

ABSTRACT

Background: Postpartum Blues is a transient condition characterized by mood swings and/or negative feelings that is common among postpartum women, which occurs a few days after childbirth. Though it is a temporary and mild condition, it is important for it to be recognized and detected to prevent it from developing into its subsequent, postpartum depression. Postpartum blues is linked to different factors, including perceived stress, which is how an individual appraise stress in their everyday life situation.

Objective: To determine the association between the level of perceived stress and postpartum blues in Pakem, D.I. Yogyakarta.

Method: This study is non-experimental and have a quantitative approach, using a cross-sectional method. The instruments used in this study were the Edinburgh Postnatal Depression Scale to measure postpartum blues, and the 10-item Perceived Stress Scale to measure perceived stress. The questionnaires were given to mothers with newborns during a follow-up in chosen birth centers in Pakem. The association between the level of perceived stress and postpartum blues will be analyzed using Chi-Squared test to see their association.

Result : Postpartum blues was found to be higher in postpartum women in the age less than 20 and more than 35, graduated from Junior High School, and primiparous. It was found that those who experienced postpartum blues has a higher mean value perceived stress (mean=17.47) than those who does not experience postpartum blues.

Conclusion: There is a significant association between the level of perceived stress and postpartum blues.

Keywords: Postpartum Blues, Perceived Stress, Pakem, Yogyakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: *Postpartum blues* adalah kondisi sementara yang ditandai dengan perubahan suasana hati dan/atau perasaan negatif yang umum dirasakan pada wanita *postpartum*, yang terjadi beberapa hari setelah melahirkan. Meskipun merupakan kondisi sementara dan ringan, penting untuk diketahui dan dideteksi untuk mencegahnya untuk berkembang menjadi depresi *postpartum*. *Postpartum blues* dikaitkan dengan faktor-faktor yang berbeda, termasuk stres yang dirasakan, bagaimana setiap individu menilai stres dalam situasi kehidupan sehari-hari mereka.

Tujuan: Untuk menentukan hubungan antara tingkat stres yang dirasakan dan *postpartum blues* di Pakem, D.I. Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini adalah non-eksperimental dan memiliki pendekatan kuantitatif, yang menggunakan rancangan *cross-sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Edinburgh Postnatal Depression Scale* untuk mengukur *postpartum blues*, dan *10-item Perceived Stress Scale* untuk mengukur tingkat stres. Kuisisioner diberikan kepada ibu dengan bayi baru lahir saat *follow-up* di bidan yang sudah dipilih di daerah Pakem, D.I. Yogyakarta. Hubungan antara tingkat stres yang dirasakan dan *postpartum blues* akan dianalisa menggunakan *Chi-Squared test* untuk melihat hubungannya.

Hasil: *Postpartum blues* ditemukan lebih tinggi pada wanita *postpartum* pada usia kurang dari 20 dan lebih dari 35, lulus dari SMP, dan primipara. Ditemukan bahwa mereka yang mengalami *postpartum blues* memiliki nilai rata-rata yang stress yang lebih tinggi (rata-rata=17.47) dibandingkan mereka yang tidak mengalami *postpartum blues*.

Kesimpulan: Ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres yang dirasakan dan *postpartum blues*.

Kata kunci: *Postpartum blues*, tingkat stress, Pakem, Yogyakarta