

**HUBUNGAN KELELAHAN IBU *POSTPARTUM* DENGAN
KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES* DI RSD IDAMAN
KOTA BANJARBARU**

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Diajukan Oleh
Nada Tsuraya
2210913220029



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
JURUSAN KEPERAWATAN
BANJARBARU**

Desember, 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

HUBUNGAN KELELAHAN IBU *POSTPARTUM* DENGAN KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES* DI RSD IDAMAN KOTA BANJARBARU

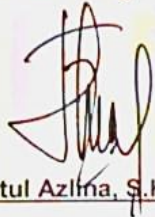
Dipersiapkan dan disusun oleh

Nada Tsuraya

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 2 Desember 2025

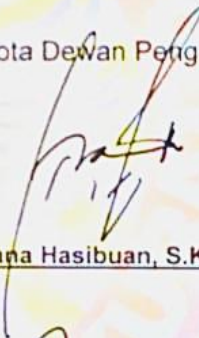
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Fitri Ayatul Azlma, S.Kep., Ns., M.Kep.

Anggota Dewan Penguji Lain



Nana Astriana Hasibuan, S.Kep., Ns., M.Kes.

Pembimbing Pendamping



Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep.



Rieh Firdausi, S.Kep., Ns., M.Kep.

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Dr. Herawan, S.Kep., Ns., M.Kep.

Koordinator Program Studi Keperawatan

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji dan syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, dan Pemelihara seluruh alam semesta beserta isinya. Atas karunia-Nya dan perlindungan-Nya, penulis mampu menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini dengan penuh kerendahan hati dan kesabaran yang luar biasa. Keberhasilan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini tentunya tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak dan setiap pihak yang telah memberikan waktu dan tenaganya. Oleh karena itu, persembahkan Karya Tulis Ilmiah (KTI) dan ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Kedua dosen pembimbing, yaitu Fitri Ayatul Azlina S.Kep., Ns., M.Kep. dan Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah memberikan dorongan, motivasi, serta saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
2. Kedua dosen penguji, yaitu Nana Astriana Hasibuan, S.Kep., Ns., M.Kes. dan Rieh Firdausi, S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah berkenan memberikan kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik.
3. Kedua orang tua tercinta, yaitu Bapak Sumirat, S.Pd. dan Ibu Muryati, S.Pd. AUD. Tiada kata yang mampu menggambarkan besarnya rasa terima kasih atas segala pengorbanan, doa, dan kasih sayang yang tiada henti dicurahkan. Setiap telepon, setiap pesan, dan setiap doa kalian adalah kekuatan terbesar dalam perjalanan ini. Alhamdulillah, anakmu ini telah sampai pada tahap ini berkat ridha dan doa dahsyat yang selalu kalian panjatkan. Semoga karya sederhana ini menjadi sedikit kebanggaan dan dapat membahagiakan hati kalian.

4. Kedua kakak saya, yaitu Muhammad Iqbal Erlangga, S.H. dan Muhammad Imam Naufal Jayadiningrat. Terimakasih atas dukungan, motivasi, dan teladan yang kalian berikan. Kehadiran kalian adalah anugerah yang sangat berharga dalam hidup ini. Semoga kita semua dapat terus membanggakan orang tua dan menjadi pribadi yang bermanfaat.
5. Sahabat seperjuangan di Angkatan 2022 (Clavicle) terutama Vina, Cici, Umi, Ananda, dan Adela. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan ini. Kalian adalah saksi bisu dikala suka-duka, tawa dan tangis selama proses penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Kebersamaan kita adalah kekuatan yang membuat setiap rintangan terasa lebih ringan. Semoga persahabatan kita akan terus terjalin dan menjadi kenangan indah sepanjang masa.
6. Seluruh kakak bidan, perawat, dan dokter di Ruangan Poliklinik Kandungan dan Kebidanan RSD Idaman Kota Banjarbaru yang bersedia menerima dan membantu saya selama tahap studi pendahuluan dan pengambilan data. Terima kasih banyak atas motivasi dan nasehatnya pada saat saya melakukan pengambilan data di ruang poliklinik.
7. Rekan satu dosen bimbingan saya sekaligus partner dalam pengambilan data, yaitu Vina. Terima kasih atas kerjasama, dukungan, dan semangatnya hingga akhir penulisan karya tulis ilmiah ini. Semoga perjuangan kita membuahkan hasil yang terbaik.

Semoga Allah Subhanallah Wa Ta'ala membalas kebaikan kalian dengan berjuta kebaikan pula serta penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini menjadi sesuatu yang bermanfaat sehingga memiliki nilai keberkatan didalamnya.

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 2 Desember 2025



Nada Tsuraya

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Kelelahan Ibu *Postpartum* dengan Kejadian *Postpartum Blues* di RSD Idaman Kota Banjarbaru” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh derajat sarjana keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, yaitu Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCM. dan Ketua Jurusan Keperawatan yaitu Dr. Herawati, Ns., M.Kep. yang telah memberikan kesempatan serta fasilitas dalam proses pelaksanaan penelitian. Kedua dosen pembimbing saya yaitu Fitri Ayatul Azlina, S.Kep., Ns., M.Kep. dan Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah berkenan untuk membimbing, memberikan kritik, saran, serta arahan yang membangun dalam proses penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Serta kedua dosen penguji saya yaitu Nana Astriana Hasibuan, S.Kep., Ns., M.Kes. dan Rieh Firdausi, S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah memberikan saran, kritik, serta arahan yang membangun sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi lebih baik.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada semua rekan-rekan Departemen Keperawatan Maternitas dan seluruh responden yang sudah bersedia meluangkan waktunya dan berperan serta dalam proses penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan.

Banjarbaru, 2 Desember 2025

Penulis

ABSTRAK

HUBUNGAN KELELAHAN IBU *POSTPARTUM* DENGAN KEJADIAN *POSTPARTUM BLUES* DI RSD IDAMAN KOTA BANJARBARU

Tsuraya, Nada

Latar belakang: Masa *postpartum* merupakan periode transisi kompleks ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis yang dapat menimbulkan kelelahan. Kelelahan *postpartum* yang tidak tertangani dapat menyebabkan gangguan emosional salah satunya *postpartum blues*, yang dapat berdampak pada kesejahteraan ibu dan proses pengasuhan bayi.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan kelelahan ibu *postpartum* dengan kejadian *postpartum blues* di RSD Idaman Kota Banjarbaru.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain korelasional pada populasi 195 ibu *postpartum* di Poliklinik Kandungan dan Kebidanan RSD Idaman Kota Banjarbaru dan didapatkan sampel 66 responden dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan, yaitu *Postpartum Fatigue Scale (PFS)* dan *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS)* serta analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami kelelahan sedang sebanyak 60 orang (90,9%) dan tidak mengalami *postpartum blues* sebanyak 50 orang (75,8%). Hasil analisis korelasi *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan signifikan kelelahan ibu *postpartum* dengan kejadian *postpartum blues* dengan *p-value* 0,01 ($<0,1$), kekuatan hubungan lemah dan arah positif ($r = 0,313$).

Diskusi: Kelelahan *postpartum* berkontribusi terhadap munculnya *postpartum blues* melalui faktor fisik dan psikologis seperti nyeri pasca persalinan, kurang istirahat, dan adaptasi terhadap peran baru. Maka diperlukan intervensi yang efektif dan efisien untuk mencegah kelelahan *postpartum* dan menurunkan risiko *postpartum blues*.

Kata kunci: Ibu *postpartum*, Kelelahan *postpartum*, *Postpartum blues*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN POSTPARTUM FATIGUE AND POSTPARTUM BLUES AT RSD IDAMAN BANJARBARU CITY

Tsuraya, Nada

Background: *The postpartum period is a complex transitional phase characterized by physical and psychological changes that may lead to postpartum fatigue. Unmanaged postpartum fatigue can trigger emotional disorders such as postpartum blues, which can affect maternal well-being and infant care.*

Objectives: *This study aim to analyze the correlation between postpartum fatigue and the incidence of postpartum blues at RSD Idaman Banjarbaru.*

Method: *This quantitative correlational study involved 195 postpartum mothers at the Obstetrics and Gynecology Polyclinic of RSD Idaman Banjarbaru, with 66 respondents selected using purposive sampling. The Instruments were Postpartum Fatigue Scale (PFS) and Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), and analyzed using Spearman's rank correlation test.*

Results: *Results showed most respondents experienced moderate fatigue were 60 respondents (90.9%) and did not experience postpartum blues were 50 respondents (75.8%). The Spearman correlation test showed a significant relationship between postpartum fatigue and postpartum blues with p-value 0.01 (<0.1), weak correlation strength and positive direction ($r=0.313$).*

Discussion: *Postpartum fatigue contributes to postpartum blues through physical and psychological factors such as post-delivery pain, sleep deprivation, and adaptation to new maternal roles. Therefore, effective and efficient interventions are needed to prevent postpartum fatigue and reduce the risk of postpartum blues.*

Keywords: *Postpartum mothers, postpartum fatigue, postpartum blues*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti.....	5
1.4.2 Manfaat Bagi Ibu <i>Postpartum</i> dan Keluarga	6
1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan.....	6
1.4.4 Manfaat Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan.....	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Masa <i>Postpartum</i>	9
2.1.1 Pengertian Masa <i>Postpartum</i>	9
2.1.2 Tahapan Masa <i>Postpartum</i>	9
2.1.3 Kebutuhan Dasar <i>Postpartum</i>	10
2.1.4 Perubahan Fisiologis <i>Postpartum</i>	14

2.1.5	Perubahan Psikologis <i>Postpartum</i>	19
2.2	Konsep <i>Postpartum Blues</i>	21
2.2.1	Pengertian <i>Postpartum Blues</i>	21
2.2.2	Jenis Gangguan Psikologis <i>Postpartum</i>	22
2.2.3	Faktor Penyebab <i>Postpartum Blues</i>	23
2.2.4	Tanda dan Gejala <i>Postpartum Blues</i>	29
2.2.5	Dampak <i>Postpartum Blues</i>	29
2.2.6	Penatalaksanaan <i>Postpartum Blues</i>	30
2.3	Konsep Kelelahan <i>Postpartum</i>	33
2.3.1	Pengertian Kelelahan <i>Postpartum</i>	33
2.3.2	Penyebab Kelelahan <i>Postpartum</i>	34
2.3.3	Tanda dan Gejala Kelelahan <i>Postpartum</i>	37
2.3.4	Penatalaksanaan Kelelahan <i>Postpartum</i>	38
2.4	Kerangka Teori	40
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS		41
3.1	Kerangka Konsep	41
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		43
4.1	Rancangan Penelitian	43
4.2	Populasi dan Sampel	43
4.2.1	Populasi	43
4.2.2	Sampel	44
4.3	Instrumen Penelitian	45
4.3.1	Kuesioner Demografi Responden	46
4.3.2	Kuesioner <i>Postpartum Blues</i>	46
4.3.3	Kuesioner Kelelahan <i>Postpartum</i>	47
4.4	Uji Instrumen	48
4.4.1	Uji Validitas	48
4.4.2	Uji Reliabilitas	49
4.5	Variabel Penelitian	50
4.6	Definisi Operasional	51
4.7	Prosedur Penelitian	52
4.7.1	Tahap Persiapan	52

4.7.2 Tahap Pelaksanaan.....	53
4.8 Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	55
4.8.1 Teknik Pengumpulan Data	55
4.8.2 Pengolahan data	55
4.9 Cara Analisis Data	58
4.9.1 Analisis Statistik Deskriptif.....	58
4.9.2 Analisis Statistik Inferensial	59
4.10 Tempat dan Waktu Penelitian	60
4.11 Etika Penelitian	60
BAB 5 HASIL	62
5.1 Analisis Statistik Deskriptif	62
5.1.1 Karakteristik Responden Penelitian	62
5.1.2 Gambaran Kelelahan Ibu <i>Postpartum</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru.....	68
5.1.3 Gambaran Kejadian <i>Postpartum Blues</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru.....	69
5.2 Analisis Statistik Inferensial.....	69
5.2.1 Hubungan Kelelahan Ibu <i>Postpartum</i> dengan Kejadian <i>Postpartum Blues</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru.....	69
BAB 6 PEMBAHASAN	71
6.1 Karakteristik Demografi Responden	71
6.1.1 Usia	71
6.1.2 Pekerjaan	74
6.1.3 Riwayat Pendidikan	77
6.1.4 Pendapatan Keluarga.....	80
6.1.5 Paritas	82
6.1.6 Jenis Persalinan	84
6.1.7 Jumlah Hari <i>Postpartum</i>	86
6.1.8 Sumber Dukungan Keluarga yang Diperoleh Ibu.....	90
6.1.9 Sumber Informasi tentang <i>postpartum blues</i> yang diperoleh	93
6.2 Kelelahan yang Dialami Ibu <i>Postpartum</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru	96
6.3 Kejadian <i>Postpartum Blues</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru.....	99

6.4	Hubungan Kelelahan Ibu <i>Postpartum</i> dengan Kejadian <i>Postpartum Blues</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru	103
6.5	Keterbatasan Penelitian	110
BAB 7 PENUTUP		111
7.1	Simpulan.....	111
7.2	Saran	112
7.2.1	Bagi Ibu <i>Postpartum</i> dan Keluarga.....	112
7.2.2	Bagi Institusi Pendidikan	112
7.2.3	Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan.....	112
7.2.4	Bagi Penelitian Selanjutnya.....	113
DAFTAR PUSTAKA.....		114
LAMPIRAN.....		122

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Interpretasi skor <i>postpartum blues</i>	47
Tabel 4.2	Kisi-kisi kuesioner <i>postpartum blues</i>	47
Tabel 4.3	Interpretasi skor kelelahan <i>postpartum</i>	48
Tabel 4.4	Kisi-kisi kuesioner kelelahan <i>postpartum</i>	48
Tabel 4.5	Definisi operasional penelitian	51
Tabel 4.6	Nilai kriteria analisis korelasi <i>Spearman Rank</i>	59
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Ibu <i>Postpartum</i>	63
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	64
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Pendidikan	65
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan keluarga	65
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas	66
Tabel 5.6	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Persalinan	66
Tabel 5.7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Hari <i>Postpartum</i>	67
Tabel 5.8	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Dukungan Keluarga yang Diperoleh.....	68
Tabel 5.9	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi Tentang <i>Postpartum Blues</i> yang Pernah Diperoleh	69
Tabel 5.10	Distribusi Frekuensi Kelelahan Ibu <i>Postpartum</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru.....	69
Tabel 5.11	Distribusi Frekuensi Kejadian <i>Postpartum Blues</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru.....	69
Tabel 5.12	Analisis Hubungan Kelelahan Ibu <i>Postpartum</i> dengan Kejadian <i>Postpartum Blues</i> di RSD Idaman Kota Banjarbaru.....	70

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 Kerangka teori hubungan kelelahan ibu *postpartum* dengan kejadian *postpartum blues* di RSD Idaman Kota Banjarbaru 40
- Gambar 3.1 Konsep penelitian hubungan kelelahan ibu *postpartum* dengan kejadian *postpartum blues* di RSD Idaman Kota Banjarbaru42

DAFTAR SINGKATAN

SKI	: Survei Kesehatan Indonesia
EPDS	: <i>Edinburgh Postnatal Depression Scale</i>
PFS	: <i>Postpartum Fatigue Scale</i>
PPD	: <i>Postpartum Depression</i>
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Akhir
PT	: Perguruan Tinggi
UMK	: Upah Minimum Kota
UMR	: Upah Minimum Rata-rata
SC	: <i>Sectio Caesarea</i>
KF	: Kunjungan Nifas
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Biodata Peneliti
- Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan FKIK ULM ke RSD Idaman Kota Banjarbaru
- Lampiran 3. Surat Persetujuan Izin Studi Pendahuluan dari RSD Idaman Kota Banjarbaru
- Lampiran 4. Dokumentasi Studi Pendahuluan
- Lampiran 5. Izin Penggunaan Kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS)
- Lampiran 6. Izin Penggunaan Kuesioner *Postpartum Fatigue Scale* (PFS)
- Lampiran 7. Uji Validitas Kuesioner *Edinburgh Postnatal Depression Scale* (EPDS)
- Lampiran 8. Lembar Informasi Umum
- Lampiran 9. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 10. Kuesioner
- Lampiran 11. Surat Pengantar *Ethical Clearence*
- Lampiran 12. Surat Keterangan Laik Etik
- Lampiran 13. Surat Pengantar Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 14. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 15. Lembar Bimbingan Proposal
- Lampiran 16. Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 17. *Informed Consent* Responden
- Lampiran 18. Jawaban Kuesioner Responden
- Lampiran 19. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian
- Lampiran 20. Tabulasi Data Karakteristik Responden
- Lampiran 21. Tabulasi Data Variabel Kelelahan Ibu *Postpartum*
- Lampiran 22. Tabulasi Data Variabel Kejadian *Postpartum Blues*
- Lampiran 23. Hasil Uji *Spearman Rank*
- Lampiran 24. Hasil Uji Turnitin KTI
- Lampiran 25. Hasil Uji *Typo*