

***POSTPARTUM DEPRESSION PADA  
PEREMPUAN PRIMIPARA  
(Suatu Studi Kasus)***

**SKRIPSI**

074-A/04  
Sat  
p



**Disusun Oleh :**

**ANINDA SATRIARINI**

**119910352**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA  
2004**

## HALAMAN PERSETUJUAN



Skripsi ini telah disetujui oleh  
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dra. Dewi Retno Suminar', is written over the lower portion of the seal.

Dra. Dewi Retno Suminar, M. Si.

NIP. 131 967 669

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### V. 1. Kesimpulan

Penelitian yang telah dilakukan memberikan masukan bahwa tidak semua penderita depresi *postpartum* dapat diketahui melalui penampilan fisik. Banyak diantara mereka sama sekali tidak tampak sedang mengalami depresi. Gejala-gejala depresi hanya dapat diketahui melalui angket dan wawancara mendalam. Berdasarkan analisa dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Dinamika Kepribadian

Penderita depresi *postpartum* umumnya memiliki kepribadian yang kurang matang, dan kurang siap dalam menjalankan perannya sebagai ibu atau istri. Penderita depresi *postpartum* umumnya terlalu terfokus pada hal-hal yang menjadi “impian” atau “idealnya”, dan sulit melihat dan menyesuaikan diri dengan kenyataan yang ada.

2. Penyebab depresi *postpartum* beragam, bisa jadi setiap penderita memiliki sebab yang berbeda-beda, dapat pula merupakan akumulasi dari beberapa penyebab sekaligus. Secara lebih rinci dijelaskan sebagai berikut:

- a. Depresi *postpartum* bukan hanya berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap tugas-tugas keibuan saja, tetapi juga sangat dibutuhkan kemampuan menyesuaikan diri terhadap peran istri

- b. Kepribadian memegang peranan penting dalam depresi *postpartum*.  
Kepribadian menentukan bagaimana cara seseorang mengatasi suatu masalah dan menghadapi tekanan dari luar. Depresi cenderung timbul pada orang yang mengalami kesulitan dalam coping stres dan menghadapi masalah.
  - c. Pola asuh orangtua, secara tidak langsung berpengaruh terhadap munculnya depresi ini. Asumsi ini didasarkan pada pengaruh pola asuh yang sangat kuat terhadap pembentukan kepribadian. Kepribadian inilah yang melatarbelakangi daya tahan seseorang terhadap stres, yang berarti juga seberapa rentan seseorang mengalami depresi.
  - d. Pada teori-teori yang ada, depresi *postpartum* erat kaitannya dengan hubungan penderita depresi dengan ibu kandungnya. Penelitian ini mengasumsikan bahwa depresi *postpartum* berkaitan pula dengan hubungan yang buruk dengan ayah kandung.
  - e. Nilai-nilai sosiokultural yang tidak tepat dimungkinkan mengakibatkan rasa tertekan pada ibu yang kemudian menjadi pencetus gejala-gejala depresi *postpartum*.
  - f. Peristiwa kelahiran bisa jadi bukan penyebab dari depresi *postpartum*, melainkan hanya sebagai fasilitator dari akumulasi stresor yang dirasakan oleh penderita hingga terlepas dalam bentuk gejala-gejala depresi.
3. Dampak depresi *postpartum* adalah:
- a. Hubungan perkawinan yang memburuk (jangka pendek dan bisa menjadi jangka panjang pula)

- b. Perkembangan anak menjadi terganggu karena terganggunya *attachment* ibu-anak (jangka panjang).
- c. Gejala depresi mengakibatkan ibu menjadi tidak produktif dan mengganggu konsep dirinya sebagai ibu.

## V. 2. Saran

Penelitian yang telah dilakukan ini memiliki beberapa kelemahan. Kelemahan-kelemahan tersebut dapat digunakan sebagai saran kepada peneliti selanjutnya agar tidak terulang kembali. Kelemahan-kelemahan tersebut adalah:

- a. Pertemuan dengan subjek penelitian hanya berlangsung dua kali, sehingga penelitian dianggap kurang mampu mengeksplorasi lebih dalam tentang depresi *postpartum*.
- b. Peneliti tidak menggunakan asisten interviewer dan asisten observasi, sehingga dikhawatirkan penelitian menjadi kurang objektif.
- c. Peneliti kurang memiliki wawancara *skill* yang memadai dalam membuat pendekatan terhadap significant other, sehingga informasi yang didapat menjadi kurang optimal.

Melalui kelemahan-kelemahan penelitian yang telah dijabarkan diatas, maka peneliti mengharapkan agar pada penelitian berikutnya kelemahan-kelemahan tersebut dapat diantisipasi. Saran-saran selanjutnya yang hendak disampaikan oleh peneliti adalah:

1. Bagi ilmu pengetahuan

Penelitian ini merupakan penelitian pembuka bagi penelitian yang lebih khusus berikutnya dalam kajian depresi *postpartum*. Penelitian berikutnya dapat memfokuskan diri pada tipe-tipe kepribadian penderita depresi penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan usaha penyebaran informasi dan pengetahuan tentang *postpartum depression* dan dampak yang ditimbulkannya. Klinik-klinik bersalin juga dapat lebih memfokuskan diri pada tindakan antisipasi terhadap kemungkinan munculnya gangguan ini.

3. Psikolog

Psikolog dapat meninjau kajian *postpartum depression* ini dari segala sudut pandang sehingga dapat memberikan terapi yang tepat pada penderita depresi ini. Psikolog juga dapat merancang suatu terapi atau konseling yang bertujuan untuk mengantisipasi gangguan ini pada para ibu hamil atau para wanita yang hendak menikah.

4. Bagi penderita depresi *postpartum*

Bagi penderita depresi ini atau pernah mengalami sebelumnya diharapkan untuk segera meminta pertolongan tanpa khawatir mendapat label “ibu yang buruk” mengingat dampak yang ditimbulkannya terhadap anak cukup besar.

5. Bagi para ibu

Para ibu diharapkan untuk lebih memberikan perhatian kepada pola asuh terhadap anak-anak perempuan mereka, karena dalam penelitian ini diasumsikan bahwa pola asuh membawa pengaruh yang sangat besar terhadap munculnya gejala depresi ini kelak, terutama pola asuh *overprotected*.

6. Bagi masyarakat

Mengingat bahwa penderita depresi ini sudah cukup menderita dengan gejala-gejala yang dialaminya, masyarakat diharapkan untuk memahami gangguan ini dan tidak menghakimi penderitanya, dan justru mendorong penderita untuk segera mencari pertolongan.

