

**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TERHADAP  
PENGETAHUAN IBU HAMIL DALAM PENCEGAHAN *BABY BLUES* DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEBAKKRAMAT I KARANGANYAR**

**Dita Nur Safitri<sup>1)</sup>, Innez Karunia Mustikarani<sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada  
Surakarta <sup>2)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma  
Husada Surakarta  
[Safitridita606@gmail.com](mailto:Safitridita606@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Baby blues* merupakan perasaan sedih dan gelisah yang dialami oleh wanita setelah melahirkan dan memperburuk pada hari ketiga atau keempat setelah melahirkan. Apabila *baby blues* tidak segera teratasi maka akan berkembang menjadi depresi postpartum. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues* di Wilayah Kerja Puskesmas Kebakkramat I Karanganyar.

Metode penelitiannya adalah *Quasi Experimental* dengan *Pre and Post Test Without Control*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *consecutive sampling*. Sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus slovin dengan hasil 37 responden. Cara pengukuran pengetahuan yaitu dengan memberikan kuesioner pengetahuan tentang pencegahan *baby blues* sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media video animasi. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p value 0,000, maka p value 0,05 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara sebelum dan setelah diberikan edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues*. Diharapkan ibu hamil dapat mempersiapkan diri secara fisik maupun mental dalam mencegah terjadinya *baby blues* setelah melahirkan.

Kata Kunci : Edukasi, Pengetahuan, *Baby Blues*

Daftar Pustaka : 17 (2011-2020)

UNDERGRADUATE DEGREE IN NURSING STUDY PROGRAM  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
KUSUMA HUSADA UNIVERSITY OF SURAKARTA  
2022

**THE EFFECT OF EDUCATION WITH ANIMATED VIDEO TOWARDS  
THE KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN IN PREVENTING  
BABY BLUES AT THE WORK AREA OF KEBAKKRAMAT  
PUBLIC HEALTH CENTER I KARANGANYAR**

**Dita Nur Safitri<sup>1)</sup>, Innez Karunia Mustikarani<sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup> Student of Undergraduate Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University of Surakarta <sup>2)</sup> Lecturer of Undergraduate Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University of Surakarta  
Safitridita606@gmail.com

**ABSTRACT**

Baby blues are feelings of sadness and anxiety that women experience after giving birth, and these feelings worsen on the third or fourth day. If there is no immediate treatment for the baby blues, it will develop into postpartum depression. The objective of this study was to determine the effect of education with animated video on the knowledge of pregnant women in preventing baby blues at the Work Area of Kebakkramat Public Health Center I Karanganyar.

The research method used was Quasi Experimental with Pre and Post-Test Without Control. Consecutive sampling was used as the sample method in this study. The responses of 37 respondents were used to calculate the sample size for this study using the slovin equation. The method to measure the knowledge was by giving a questionnaire about the prevention of the baby blues before and after receiving education through animated video. Data analysis was performed using the Wilcoxon test.

The Wilcoxon test findings showed a p value of 0,000, followed by a p value of 0,05, indicating that there is a difference in the pregnant women's understanding of preventing the baby blues before and after receiving education through animated video media. Pregnant women are encouraged to emotionally and physically prepare themselves in order to avoid experiencing the baby blues after giving birth.

Keywords : Education, Knowledge, Baby Blues

References : 17 (2011-2020)

Translated by :



M. Afif Amirul M., S.S.

## PENDAHULUAN

*Baby blues* merupakan perasaan sedih dan gelisah yang dialami oleh wanita setelah melahirkan dan memperburuk pada hari ketiga atau keempat setelah melahirkan. Tanda dan gejala pada ibu nifas yang mengalami *baby blues* yaitu cemas tanpa sebab, menangis tanpa sebab, tidak sabar, tidak percaya diri, sensitive, mudah tersinggung, merasa kurang menyayangi bayinya, merasa tidak mampu merawat bayinya (Susanti & Sulistiyanti, 2017).

Faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *baby blues* antara lain usia, paritas, tingkat pendidikan, dukungan sosial keluarga terutama suami, tingkat pengetahuan, jenis persalinan, kehamilan yang tidak diinginkan, pekerjaan, status sosial ekonomi, faktor hormonal dan psikologi (Nunung dalam Sari et al, 2020).

Tingkat pengetahuan adalah tingkat seberapa kedalaman seseorang dapat menghadapi, mendalami, memperdalam, perhatian seperti sebagaimana manusia menyelesaikan masalah tentang konsep-konsep baru dan kemampuan dalam belajar di kelas untuk mengukur tingkat pengetahuan seseorang secara rinci (Ariani, 2016).

Upaya peningkatan pengetahuan tentang *baby blues* pada ibu hamil dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan adalah upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang, masyarakat atau suatu kelompok hingga mereka dapat melakukan yang diharapkan oleh perilaku edukasi kesehatan (Fitriani & Sinta, 2011).

Tujuan edukasi kesehatan yaitu menjadikan kesehatan lebih bernilai di masyarakat sehingga mempunyai tanggung jawab yang besar untuk kesehatannya, menolong individu supaya mampu dengan mandiri maupun kelompok mengadakan

kegiatan yang bertujuan mencapai kehidupan yang sehat, mendorong penggunaan serta pengembangan dengan tepat sasaran (Notoatmodjo, 2012).

Video animasi merupakan pergerakan tampilan dari sebuah gambar sehingga dapat berubah posisi pada tenggang waktu tertentu sehingga menciptakan ilusi gambar yang bergerak dan lebih tampak dinamis (Maulana et al., 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Kebakkramat I Karanganyar dengan metode wawancara pada 8 ibu hamil, didapatkan hasil sebanyak 6 dari 8 ibu hamil tidak mengetahui apa itu *baby blues*, 2 dari 8 ibu hamil menjawab bahwa *baby blues* adalah depresi setelah melahirkan, dari 8 ibu hamil tersebut tidak ada yang mengetahui kapan terjadinya *baby blues*, 1 dari 8 ibu hamil mengatakan pernah mempunyai pengalaman seperti cemas dan gelisah pada kehamilan pertamanya dulu.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues* di Wilayah Kerja Puskesmas Kebakkramat I Karanganyar.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kebakkramat I Karanganyar pada bulan Mei-Juli 2022. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, menggunakan desain penelitian *Quasi Exsperimental dengan Pre and Post Test Without Control*. Teknik pengambilan sampel yaitu *non probability* dengan menggunakan *consecutive sampling*. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil dengan HPL bulan Mei-Juli 2022 berjumlah 41 responden. Alat penelitian adalah SAP, video

animasi tentang pencegahan *baby blues* dan kuesioner pengetahuan tentang pencegahan *baby blues* pada ibu hamil, kuesioner diadopsi dari penelitian yang dilakukan oleh Tiara pada tahun 2020 dengan hasil uji validitas Alpha Cronbach dengan nilai  $>R : 0,744$  yang berarti valid untuk digunakan penelitian. Penilaian kuesioner pengetahuan tentang pencegahan *baby blues* pada ibu hamil dengan kategori pengetahuan baik = 76 % - 100 %, pengetahuan cukup = 6 % - 75 % dan pengetahuan kurang = < 56 % (Nursalam, 2016). Penelitian ini telah dinyatakan layak etik dengan nomor etik 482/UKH.L.02/EC/IV/2022.

Analisis dalam penelitian ini meliputi umur, paritas, usia kehamilan, pendidikan dan pekerjaan dengan menggunakan Uji Wilcoxon untuk mengetahui adanya pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** Karakteristik responden berdasarkan usia

Klasifikasi	Frekuensi	Presentase (%)
Usia Reproduksi Muda (<20 tahun)	1	2,7
Usia Reproduksi Sehat (20 - 35 tahun)	30	81,1
Usia Reproduksi Tua (>35 tahun)	6	16,2
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100%</b>

Hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki usia reproduksi sehat 20 – 35 tahun yaitu berjumlah 30 orang (81,1 %), responden dengan usia reproduksi tua >35 tahun yaitu berjumlah 6 orang (16,2 %), dan responden dengan usia reproduksi muda >20 tahun berjumlah 1 orang (2,7 %). Menurut Siswosudarmo et al, (2008) membagi usia wanita dalam tiga periode

berdasarkan usia subur atau masa reproduksi wanita, yaitu usia <20 tahun (Usia reproduksi muda), usia 20 - 35 tahun (Usia reproduksi sehat) dan usia >35 tahun (Usia reproduksi tua).

Menurut penelitian Tarigan (2019) bahwa usia seseorang dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang terhadap informasi yang diberikan. Semakin dewasa seseorang, maka daya tangkap dan pola pikir seseorang semakin meningkat dan berkembang, karena pada usia dewasa merupakan usia yang produktif dan mudah dalam memahami informasi baru.

Peneliti berpendapat bahwa semakin matang usia seseorang maka daya tangkap dan pola pikir juga semakin berkembang. Dengan demikian, informasi yang diterima akan lebih mudah dimengerti.

**Tabel 2.** Karakteristik responden berdasarkan paritas

Klasifikasi	Frekuensi	Presentase (%)
Nullipara	7	18,9
Primipara	15	40,5
Multipara	15	40,5
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100%</b>

(Data Primer, 2022)

Hasil penelitian didapatkan hasil responden dengan status paritas nullipara yaitu berjumlah 7 orang (18,9%), responden dengan status paritas primipara berjumlah 15 orang (40,5%) dan responden dengan status paritas multipara berjumlah 15 orang (40,5%). Paritas adalah pengakuan responden atas jumlah anak hidup yang pernah dilahirkan (Wulandari & Laksono, 2021). *Baby blues* dapat terjadi pada ibu primipara maupun multipara dengan stressor yang berbeda. Kecenderungan ibu primipara mengalami *baby blues* dikarenakan belum adanya pengalaman dan proses persalinan yang lama. Sedangkan, pada ibu

multipara disebabkan karena adanya rasa takut dan tegang akibat pengalaman sakit yang dirasakan pada persalinan sebelumnya (Mardatillah et.al, 2019).

Menurut penelitian Wulansari et.al, (2017) mendapatkan hasil bahwa (34,8%) responden dengan status paritas primipara mengalami *baby blues*, ibu dengan status paritas primipara memiliki risiko 4,8 kali lebih besar mengalami *baby blues* dibandingkan dengan ibu dengan status paritas multipara.

Peneliti berpendapat bahwa pengalaman mempunyai anak atau paritas mempengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan *baby blues*, dibuktikan dengan hasil *posttest* yang masuk dalam kategori baik didominasi oleh ibu hamil dengan status primipara. Hal tersebut mungkin dikarenakan ibu hamil dengan status primipara pernah mengalami pengalaman melahirkan sehingga motivasi untuk mencari informasinya semakin tinggi

**Tabel 3.** Karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan

Klasifikasi	Frekuensi	Presentase (%)
Trimester I	0	0
Trimester II	21	56,8
Trimester III	16	43,2
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

(Data Primer, 2022)

Hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar responden dengan usia kehamilan pada trimester II yaitu berjumlah 25 orang (56,8 %) dan responden dengan usia kehamilan pada trimester III berjumlah 16 orang (43,2 %). Usia kehamilan dibagi menjadi 3 yaitu kehamilan trimester I (1-12 minggu), kehamilan trimester II (13-27 minggu) dan kehamilan trimester III (28-40 minggu) (Widatiningsih dan Dewi, 2017).

Menurut penelitian Huthwaite et.al, (2021) bahwa pada trimester I ibu hamil menyimak dan mencari informasi seputar kehamilan agar bisa tenang terhadap kehamilannya, teratur melakukan konsultasi kepada dokter ataupun bidan tentang kehamilan ibu baik perubahan fisiologis maupun psikologis ibu, menjalin komunikasi yang baik baik dengan suami maupun keluarga, dan lebih sering melakukan relaksasi seperti mendengarkan musik ataupun belajar memusatkan pikiran. Menurut penelitian Widatiningsih & Dewi (2017) bahwa secara kognitif, pada trimester II ibu cenderung membutuhkan informasi mengenai pertumbuhan dan perkembangan bayinya serta perawatan kehamilannya.

Peneliti berpendapat bahwa usia kehamilan memberikan pengaruh terhadap pengetahuan ibu hamil, karena pada masa trimester I dan II ibu hamil mempunyai motivasi tinggi untuk mencari informasi mengenai kehamilannya.

**Tabel 4.** Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Klasifikasi	Frekuensi	Presentase (%)
SD	1	2,7
SMP	9	24,3
SMA/SMK	20	54,1
DIII	3	8,1
S1	4	10,8
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

(Data Primer, 2022)

Hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki pendidikan SMA/SMK yaitu berjumlah 20 orang (54,1 %), responden yang memiliki pendidikan SMP sebanyak 9 orang (24,3 %), responden yang memiliki pendidikan S1 sebanyak 4 orang (10,8 %), sedangkan responden yang memiliki pendidikan DIII sebanyak 3 orang (8,1 %) dan responden yang memiliki

pendidikan SD berjumlah 1 orang (2,7 %). Menurut penelitian Tiragan (2019) bahwa seseorang dengan pendidikan yang lebih tinggi akan lebih mudah dalam menerima informasi, sedangkan orang dengan pendidikan rendah cenderung pasif dalam mencari informasi karena kesadaran akan pentingnya informasi masih rendah.

Menurut hasil penelitian Dharmawati & Wirata (2016) menyatakan bahwa tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh pada proses penerimaan informasi, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah dalam menerima informasi.

Peneliti berpendapat bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah dalam penerimaan informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan dan ketrampilan yang dimiliki.

**Tabel 5.** Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Klasifikasi	Frekuensi	Presentase (%)
Bekerja	14	37,8
Tidak Bekerja	23	62,2
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

(Data Primer, 2022)

Hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar responden tidak bekerja yaitu berjumlah 23 orang (62,2 %) dan responden yang memiliki pekerjaan berjumlah 14 orang (37,8 %). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pekerjaan seseorang tidak mempengaruhi kemampuan penerimaan informasi baru. Tidak sejalan dengan penelitian Tiragan (2019), bahwa lingkungan pekerjaan dapat memberikan pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga akan lebih mudah menerima informasi baru.

Berdasarkan pendapat peneliti, bahwa pekerjaan tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan seseorang, karena pengetahuan seseorang dapat berkembang baik apabila terus diasah dengan mencari informasi dan mempelajari hal baru.

**Tabel 6.** Pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues* sebelum diberikan edukasi dengan media video animasi

Klasifikasi	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	16	43,2
Cukup	17	45,9
Kurang	4	10,8
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100%</b>

(Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel 6 sebelum dilakukan edukasi didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini yaitu sebanyak 17 responden (45,9%) masuk dalam kategori cukup, 16 responden (43,2%) masuk dalam kategori baik dan 4 responden (10,8%) masuk dalam kategori kurang. Hal ini dikarenakan belum pernah ada penyuluhan tentang pencegahan *baby blues* pada ibu hamil dari puskesmas setempat, selain itu responden juga belum pernah terpapar informasi mengenai *baby blues* dan cara pencegahannya sehingga menyebabkan ibu hamil menjadi defisit pengetahuan.

Defisit pengetahuan adalah ketiadaan atau kurangnya informasi kognitif yang berkaitan dengan topik tertentu dengan tidak menunjukkan respons, perubahan, atau pola disfungsi manusia, tetapi lebih sebagai suatu etiologi atau faktor penunjang yang dapat menambah suatu variasi respons (PPNI, 2016). Menurut penelitian Pramudianti et.al, (2020) menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi tentang depresi postpartum didapatkan hasil bahwa

sebagian besar responden berada dalam kategori kurang.

Berdasarkan pendapat peneliti, keterpaparan informasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan seseorang karena pengetahuan seseorang dapat berkembang baik jika terus diasah dan menerima informasi.

**Tabel 7.** Pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues* setelah diberikan edukasi dengan media video animasi

Klasifikasi	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	28	75,7
Cukup	6	16,2
Kurang	3	8,1
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100%</b>

(Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel 7 setelah dilakukan edukasi didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini yaitu sebanyak 28 orang (75,5%) masuk dalam kategori baik, 6 orang (16,2%) masuk dalam kategori cukup dan 3 orang (8,1%) masuk dalam kategori kurang terhadap pengetahuan tentang pencegahan *baby blues*. Video animasi merupakan pergerakan tampilan dari sebuah gambar sehingga dapat berubah posisi pada tenggang waktu tertentu sehingga menciptakan ilusi gambar yang bergerak dan lebih tampak dinamis (Maulana et.al, 2020). Video animasi sangat berpengaruh dalam suatu pembelajaran karena terbukti menarik perhatian, meningkatkan retensi, dan memungkinkan visualisasi dari konsep imajinasi, objek, dan hubungan-hubungannya (Puspita, 2017).

Peneliti berpendapat bahwa responden cenderung tertarik dengan materi yang diberikan karena peneliti menggunakan video animasi dengan isi yang menarik, selain itu responden aktif bertanya dan

menjawab ketika peneliti melakukan tanya jawab tentang pencegahan *baby blues*.

**Tabel 8.** Uji wilcoxon pengaruh pemberian video animasi terhadap pengetahuan tentang pencegahan *baby blues*

<i>Pre Test dan Post Test</i>	
<i>Test</i>	
Z	-4,189 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

Untuk melakukan analisis pengaruh pemberian edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues*, peneliti melakukan Uji *Wilcoxon*. Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa hasil dari Uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p value* =0,000, maka *p value* < 0,05, dan dapat disimpulkan bahwa *Ho* ditolak dan *Ha* diterima. Maka dapat dikatakan bahwa terdapat Pengaruh Edukasi dengan Media Video Animasi terhadap Pengetahuan Ibu Hamil dalam Pencegahan *Baby Blues*.

Menurut penelitian Vita (2019) bahwa video animasi terbukti efektif dalam pembelajaran, dibuktikan dengan terjadi peningkatan hasil nilai yang dilihat dari perbandingan antara rata – rata nilai *pretest* dan *posttest*.

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menunjukkan bahwa terdapat pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues*. Hal ini dibuktikan dengan melihat hasil pre dan *posttest* yang telah dilakukan. Sebelum diberikan edukasi pengetahuan ibu hamil sebanyak 17 responden (45,9%) masuk dalam kategori cukup, 16 responden (43,2%) baik dan 4 responden (10,8%) kurang. Sedangkan, setelah diberikan edukasi sebanyak 28 orang (75,5%) masuk dalam kategori baik,

6 orang (16,2%) masuk dalam kategori cukup dan 3 orang (8,1%) masuk dalam kategori kurang terhadap pengetahuan tentang pencegahan *baby blues*.

Responden yang mengalami penurunan nilai dari *pretest* ke *posttest* berjumlah 6 orang yaitu, sebanyak 2 orang dari nilai baik menjadi kurang, 2 orang dari nilai baik menjadi cukup dan 2 orang dari nilai cukup menjadi kurang. Dari 6 responden yang mengalami penurunan nilai dari *pretest* ke *posttest* tersebut mempunyai karakteristik yang hampir sama yaitu berusia antara 30 sampai 40 tahun, memiliki status paritas multipara dengan usia kehamilan pada trimester II sebanyak 4 orang dan trimester III sebanyak 2 orang, berlatar pendidikan SMP sebanyak 4 orang dan SMA/SMK sebanyak 2 orang, dan merupakan IRT semua. Hal ini bisa jadi dikarenakan responden yang berlatarbelakang pendidikan SMP kemampuan dalam penerimaan informasinya kurang sehingga terjadi penurunan nilai dari *pretest* ke *posttest*.

## KESIMPULAN

1. Karakteristik responden pada penelitian berdasarkan usia responden terbanyak memiliki usia reproduksi sehat 25 – 35 tahun yaitu berjumlah 30 orang (81,1 %), berdasarkan paritas rata – rata responden dengan status paritas primipara berjumlah 15 orang (40,5%) dan status paritas multipara berjumlah 15 orang (40,5%), berdasarkan usia kehamilan responden terbanyak dengan usia kehamilan pada trimester II atau 4 - 6 bulan yaitu berjumlah 25 orang (56,8%), berdasarkan pendidikan responden terbanyak pendidikan SMA/SMK yaitu berjumlah 20

orang (54,1 %) dan responden tersedikit pendidikan SD 1 orang (2,7 %) dan berdasarkan pekerjaan responden terbanyak dengan status tidak bekerja yaitu berjumlah 23 orang (62,2%).

2. Berdasarkan *pretest* terhadap edukasi yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini yaitu sebanyak 17 responden (45,9%) masuk dalam kategori cukup, 16 responden (43,2%) masuk dalam kategori baik dan 4 responden (10,8%) masuk dalam kategori kurang.
3. Berdasarkan *posttest* terhadap edukasi yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa sebanyak 28 orang (75,5%) masuk dalam kategori baik, 6 orang (16,2%) masuk dalam kategori cukup dan 3 orang (8,1%) masuk dalam kategori kurang terhadap pengetahuan tentang pencegahan *baby blues*.
4. Ada pengaruh edukasi dengan media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan *baby blues* di wilayah kerja puskesmas Kebakkramat I Karanganyar. Hal ini dibuktikan dengan Hasil uji wilcoxon yang menunjukkan p value 0,000 (<0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

## SARAN

1. Bagi Responden

Bagi responden ibu hamil diharapkan bisa melakukan pencegahan *baby blues* dengan mempersiapkan hal-hal yang akan dilakukan setelah melahirkan.

2. Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan informasi tambahan dalam merancang promosi kesehatan dan kesempatan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat untuk menjalankan perannya sebagai edukator atau pendidik dan turut berperan aktif dalam meningkatkan pengetahuan tentang *baby blues*.

3. Bagi Tempat Penelitian

Bagi tempat penelitian diharapkan dapat mengembangkan program baru dalam kelas ibu hamil tentang edukasi pada ibu hamil atau masyarakat mengenai pencegahan *baby blues*.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah referensi bacaan untuk institusi pendidikan terutama pengetahuan mengenai edukasi pencegahan *baby blues* pada ibu hamil.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan ilmu keperawatan serta menambah wawasan dan pengetahuan khususnya dibidang keperawatan maternitas

Namaskara dan Brahmari Pranayama. *Jurnal Yoga Dan Kesehatan*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.25078/jyk.v1i1.1537>. Diakses pada 2 November 2021.

Dharmawati, I.G.A, Wirata, N., 2016. Hubungan Tingkat Pendidikan, Umur, Dan Masa Kerja dengan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut Pada Guru Penjaskes SD di Kecamatan Tampak Siring Gianyar. *Jurnal Kesehatan Gigi*. 4,1. <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JKG/article/view/500>. Diakses pada 29 Mei 2022.

Fitriani, & Sinta. (2011). *Promosi Kesehatan*. Graha Ilmu.

Huthwaite M., Moriarty H., Rogan C., Tester R., K. L. (2021). The pregnancy. *Archives of Women's Mental Health*.

Mardatillah, D., Gandini, A. L. A. and Ratnawati. 2019. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Postpartum Blues di Wilayah Kerja Puskesmas Temindung Tahun 2019, *Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur*. <http://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/229/>. Diakses pada 27 Mei 2022

Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi.4*. Jakarta : Salemba Medika.

Pramudianti, Domas Nurchandra , Zaiyidah Fathony, Bardiati Ulfa. 2020. Edukasi Melalui Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Hamil Tentang Pencegahan Depresi Postpartum.

## DAFTAR PUSTAKA

Ariani. (2016). *Diare pencegahan dan pengobatannya*. Nuha Medika.

Dewi, N. W. S. P. K. (2020). Penyembuhan Baby Blues Syndrome dan Post-Partum Depression Melalui Chandra

- Jurnal Masyarakat Mandiri*, 4(4).  
<https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/2057>. Diakses pada 1 Juni 2022.
- Puspita. (2017). Efektivitas Penggunaan Media Video Animasi Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMP Negeri 9 Tangerang Selatan. *Jurnal UIN Jakarta*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/36637/2/INDRIANA%20PUSPITA-FITK.pdf>. Diakses pada 28 Desember 2021.
- Sari, R. P., Densy, A., & Keraman, B. (2020). Analisis Faktor Risiko Kejadian Postpartum Blues Di Puskesmas Perumnas Kabupaten Rejang Lebong. *Journal Of Midwifery*, 8(1), 29–36. <https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1031>. Diakses pada 2 November 2021.
- Susanti, L. W., & Sulistiyanti, A. (2017). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Baby Blues Syndrom Pada Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 7(2), 12–20. <https://ojs.uadb.ac.id/index.php/info kes/article/download/178/158/>. Diakses pada 3 November 2021.
- Tarigan, G.Y., 2019. Karakteristik Pasien Kehamilan Ektopik Terganggu di RSUPH. Adam Malik Medan Periode Tahun 2012 -2015. *Repositori Institusi Universitas Sumatera Utara*.
- Tiara, Annisa Fitri (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Dalam Pencegahan Baby Blues*. Undergraduate thesis, Sriwijaya University.
- Vita, Nur. 2019. Keefektifan Media Pembelajaran Video Animasi Tiga Dimensi Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Materi Sistem Kopling Dan Sistem. Skripsi. Universitas Negeri Semarang. [http://lib.unnes.ac.id/33342/1/1102415016\\_\\_Optimized.pdf](http://lib.unnes.ac.id/33342/1/1102415016__Optimized.pdf). Diakses pada 1 Juni 2022.
- Widatiningsih, S dan Dewi, C.H.T (2017). *Praktik Terbaik Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta:Trans Medika.
- Wulandari, D.W. dan Laksono, A.D. 2020. Hubungan Paritas dan Karakteristik Individu terhadap Pemakaian Alat Kontrasepsi Diantara Wanita Usia Subur di Provinsi Jawa Timur Tahun 2017. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 24(1). <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/hsr/article/view/3038>. Diakses pada 28 Mei 2022.
- Wulansari, P., C., Istiaji, E., dan Ririanty, M. 2017. Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Baby Blues, Proses Persalinan, Dan Paritas Dengan Baby Blues Di RSIA Srikandi Ibi Kabupaten Jember. 13(1):4. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/I KESMA/article/view/7024>. Diakses pada 27 Mei 2022.