

BOUNDING ATTACHMENT DAN TINGKAT STRESS IBU POSTPARTUM

Latri Mei Winani, Prodi Kebidanan STIKes Yatsi
Isna Wanufika, Prodi Keperawatan STIKes Yatsi
H.A.Y.G Wibisono, Prodi Keperawatan STIKes Yatsi
Yuliana Katoda, STIKes Yatsi
Email : latri@stikesyatsi.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang : 20% ibu postpartum mengalami kondisi psikologi yang labil dan stress pada masa nifas. Hal ini akan mempengaruhi interaksi ibu dan bayinya, jika interaksi memburuk maka akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi untuk selanjutnya.

Tujuan : Untuk mengetahui hubungan *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum.

Metode : metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelatif untuk mengetahui hubungan *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah 53 responden dengan teknik pengambilan sampel total sampling.

Hasil : hasil penelitian didapatkan distribusi frekuensi *bounding attachment* dari 53 responden, didapatkan *bounding attachment* yang baik sebanyak 12 (22,6%) dengan tingkat stress cukup pada ibu postpartum dan *bounding attachment* sangat baik sebanyak 10 (18,9%) dengan tingkat stress berat. Terdapat hubungan antara *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum dengan p value $0.020 < p$ tabel. Semakin baik *bounding attachment* ibu maka semakin rendah tingkat stress ibu postpartum.

Kesimpulan : Terdapat hubungan antara *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum dengan p value $0.020 < p$ tabel. Semakin baik *bounding attachment* ibu maka semakin ringan tingkat stress ibu postpartum. Tenaga kesehatan khususnya bidan dan perawat dapat melakukan optimalisasi *bounding attachment* antara ibu dan bayi sejak masa kehamilan, persalinan dan masa nifas

Kata kunci : Bounding Attachment, Stress Ibu Postpartum, Kondisi Psikologi Ibu Postpartum

ABSTRACT

Background : 20% of postpartum mothers experience unstable psychological conditions and stress during the puerperium. This will affect the interaction of mother and baby, if the interaction worsens it will affect the growth and development of the baby in the future.

Aims : To determine the relationship of bounding attachment with postpartum maternal stress levels

Method : the method used in this research is descriptive correlative to determine the relationship of bounding attachment with postpartum maternal stress levels. The population used in this study was 53 respondents with a total sampling technique

Result : the results obtained by the distribution of bounding attachment frequencies from 53 respondents, obtained good bounding attachments of 12 (22.6%) with sufficient stress levels in postpartum mothers and very good bounding attachments of 10 (18.9%) with severe stress levels. There is a relationship between bounding attachment with postpartum maternal stress level with p value $0.020 < p$ table. The better the maternal bounding attachment, the lower the level of postpartum maternal stress

Conclusion : There is a relationship between bounding attachment with postpartum maternal stress level with p value $0.020 < p$ table. The better the maternal bounding attachment, the lower the level of postpartum maternal stress. health workers especially midwives and nurses can optimize the bounding attachment between mother and baby since pregnancy, childbirth and the puerperium.

Keywords : bounding attachment, stress on postpartum mother, psychological condition of postpartum mother

LATAR BELAKANG

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 angka kejadian *postpartum blues* mencapai 30-75% . Angka kejadian *postpartum blues* di Asia cukup tinggi dan bervariasi antara 26-85% (Iskandar, 2017) dan angka kejadian *postpartum blues* di Indonesia berkisar antara 50-70% pada ibu *postpartum* (Hidayat, 2017). *Postpartum blues* dialami oleh ibu *postpartum* yang bersifat sementara dan terjadi pada minggu pertama setelah kelahiran (Riordan, 2017). Sedangkan depresi *postpartum* dialami oleh 34% ibu *postpartum* dan 1% yang mengalami *postpartum* psikosis (Iskandar, 2017). *Postpartum blues* merupakan keadaan emosional ibu yang tidak stabil berupa kemarahan, sensitif, sedih, mudah menangis, turunnya nafsu makan, terganggunya aktivitas fisik pada masa nifas. Jika kondisi ini tidak tertangani dengan baik maka akan menyebabkan depresi *postpartum* hingga *postpartum* psikosa.

Penyebab pasti tidak stabilnya kondisi psikologis ibu pada masa nifas belum diketahui secara pasti, namun perubahan hormonal disinyalir menjadi pemicunya. Marshall (2016) menyatakan pada 24 jam pertama *postpartum*, tingkat esterogen dan progesteron turun menjadi 90% sampai 95%. Esterogen adalah hormon yang mempengaruhi pengaturan memori, kognisi, *mood* dan fungsi-fungsi otak lainnya. Kebutuhan esterogen meningkat pada wanita hamil dan menurun secara tiba-tiba saat wanita melahirkan sehingga memberi pengaruh pada depresi biokimia. Hormon endorfin akan menurun secara tiba-tiba saat wanita melahirkan sehingga mempengaruhi psikologis ibu. Selain hormonal, keadaan fisik, psikologi, proses persalinan, umur, pekerjaan, pendidikan dan dukungan sosial juga disebutkan sebagai faktor penyebab kondisi psikologis ibu tidak stabil hingga menjadi *postpartum blues*.

Beberapa ahli mengembangkan terapi alternatif untuk membantu mengatasi kondisi psikologis ibu yang tidak stabil Zlotnick dkk menjelaskan keberhasilan terapi konseling interpersonal selama empat kali pada ibu nifas untuk mengurangi kejadian depresi *postpartum*, sedangkan Munoz dkk melakukan terapi manajemen *mood* dan perilaku kognitif serta menggabungkan konsep pembelajaran sosial, teori

kelekatan (*attachment*) dan sosial budaya menjadi pelatihan ibu dan bayi untuk mencegah munculnya gejala gangguan depresi pada ibu nifas, serta yoga untuk menurunkan kadar stress ibu pada masa nifas. (Winarni, 2020)

Pada masa nifas terdapat hormon oksitosin yang dapat membantu proses laktasi dan juga merupakan hormon “bahagia” ibu. *Bounding attachment* merupakan salah satu aktivitas refleksi dari kemampuan ibu menerima kehadiran bayinya serta mencurahkan kasih sayangnya. Hal ini membentuk suatu ikatan batin yang kuat antara ibu dan bayi. Ikatan batin ini dapat dibangun dengan interaksi berupa sentuhan, belaian, ungkapan cinta, tatapan penuh kasih dan sayang dari ibu untuk bayi. Kerstin dan Danielle menjelaskan bahwa perilaku interaksi sosial seperti *bounding attachment* dapat menstimulasi keluarnya hormon oksitosin. Hormon oksitosin ini berfungsi sebagai hormon anti-stress, mengurangi sensitifitas ibu dan rasa nyeri, menurunkan efek inflamasi, serta merangsang proses penyembuhan dan pertumbuhan. Selain itu oksitosin dapat mengaktifkan dan mempengaruhi keluarnya hormon dan zat penenang seperti : opioid, serotonin, dopmine, dan noradrenalin secara alami dalam tubuh. (Winarni, 2019)

Bounding attachment adalah sentuhan awal atau kontak kulit antara ibu dan bayi pada menit-menit pertama sampai beberapa jam setelah kelahiran bayi. dalam hal ini, kontak ibu dan ayah akan menentukan tumbuh kembang anak menjadi optimal. Pada proses ini, terjadi penggabungan berdasarkan cinta dan penerimaan yang tulus dari orang tua terhadap anaknya dan memberikan dukungan asuhan dalam perawatannya. (Yusari, 2016).

Berdasarkan pertemuan *International Society for Psychoneuroendocrinology*, di New York tahun 2012 manajemen hormon oksitosin dapat menjadi salah satu alternatif terapi untuk mendukung perilaku positif dan mengatur tingkat stress pada orang yang mengalami kelainan psikologi. Studi mengenai oksitosin ini masih dikembangkan pada hewan maupun manusia.(Olf et al., 2013)

Dari data survei pendahuluan yang di lakukan di RW 05 Pondok Rejeki dari bulan Juli sampai dengan Agustus tahun 2019 di peroleh data yaitu dari 10 ibu postpartum yang mengalami *postpartum blues* dan depresi postpartum. dari hasil

wawancara yang diwawancarakan oleh peneliti sebanyak 6 orang yang melakukan *bounding attachment* terhadap bayinya dengan baik menjadi (60%), dan yang tidak melakukan *bounding attachment* ada 4 orang ibu post partum yaitu mengalami stress atau depresi postpartum menjadi (40%). Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelatif, untuk mengetahui hubungan antara perilaku *bounding attachment* ibu terhadap. Responden akan berpartisipasi dalam penelitian ini adalah ibu postpartum sekitar 1-6 minggu pascapersalinan sejumlah 53 responden dengan teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Penelitian ini dilakukan di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang antara Maret – Agustus 2019.

Untuk mengukur *bounding attachment* digunakan kuesioner yang disusun oleh peneliti yang dilakukan uji validitas dan reliabilitas, sedangkan untuk mengukur tingkat stress ibu menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) yang telah disesuaikan dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh responden. Pengolahan data dilakukan dengan koding, *editing*, tabulasi dan analisis statistik. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi square*. Etika penelitian ini telah mendapatkan *ethical clearance* dari Komite Etik STIKes Yatsi.

HASIL

Hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Postpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang

Karakteristik	Jumlah	Persentase
Usia		
• <20 tahun	15	28,3
• 20-35 tahun	30	56,7
• > 35 tahun	8	15
Pendidikan		
• SMP	12	22,6

• SMA	34	64,2
• PT	7	13,2
Pekerjaan		
• Bekerja	11	20,8
• Ibu Rumah Tangga	42	79,2
Paritas		
• Primipara	22	41,5
• Multipara	31	58,5
Total	53	100

Berdasarkan tabel 1.1 diketahui bahwa usia ibu responden ibu 56,7% adalah 20-35 tahun, pendidikan ibu 64,2% Sekolah Menengah Atas (SMA), pekerjaan ibu 79,2% adalah ibu rumah tangga, dan paritas ibu 58,5% adalah multipara.

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi *Bounding Attachment* pada Ibu Postpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang

<i>Bounding Attachment</i>	Jumlah	Persentase
Baik	27	50,9
Kurang Baik	26	49,1
Total	53	100

Berdasarkan tabel 1.2 diketahui bahwa *bounding attachment* ibu pada level baik sebesar 50,9%

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Tingkat stress pada Ibu Postpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang

Tingkat Stress	Jumlah	Persentase
Stress Berat	22	41,5
Stress Ringan	31	58,5
Total	53	100

Berdasarkan tabel 1.3 diketahui bahwa ibu postpartum mengalami stress ringan sebesar 58,5%

Tabel 1.4 Hubungan antara *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang

Variabel	Tingkat Stress Ibu		Jumlah	%	p value
<i>Bounding</i>	Stress	%	Stress	%	

<i>attachment</i>	Berat		Ringan				
Baik	8	15,1	19	35,8	27	50,9	0.0020
Kurang Baik	14	26,4	12	22,7	26	49,1	
Total	22	41,5	31	58,5	53	100	

Berdasarkan tabel 1.4 diketahui bahwa ibu yang melakukan *bounding attachment* baik maka stressnya lebih ringan sebesar 35,8% dibandingkan ibu yang *bounding attachment*nya kurang baik akan mengalami stress berat 26,4%. Hasil uji *chi square* diketahui p value sebesar 0.0020 lebih kecil dibandingkan p tabel berarti disimpulkan terdapat hubungan antara *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang.

PEMBAHASAN

Karakteristik ibu postpartum dalam penelitian adalah 56,7% berusia 20-35 tahun, hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Kusumastuti dkk yang menyatakan bahwa usia ibu nifas yang beresiko sebesar 7,6%, dan usia tidak beresiko sebesar 82,4%. Usia merupakan faktor penting bagi ibu untuk melaksanakan tugas reproduksinya. Banyak penelitian menunjukkan bahwa usia <20 tahun maupun >35 tahun memiliki resiko yang tinggi terhadap kejadian komplikasi obstetri. Berdasarkan penelitian Giulia et al, usia ibu yang rentan terkena depresi adalah sekitar 40-44 tahun lebih tinggi dibandingkan usia ibu antara 30-35 tahun.

Sebesar 64,2% ibu berpendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA), hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Kusumastuti dkk yang menyatakan bahwa hasil penelitiannya mengenai proporsi responden lebih banyak berpendidikan rendah sebesar 43%. Asumsi peneliti saat ini pendidikan wanita semakin maju. Peluang ibu untuk mengaktualisasikan dirinya lebih terbuka dibandingkan zaman dahulu. Oleh karena itu rata-rata ibu sudah memiliki pendidikan menengah umum atau perguruan tinggi..

Sebesar 79,2% ibu merupakan ibu rumah tangga atau tidak bekerja ke institusi lain, hasil penelitian ini sesuai dengan Susanti yang menyatakan bahwa 64,5% adalah ibu rumah tangga. Kejadian stress pada masa nifas maupun depresi postpartum lebih sering terjadi pada ibu yang tidak bekerja dibandingkan dengan ibu yang bekerja. Penelitian Neha menyatakan bahwa ibu yang bekerja dapat memenuhi

kebutuhan sosial dan memiliki alternatif lain selain rutinitas domestik di Rumah. Ibu yang bekerja juga memiliki perasaan sederajat dengan pasangan dibandingkan ibu rumah tangga, yang menjadi penguat ikatan diantara pasangan.

Sebesar 58,5% ibu adalah multipara, hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Kusumastuti dkk yang 52,7% ibu adalah primipara dan 47,3% ibu adalah multipara. Berdasarkan penelitian Razurel dkk menyatakan bahwa stress pada masa nifas lebih sering terjadi pada ibu baru (primipara), karena mengalami perubahan peran baru dan tanggung jawab baru untuk melakukan perawatan diri, perawatan bayi dan kebutuhan keluarga.(Razurel, Bruchon-Schweitzer, Dupanloup, Irion, & Epiney, 2011)

Berdasarkan tabel 1.4 diketahui bahwa ibu yang melakukan *bounding attachment* baik maka stressnya lebih ringan sebesar 35,8% dibandingkan ibu yang *bounding attachment*nya kurang baik akan mengalami stress berat 26,4%. Hasil uji *chi square* diketahui p value sebesar 0.0020 lebih kecil dibandingkan p tabel berarti disimpulkan terdapat hubungan antara *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu postpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang. Hal ini sesuai dengan penelitian Hairston dkk menyatakan bahwa hubungan yang tidak terjalin dengan baik antara ibu dan bayi pada masa-masa awal kelahiran dapat menjadi pencetus kelainan stress post trauma (*Posttraumatic Stress Disorder PTSD*) (S Hairston et al, 2018). Hal ini juga dibahas oleh Nonnenmacher 2016 yang menyatakan bahwa ibu yang mengalami depresi postpartum atau stress yang berat pada masa postpartum akan memiliki kualitas *bounding attachment* yang rendah (Nonnenmacher, Noe, Ehrental, & Reck, 2016).

Ibu yang melakukan *bounding attachment* dengan baik mempunyai kemungkinan 0,586 kali untuk mengalami depresi ringan saat masa nifas, dibandingkan ibu yang kurang baik melakukan *bounding attachment*(Winarni, 2018). Menurut Paulson, gejala depresi pada ibu dapat ditekan dengan melakukan aktifitas positif bersama anak, misalnya membaca, bernyanyi atau bercerita. Berdasarkan literatur review Hannah Ephraim, ibu dengan depresi postpartum memiliki sedikit melakukan sentuhan maupun ikatan dengan bayi mereka dibandingkan ibu yang tidak depresi (Ephraim et al, 2017). Depresi postpartum juga

menghambat proses ikatan hubungan antara ibu dan bayi. Sedangkan penelitian Gurol et al menyatakan bahwa melakukan pijat pada bayi baru lahir yang dilakukan ibu dapat meningkatkan ikatan batin (*bounding attachment*) antara ibu dan bayi (Gurol et al, 2012).

KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara *bounding attachment* dengan tingkat stress ibu posrtpartum di RW 05 Pondok Rezeki Kutabumi Tangerang. Semakin baik *bounding attachment* dilakukan oleh ibu maka semakin ringan stress yang dialami ibu postpartum. Hal ini dapat menjadi alternatif bagi tenaga kesehatan perawat dan bidan untuk menyiapkan ibu agar dapat melakukan optimalisasi *bounding attachment* antara ibu dan bayi sejak masa kehamilan, persalinan dan masa nifas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ephraim H. The Impact of Postpartum Depression on the Mother-Child Relationship.
2017 [cited; Available from: https://wp.nyu.edu/steinhardt-appsych_opus/the-impact-of-postpartum-depression-on-the-mother-child-relationship
- Hadijono SR. Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT. Bina Pustaka Prawirohardjo; 2012
- Giulia M. Muraca, Joseph KS. The Association Between Maternal Age and Depression.
J Obstet Gynaecol Can. 2014;36(9):803-10.
- Gürol A, Polat S. The Effects of Baby Massage on Attachment between Mother and their Infants. Asian Nursing Research. 2012 2012/03/01;6(1):35-41
- Kusumastuti, Dyah Puji Astuti, Susi Hendriyati. Hubungan antara Karakteristik Individu dengan Depresi Postpartum di Rumah Sakit Umum Daerah Kebumen.
Jurnal Involusi Kebidanan. 2015;5(9):1-17

Miller RL, Pallant JF, Negri LM. Anxiety and stress in the postpartum: is there more to

postnatal distress than depression? *BMC Psychiatry*. 2006;6(1):12

Neha Gurudatt. Postpartum Depression in Working and Non-Working Women.

International Proceedings of Economics Development and Research. 2014;78(14):69-

73.

O'Hara MW. Postpartum depression: what we know. *J Clin Psychol*. 2009;65(12):1258–69.

Nonnenmacher, N., Noe, D., Ehrental, J. C., & Reck, C. (2016). Postpartum bonding: the impact of maternal depression and adult attachment style. *Archives of Women's Mental Health*, 19. <https://doi.org/10.1007/s00737-016-0648-y>

Olf, M., Frijling, J. L., Kubzansky, L. D., Bradley, B., Ellenbogen, M. A., Cardoso, C., ... van Zuiden, M. (2013). The role of oxytocin in social bonding, stress regulation and mental health: An update on the moderating effects of context and interindividual differences. *Psychoneuroendocrinology*, 38(9), 1883–1894.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2013.06.019>

Razurel, C., Bruchon-Schweitzer, M., Dupanloup, A., Irion, O., & Epiney, M. (2011).

Stressful events, social support and coping strategies of primiparous women during the postpartum period: a qualitative study. *Midwifery*, 27(2), 237–242.

<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.midw.2009.06.005>

Winarni, L. M. (2018). PENGARUH DUKUNGAN SUAMI DAN BOUNDING

ATTACHMENT DENGAN KONDISI PSIKOLOGI IBU POSTPARTUM. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 3(2), 1–11.

Susanti DL. Dukungan Suami dengan Kejadian Postpartum Blues pada Ibu Primipara di RSUD Bangil Pasuruan. Pasuruan; 2014.

Vivian. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC

ARTIKEL PENELITIAN

*Jurnal Kesehatan, Vol. 9 No. 1 (2020). ISSN 2086-9266 e-ISSN
2654-587x*

DOI 10.37048/kesehatan.v9i1.130

Winarni, Lastri Mei. "PENGARUH DUKUNGAN SUAMI DAN BOUNDING

ATTACHMENT DENGAN KONDISI PSIKOLOGI IBU

POSTPARTUM." *Jurnal*

Ilmiah Bidan 3.2 (2018): 1-11.

Winarni, Lastri Mei, Marthia Ikhlasia, and Rini Sartika. "DAMPAK LATIHAN

YOGA

TERHADAP KUALITAS HIDUP DAN PSIKOLOGI IBU NIFAS." *Jurnal*

Kebidanan Malahayati 6.1 (2020): 8-16.

Yusari. 2016. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC