender, skor EPDS 15 (depresi sangat mungkin terjadi).

Hasil evaluasi hari ke-7 tanggal 26 januari 2022 jam 08.00 WIB memberikan Teknik nonfarmakologis aromaterapi minyak essential lavender. Hasil evaluasi pada Ny.S yaitu **Subjektif** : pasien mengatakan pasien bersedia melakukan teknik aromaterapi minyak essential lavender, **Objektif** : pasien tampak kooperatif, skor EDPS 9 (kemungkinan depresi).

Hasil evaluasi hari ke-14 tanggal 02 februari 2022 jam 08.00 WIB memberikan teknik nonfarmakologis aromaterapi minyak essential lavender secara mandiri. Hasil evaluasi Ny.S yaitu **Subjektif** : pasien mengatakan sudah tidak khawatir dengan peran barunya sebagai ibu, **Objektif** : pasien tampak

bersemangat, dan skor EPDS 7 (tidak depresi).

Grafik 1.1 Evaluasi skor EPDS



KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Pada bab ini akan menyimpulkan proses keperawatan dimulai dari pengkajian, penentuan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi tentang asuhan keperawatan pada ibu *postpartum* dalam pemenuhan kebutuhan psikologis integritas ego di ruang Gardenia RSUD Ungaran dengan mengaplikasikan hasil studi kasus pemberian aromaterapi minyak esensial lavender dilakukan sehari 1 kali malam hari sebelum tidur, selama 14 hari. Hasil evaluasi pada Ny.S yaitu subjektif : pasien mengatakan sudah tidak khawatir peran barunya sebagai ibu, Objektif : pasien tampak bersemangat, dan skor EPDS 7 (tidak depresi).

b. Saran

Dalam hal ini penulis memberikan beberapa saran setelah langsung mengamati lebih dekat didalam perkembangan status Kesehatan pasien

1) Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dapat memberikan pelayanan kesehatan khususnya pada pasien *postpartum blues*.

2) Tenaga Kesehatan Khususnya Perawat

Diharapkan memiliki tanggung jawab dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya pada pasien *postpartum blues*.

3) Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat meningkatkan mutu pelayanan pendidikan yang lebih berkualitas dan kompeten.

4) Bagi Pasien dan Keluarga

Diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada keluarga pasien dan keluarga

DAFTAR PUSTAKA

Baston & Hall. 2016. *Tujuan skринning secara berkala*. Medan: Jurnal aromaterapi minyak esensial

- lavender menurunkan risiko postpartum blues
- Cho, E. 2017. *The effects of aromatherapy on Intensive Care Unit Patients' stress and sleep quality*: Jakarta: Trans info media.
- Kianpour. 2016. *Effect of lavender scent inhalation on prevention of stress, anxiety and depression in the postpartum period*. Iranian: Journal of Nursing and Midwifery Research
- Kumar A, Gandhi AJ. 2016. *Aroma Therapy in Major Depressive Disorders*. Yogyakarta: World J Pharm Pharm Sci
- Langan RC, Goodbred AJ, Luke S, Family H, Residenc M. *Identification and Management of Paripartum Depression*. Am Fam Physician. 2016;93(10):852-8
- Litter. 2017. *Perawatan Kebidanan*. Jakarta: Bhratara Niaga Medika
- Mohammad el al. 2015. *Mekanisme kerja minyak lavender*. Medan: Jurnal aromaterapi minyak esensial lavender menurunkan risiko postpartum blues
- Nainggalon, Lenny. 2020. *Aromaterapi Minyak Essensial Lavender Menurunkan Risiko Postpartum Blues*. Medan: Jurnal Health Reproductive.
- Sanchez Vidana. 2017. *The Effectiveness of Aromatherapy for Depressive Symptoms*. Indian: based Complement Altern Med.
- World Health Organizarion (WHO). 2018. *Prevalensi Postpartum Blues 2018*. Lampung: Jurnal wellness and healthy magazine
- Isnani. 2018. *Manajemen Asuhan Kebidanan Intranatal Dengan Persalinan Sungsang*. Universitas islam Negeri Alauddin Makasar
- Rai S. 2015. *Early diagnosis and management*. Indian: Journal of Psychiatry
- Rai S. 2015. *Postpartum psychiatric disorders*. Indian: J Psychiatry
- Bobak. 2015. *Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC
- Bonatua dkk. 2016. *Gambaran Persalinan Letak Sungsang*. Manado: Journal e-Clinic
- Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Pt Bina Pustaka.
- Prawiroharjo. 2016. *Ilmu Kebidanan*. Yogyakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Manuaba. 2017. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan*. Jakarta : EGC

Cunningham & Garry. 2016. *Obstetri*
Saleha. 2019. *Asuhan Kebidanan*

William. Jakarta: EGC *Pada Masa*
Nifas. Jakarta: Salemba Medika