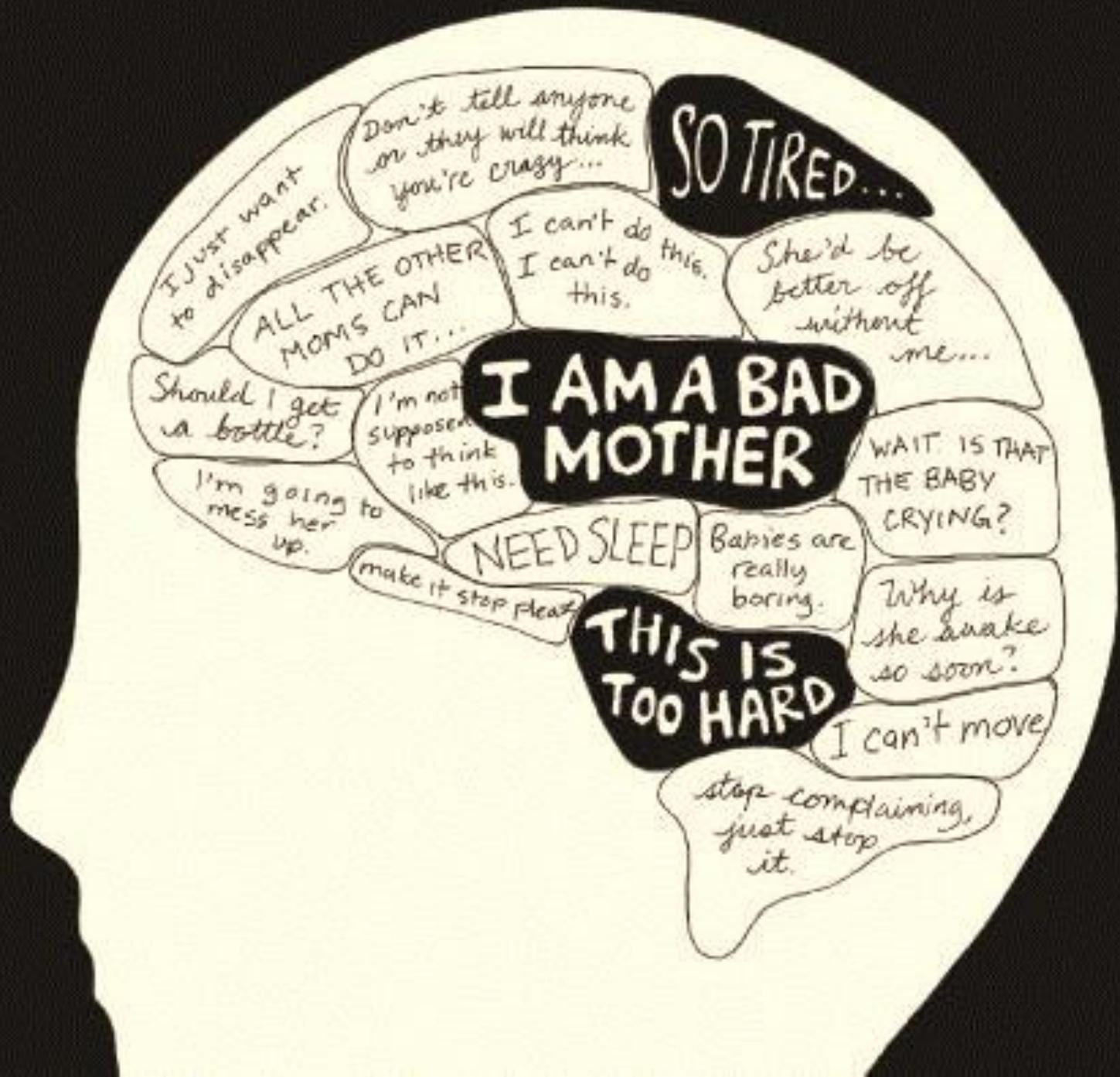


An illustration of a woman with long dark hair, wearing a white uniform, sitting on the floor next to a wooden crib. Inside the crib, a baby is lying down. The woman is looking towards the baby with a concerned expression. The background is a soft, light brown color with some faint floral patterns.

# **PENANGANAN AWAL DAN RUJUKAN KASUS KEGAWATDARURATAN (IV)**

**Tim Pengampu Mata Kuliah  
Prodi D3 Kebidanan  
SV UNS**





**SO TIRED...**

Don't tell anyone or they will think you're crazy...

I just want to disappear.

ALL THE OTHER MOMS CAN DO IT...

I can't do this. I can't do this.

She'd be better off without me...

**I AM A BAD MOTHER**

Should I get a bottle?

I'm not supposed to think like this.

I'm going to mess her up.

make it stop please

**NEED SLEEP**

Babies are really boring.

WAIT IS THAT THE BABY CRYING?

Why is she awake so soon?

**THIS IS TOO HARD**

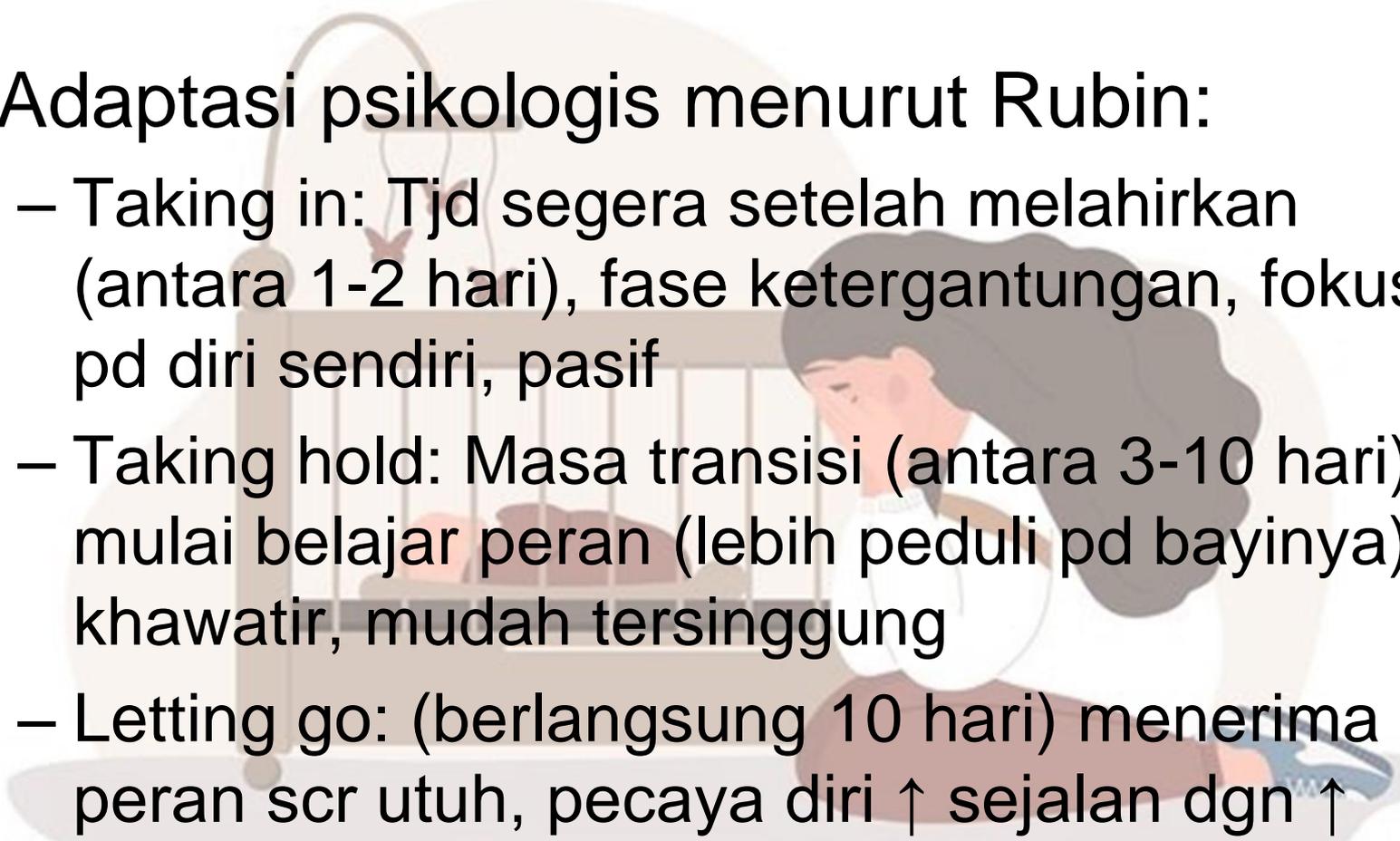
I can't move

stop complaining, just stop it.

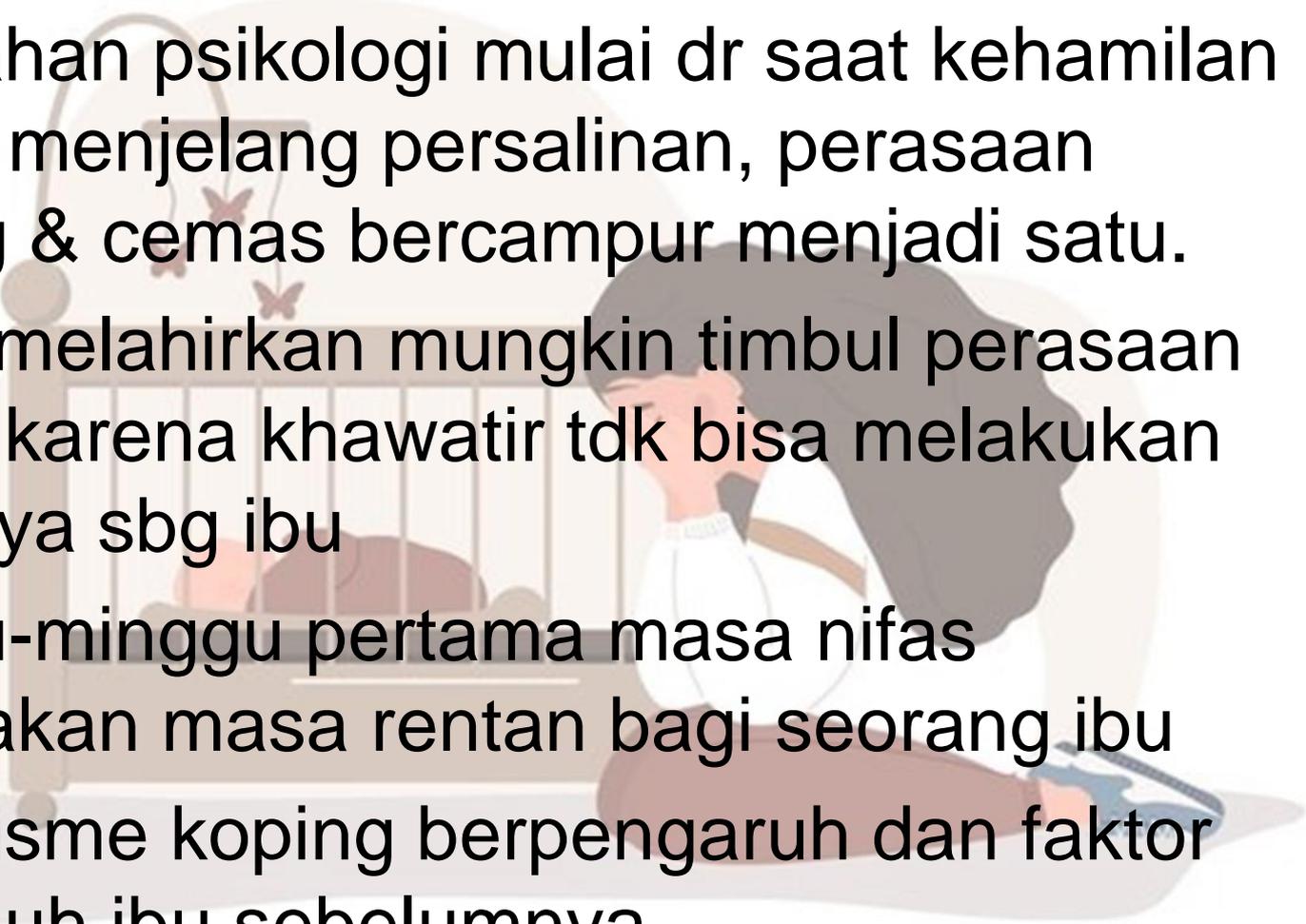


© Lohitha Kethu 2017, all rights reserved.

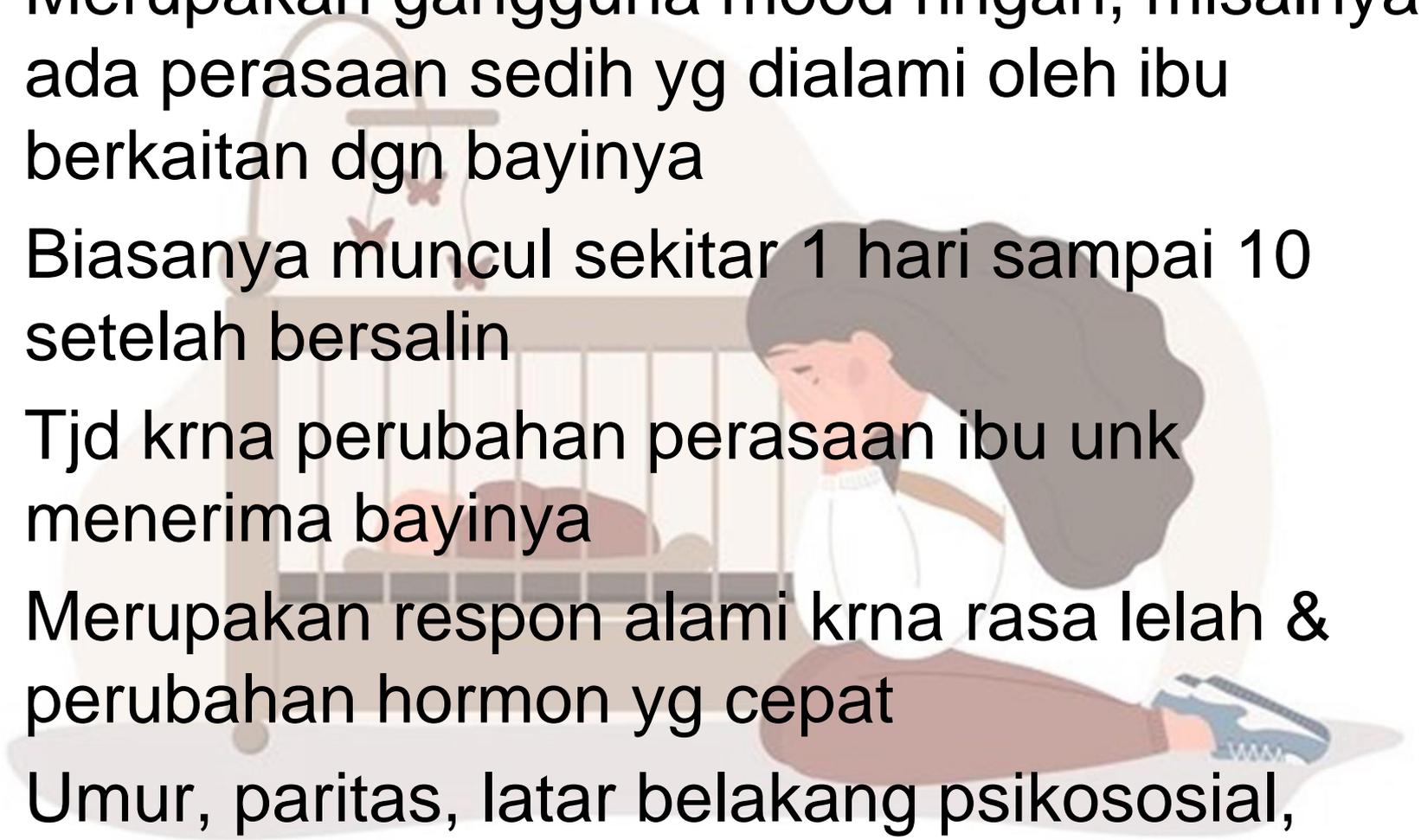
# Adaptasi Psikologis

- Adaptasi psikologis menurut Rubin:
    - Taking in: Tjd segera setelah melahirkan (antara 1-2 hari), fase ketergantungan, fokus pd diri sendiri, pasif
    - Taking hold: Masa transisi (antara 3-10 hari), mulai belajar peran (lebih peduli pd bayinya), khawatir, mudah tersinggung
    - Letting go: (berlangsung 10 hari) menerima peran scr utuh, percaya diri ↑ sejalan dgn ↑ kemampuan perawatan bayi
- 

# Gangguan psikologis

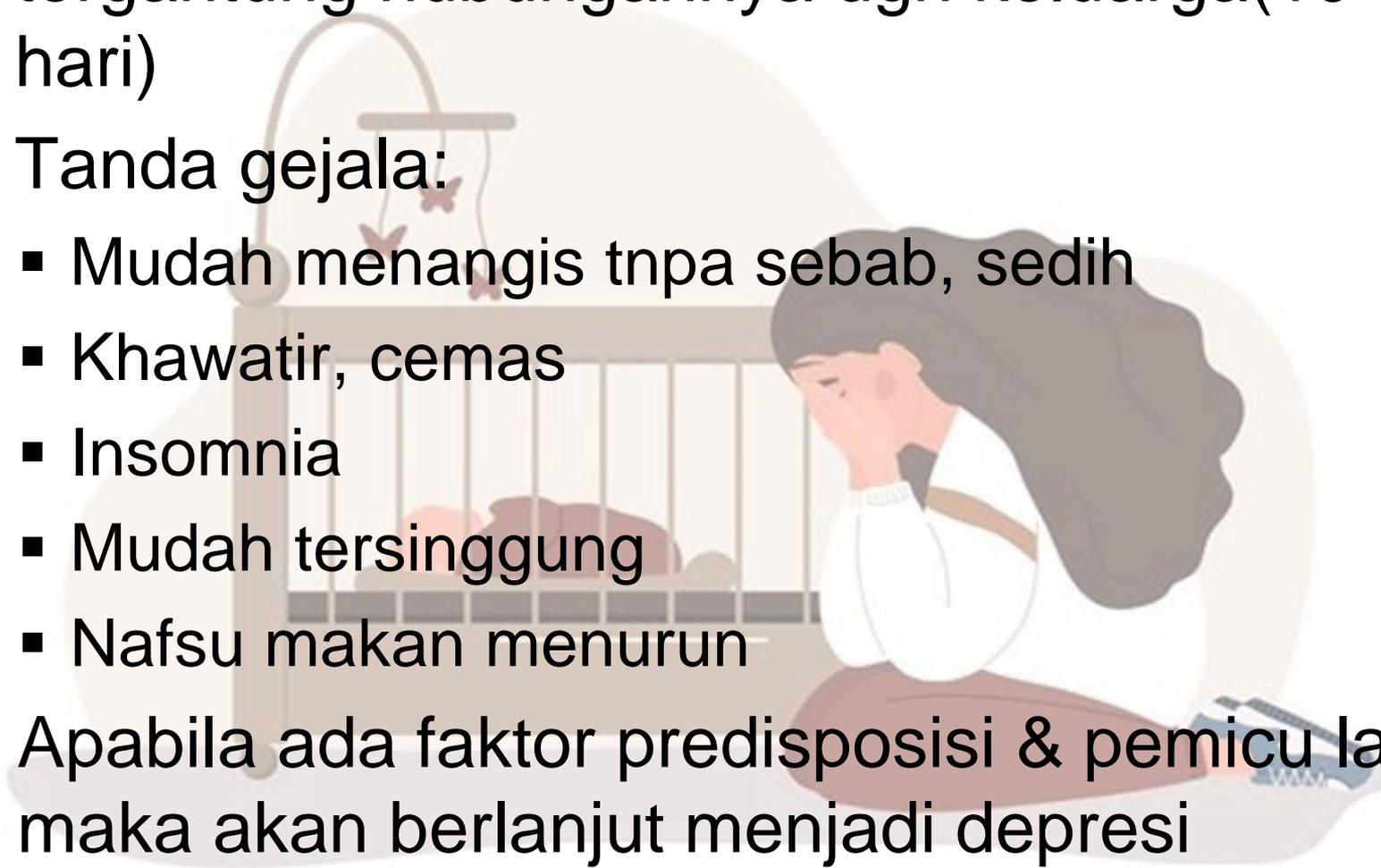
- Perubahan psikologi mulai dr saat kehamilan hingga menjelang persalinan, perasaan senang & cemas bercampur menjadi satu.
  - Pasca melahirkan mungkin timbul perasaan cemas karena khawatir tdk bisa melakukan perannya sbg ibu
  - Minggu-minggu pertama masa nifas merupakan masa rentan bagi seorang ibu
  - Mekanisme coping berpengaruh dan faktor pola asuh ibu sebelumnya
- 
- A soft, pastel-toned illustration in the background shows a woman with long dark hair sitting on the floor next to a baby in a wooden crib. The woman is looking down with a thoughtful or slightly distressed expression, her hand near her face. The scene is set in a room with a window and some plants, creating a calm but contemplative atmosphere.

# Postpartum Blues (Baby Blues)

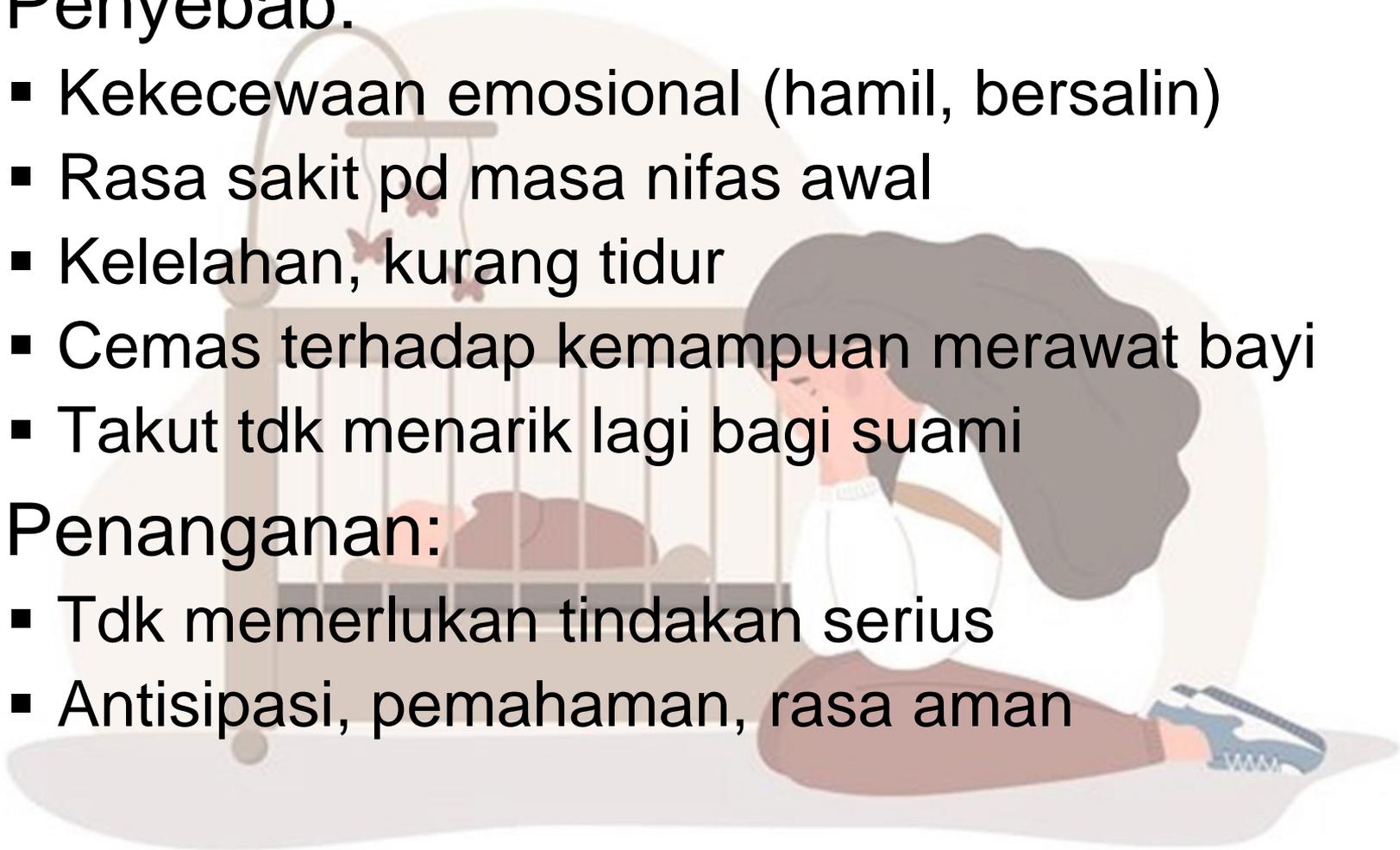
- Merupakan gangguan mood ringan, misalnya ada perasaan sedih yg dialami oleh ibu berkaitan dgn bayinya
  - Biasanya muncul sekitar 1 hari sampai 10 setelah bersalin
  - Tjd krna perubahan perasaan ibu unk menerima bayinya
  - Merupakan respon alami krna rasa lelah & perubahan hormon yg cepat
  - Umur, paritas, latar belakang psikososial, pengalaman hamil s/d bersalin berpengaruh
- 

- Akan menyesuaikan diri thd perannya tergantung hubungannya dgn keluarga(10-14 hari)
- Tanda gejala:
  - Mudah menangis tnpa sebab, sedih
  - Khawatir, cemas
  - Insomnia
  - Mudah tersinggung
  - Nafsu makan menurun

Apabila ada faktor predisposisi & pemicu lain maka akan berlanjut menjadi depresi postpartum



- Penyebab:
  - Kekecewaan emosional (hamil, bersalin)
  - Rasa sakit pd masa nifas awal
  - Kelelahan, kurang tidur
  - Cemas terhadap kemampuan merawat bayi
  - Takut tdk menarik lagi bagi suami
- Penanganan:
  - Tdk memerlukan tindakan serius
  - Antisipasi, pemahaman, rasa aman



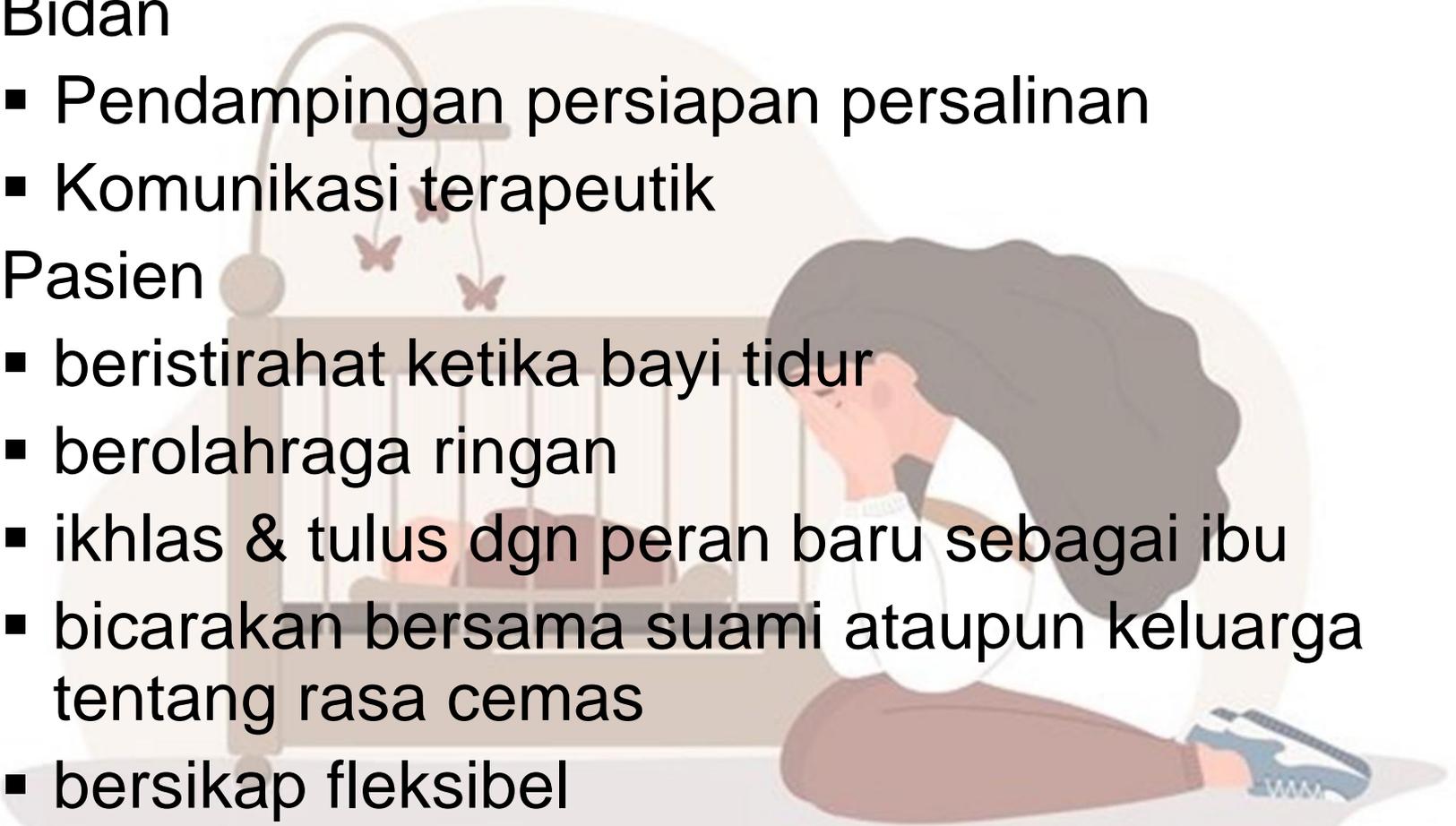
- Pencegahan:

Bidan

- Pendampingan persiapan persalinan
- Komunikasi terapeutik

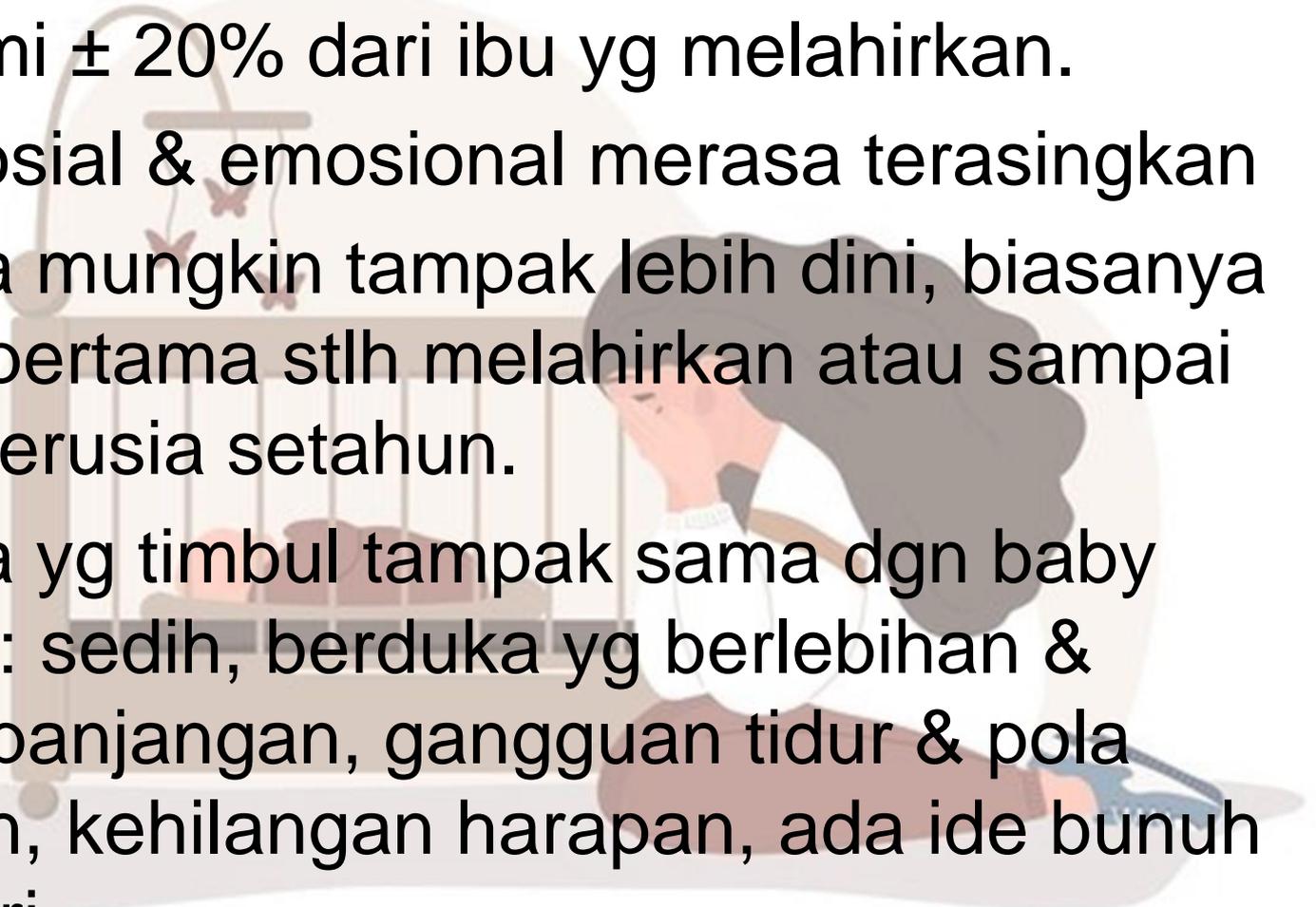
Pasien

- beristirahat ketika bayi tidur
- berolahraga ringan
- ikhlas & tulus dgn peran baru sebagai ibu
- bicarakan bersama suami ataupun keluarga tentang rasa cemas
- bersikap fleksibel
- bergabung dengan kelompok ibu-ibu baru



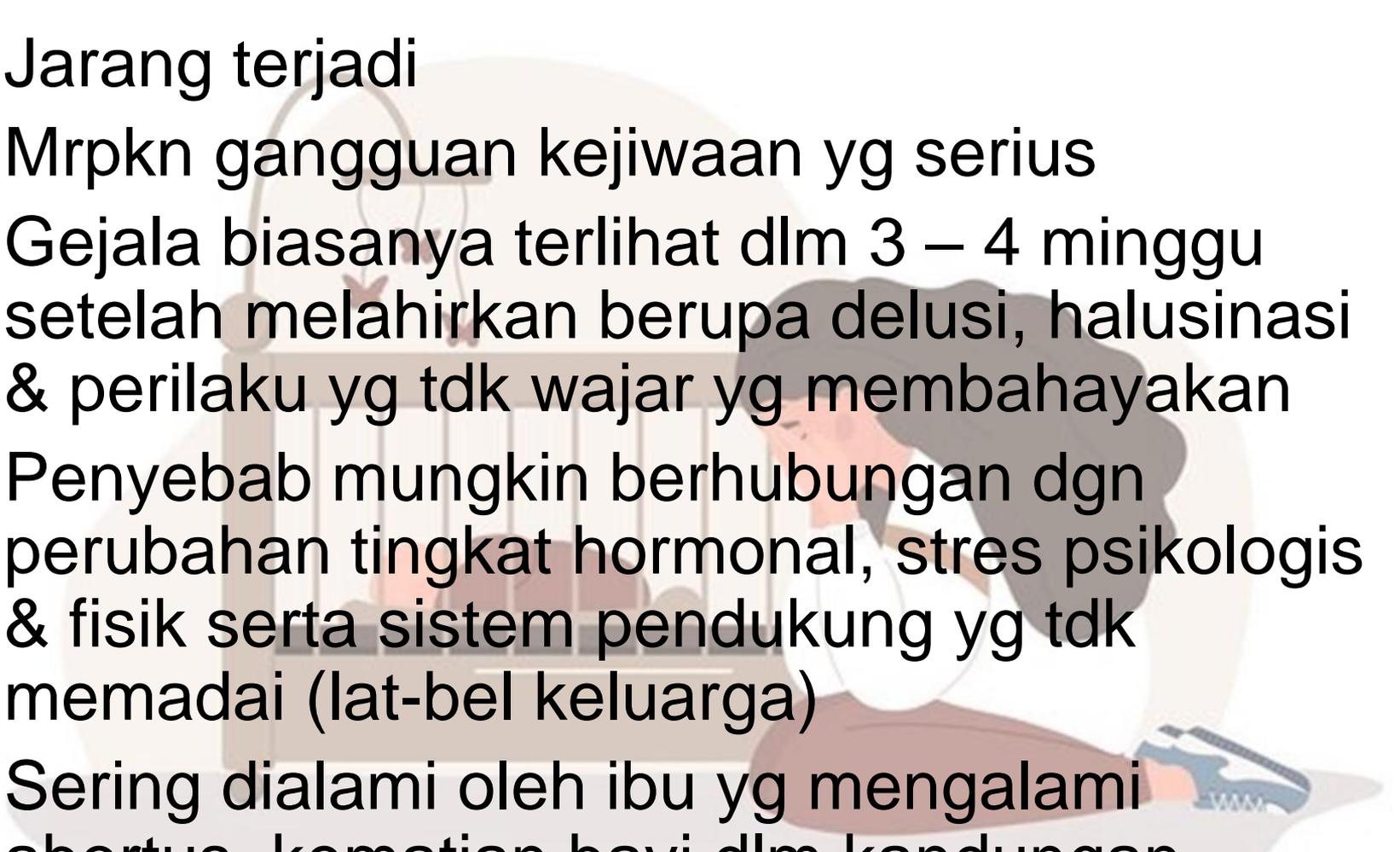
# Depresi Postpartum

- Dialami  $\pm 20\%$  dari ibu yg melahirkan.
- Scr sosial & emosional merasa terasingkan
- Gejala mungkin tampak lebih dini, biasanya 3 bln pertama stlh melahirkan atau sampai bayi berusia setahun.
- Gejala yg timbul tampak sama dgn baby blues : sedih, berduka yg berlebihan & berkepanjangan, gangguan tidur & pola makan, kehilangan harapan, ada ide bunuh unk diri



- **Penyebab:**
  - Faktor biologis krna perubahan hormon selama masa pasca melahirkan
  - Faktor psikologis termasuk sikap negatif sebelumnya tentang mengasuh anak & keadaan kehidupan yg menegangkan
  - Faktor sosial seperti tdk mendapatkan dukungan dari suami, hubungan perkawinan yg tidak harmonis.
- Dpt timbul lagi & gejala bisa berlanjut sampai satu tahun kemudian, waspada bunuh diri, ancaman kekerasan anak, paranoid
- Penanganan: perawatan khusus, terapi psikologis, rawat di RS (gabung dgn bayi)

# Postpartum Psikosa

- Jarang terjadi
  - Mrpkn gangguan kejiwaan yg serius
  - Gejala biasanya terlihat dlm 3 – 4 minggu setelah melahirkan berupa delusi, halusinasi & perilaku yg tdk wajar yg membahayakan
  - Penyebab mungkin berhubungan dgn perubahan tingkat hormonal, stres psikologis & fisik serta sistem pendukung yg tdk memadai (lat-bel keluarga)
  - Sering dialami oleh ibu yg mengalami abortus, kematian bayi dlm kandungan maupun pd saat bayi dilahirkan.
- 

- Perasaan kesedihan, duka cita krna kehilangan, bersifat individual & tdk bisa diramalkan
  - Gejala:
    - Syok & mati rasa
    - Obsesi mengenai bayi
    - Disorientasi
    - Delusi
    - Halusinasi
    - Susah tidur
  - Penanganan: rujuk (beri anti depresan, rawat RS, dianjurkan berhenti menyusui terlebih dahulu)
- 
- An illustration of a woman with long dark hair, wearing a white long-sleeved shirt and a brown hijab, sitting on the floor next to a wooden baby crib. She has her hand to her face in a gesture of distress or grief. Inside the crib, a baby is lying down. The background is a soft, light-colored circular glow.

# Tindakan Pencegahan oleh Bidan terhadap Gangguan Psikologis pd Masa Nifas

- Pengkajian psikososial lebih mendalam
- Observasi
- Pendampingan
- KIE pasien & keluarga
- Komunikasi terapeutik

