

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kehadiran anak pertama pada pasangan suami istri adalah hal yang sangat dinantikan oleh semua pihak keluarga, karena merupakan sebuah anugerah yang tidak ternilai harganya. Namun tidak jarang selimut bahagia itu juga bisa berubah secara tiba-tiba yang menimpa sang ibu bahkan ayah. Memilliki peran baru sebagai seorang ibu tidaklah mudah untuk dialami oleh semua Wanita paska melahirkan, karena menjadi awal kehidupan dimana seorang wanita lebih banyak memiliki tanggung jawab dari sebelumnya dan menjalani kehidupan yang berbeda. Hal itu manjadi salah satu faktor terjadinya sindrom *Baby Blues*, yang merupakan sebuah kondisi psikologis yang dialami secara umum oleh ibu baru atau ibu paska melahirkan. Biasanya kondisi ini sering muncul pada hari ketiga pada minggu pertama lalu memuncak pada hari ke lima dan menyerang dalam kurun waktu dua minggu terhitung dari paska melahirkan. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengungkapkan bahwa sekitar 57% ibu di Indonesia mengalami *Baby Blues* usai melahirkan. Angka ini, kata BKKBN, adalah yang tertinggi di Asia. Ada 57 persen ibu di Indonesia mengalami *Baby Blues*, angka tersebut menjadikan Indonesia sebagai negara peringkat tertinggi di Asia hal itu dikatakan oleh Deputy Bidang Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga BKKBN Nopian Andusti, seperti dikutip dari CNN Indonesia.

Pemaknaan *Baby Blues* oleh ibu baru adalah topik yang relevan untuk diteliti dalam konteks industri saat ini. *Baby Blues* merujuk pada perasaan sedih, cemas, dan lelah yang dialami oleh sebagian besar ibu setelah melahirkan. Ini adalah fenomena yang umum terjadi pada ibu baru dan dapat mempengaruhi kesejahteraan mereka serta hubungan dengan bayi mereka. Beberapa faktor yang memicu tanda-tanda *Baby Blues* adalah perubahan hormonal, setelah melahirkan tingkat hormon estrogen dan progesteron pada

ibu mengalami penurunan drastis, sehingga perubahan inilah yang mempengaruhi keseimbangan otak yang berpotensi menyebabkan perubahan suasana hati. Perubahan fisik yang dialami pada tubuh sang ibu, karena melahirkan merupakan sebuah proses fisik yang melelahkan dan dapat menyebabkan rasa sakit dan ketidaknyamanan yang dialami sang ibu. Perubahan fisik ini seperti berubahnya berat badan, bentuk badan, dan pemulihan rasa sakit dari jahitan luka pada proses persalinan. Stress dan kelelahan saat merawat bayi baru lahir yang membutuhkan banyak energi dan perhatian dalam merawatnya. Rasa lelah yang berlebihan dan stress itulah yang timbul dari tuntutan untuk merawat bayi secara konsisten yang menyebabkan kurang tidur dan mempengaruhi kesejahteraan mental dan emosional ibu. Perubahan pada peran dan identitas karena setelah melahirkan membawa perubahan besar pada kehidupan seorang Wanita yang terkadang membuat ibu mengalami rasa cemas, tidak yakin, bahkan tidak siap untuk menghadapi tugas dan tanggung jawab baru menjadi seorang ibu. Perubahan peran dan identitas inilah yang dapat memicu perasaan tidak stabil dan sedih. Kurang mendapatkan dukungan sosial yang memadai dari suami, keluarga, bahkan teman-teman sekitar yang mempunyai peran penting dalam membantu ibu untuk beradaptasi dengan perubahan hidup paska melahirkan. Kurangnya dukungan inilah yang dapat meningkatkan resiko terjadinya *Baby Blues*. Riwayat Kesehatan mental yang sebelumnya pernah dialami sang ibu seperti gangguan kecemasan, maka ia mungkin memiliki resiko lebih tinggi untuk mengalami *Baby Blues*.

Sindrom *Baby Blues* ini juga memiliki dampak pada ibu maupun pada bayi, meskipun umumnya sembuh dengan sendiri dalam beberapa minggu namun harus disadari bahwa hal ini bisa mempengaruhi kualitas interaksi atau hubungan antara ibu dan bayi bahkan perasaan pribadi sang ibu terhadap diri sendiri. Ibu yang mengalami *Baby Blues* ini bisa jadi mengalami kesulitan dalam membentuk ikatan emosional awal dengan bayinya. Hubungan dengan pasangan juga termasuk menjadi dampak terjadinya *Baby Blues*, karena perubahan suasana hati dan perasaan negative yang muncul mempengaruhi komunikasi dan interaksi dalam hubungan

sehingga menimbulkan konflik dengan pasangan sang ibu. Dampak yang pasti terjadi ialah pada kesejahteraan mental untuk kedepannya walaupun *Baby Blues* cenderung bersifat ringan tidak semua ibu akan mengalaminya dengan intensitas yang sama, biasanya tidak memerlukan perawatan medis serius dan bisa mereda dengan sendirinya seiring waktu tetapi jika tidak ditangani dengan baik dapat berkelanjutan ke depresi paska melahirkan atau postpartum. Dalam masyarakat modern, peran ibu baru sering kali dianggap sebagai tugas yang menuntut dan penuh tantangan. Ibu baru sering kali menghadapi tantangan dalam menghadapi *Baby Blues*. Beberapa tantangan yang mungkin mereka hadapi termasuk kurangnya pemahaman tentang *Baby Blues*, stigma sosial terkait dengan perasaan negatif setelah melahirkan, kurangnya dukungan sosial, dan kurangnya pengetahuan tentang cara mengatasi *Baby Blues*. Semua tantangan ini dapat mempengaruhi kesejahteraan ibu baru dan hubungan mereka dengan bayi mereka.

Dari beberapa faktor diatas bisa dibilang *Baby Blues* ini kondisi yang saling berinteraksi dan berpengaruh pada masing-masing, namun setiap individu pasti mempunyai pengalaman yang unik dalam menghadapi *Baby Blues*. Penting untuk ibu yang mengalammi *Baby Blues* untuk diberi dukungan oleh keluarga, pemahaman, perawatan, dan bantuan yang tepat dari orang terdekat seperti keluarga yang tepat agar gejala tidak semakin buruk bahkan berimbas ke keharmonisan keluarga. Muhammad Andi Bachtiar Yusuf Siswo adalah seorang sutradara, penulis skenario, dan produser film asal Indonesia, menurutnya film merupakan salah satu cara terbaik dan termudah untuk menanamkan moral tentang keluarga, terutama pada film nya yang dirilis pada 24 Maret 2022. Film yang berjudul “*Baby Blues*” ini berhasil menyuguhkan cerita yang mengangkat topik utama *Baby Blues* film ini mampu merepresentasikan kehidupan baru sepasang suami istri yang baru dikaruniai seorang anak, pada film ini menyajikan sebuah adegan yang terkesan surreal tapi sangat relevan dengan banyak pasangan suami istri. Adegan yang terbilang mustahil terjadi pada dunia nyata itu

membantu menyuarakan sebuah ungkapan “bagaimana jika istri jadi suami, sebaliknya suami jadi istri”. Di sisi lain Film ini memasukkan bumbu pertukaran jiwa agar ringan dan menyenangkan untuk disaksikan oleh semua kalangan namun juga merupakan representasi bahwa menjadi suami maupun istri tidaklah mudah. Keduanya memiliki tanggung jawab yang sama dan berat, maka harus saling memahami satu sama lain secara adil. Hal itu juga diungkapkan dalam dialog di film tersebut suami, ‘Lo cobain kerja kayak gue’, si istri, ‘Lo coba rasain jadi gue, bunting sembilan bulan’.

Isu lain di film *Baby Blues* ini seperti kesehatan mental dan dukungan sosial menjadi unsur lain yang membentuk rantai konflik pada film tersebut. Kesehatan mental itu menjadi hal yang harus diperhatikan namun sering diabaikan dan diwajarkan oleh orang-orang yang kurang memahaminya. Di era dahulu minim diketahui adanya istilah depresi yang kerap terjadi saat ini, jadi banyak orang sekitar bahkan orang terdekat yang menyepelkannya karena apa yang dialami bisa jadi dibilang aneh dan tanpa dasar. Dukungan sosial pada film ini menunjukkan bahwa banyak tekanan dari orang sekitar bahwa perempuan dituntut harus sempurna dalam kondisi dan situasi apapun. Dalam laman Hipwee yang ditulis oleh salah satu author mengatakan bahwa film ini kurang menyajikan edukasi terkait pemecahan konflik *Baby Blues* seperti cara mengatasi *Baby Blues* yang seharusnya adalah dengan membangun kerja sama yang baik dengan suami, tidur yang cukup dan olahraga rutin.

Film ini bercerita tentang pasangan suami-istri yang mulai menghadapi masalah ketika harus menyesuaikan kehidupan sebagai orang tua baru. Mereka berjanji untuk menjadi orang tua yang hebat bagi anak pertama mereka, Dara. Namun, Dika dan Dinda tidak menyangka betapa sulitnya merawat bayi. Dinda, yang minim pengalaman, kewalahan menghadapi peran barunya sebagai ibu. Dika, yang masih kekanak-kanakan dan sering bermain PlayStation hingga larut malam, tidak berhasil mendampingi dengan baik. Penyesuaian mereka sebagai orang tua baru sering diwarnai dengan pertengkaran, terutama karena campur tangan ibu

mertua, Ibu Tari, yang menambah tekanan bagi Dinda. Stres yang dialami Dinda meningkat, dan akhirnya menyebabkan sindrom *Baby Blues*, memicu lebih banyak perdebatan. Dinda marah karena Dika tidak pernah membantunya mengurus anak, dan keduanya berharap bisa merasakan apa yang dirasakan satu sama lain. Secara ajaib, keesokan paginya jiwa Dinda dan Dika tertukar. Dinda di tubuh Dika harus bekerja sebagai pelayan restoran, sementara Dika di tubuh Dinda harus mengurus Dara. Meskipun mereka berusaha mencari cara untuk mengembalikan jiwa mereka, upaya itu tidak berhasil. Karir Dika sebagai pelayan terancam karena Dinda, yang berada dalam tubuh Dika, tidak memahami pekerjaannya, dan akhirnya Dika dipecat. Pertengkaran terus berlanjut, terutama karena Dinda tidak percaya Dika bisa mengurus Dara dengan baik. Konflik memuncak ketika Dinda pergi ke rumah ibunya, namun Dara tiba-tiba demam tinggi dan harus dibawa ke rumah sakit. Pada akhirnya, mereka menyadari bahwa mereka harus berhenti egois dan fokus pada Dara. Setelah menyadari hal ini, keesokan paginya jiwa mereka kembali ke tubuh masing-masing.

Berdasarkan uraian di atas peneliti sangat tertarik untuk dapat mengkaji lebih dalam bagaimana Pemaknaan Depresi pada Film *Baby Blues* oleh Ibu – ibu baru di Malang Raya. Sebagaimana yang peneliti ketahui bahwa menjadi Wanita yang mempunyai peran sebagai ibu baru tidaklah mudah, ada yang mengalami *Baby Blues* bahkan ada yang tidak mengalaminya dengan masing-masing pengalaman yang dimiliki. Pentingnya memahami pemaknaan *Baby Blues* oleh ibu baru dalam industri saat ini tidak dapat diabaikan. Dalam industri kesehatan, pemahaman yang lebih baik tentang *Baby Blues* dapat membantu para profesional kesehatan dalam memberikan dukungan yang tepat kepada ibu baru. Dalam industri pendidikan, pemahaman tentang *Baby Blues* dapat membantu guru dan staf sekolah dalam memberikan dukungan yang diperlukan kepada ibu baru yang mungkin mengalami kesulitan dalam menjaga keseimbangan antara peran sebagai ibu dan peran sebagai siswa atau pekerja. Selain itu, dalam industri media dan hiburan, pemahaman tentang *Baby Blues* dapat membantu dalam menciptakan karya yang lebih sensitif dan mendukung bagi ibu baru.

Dengan memperhatikan pemaknaan *Baby Blues* oleh ibu baru, industri dapat berkontribusi dalam mengurangi stigma sosial terkait dengan perasaan negatif setelah melahirkan dan meningkatkan kesejahteraan ibu baru secara keseluruhan. Dengan demikian, penelitian tentang pemaknaan *Baby Blues* oleh ibu baru memiliki relevansi yang signifikan dalam konteks industri saat ini dan dapat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesejahteraan ibu baru serta hubungan mereka dengan bayi mereka. Dipilihnya seorang ibu baru sebagai subyek penelitian dikarenakan karakter utama di film *Baby Blues* yang juga masih berstatus sebagai ibu baru. Peneliti mengaitkan kedua hal tersebut karena unsur cerita dalam film tersebut dekat dengan kehidupan ibu primipara di Malang Raya. Sehingga diharapkan di dalam penelitian ini, subyek mampu memberikan interpretasi atau pemahamannya terhadap depresi / kondisi psikologis yang terdapat dalam film *Baby Blues*, serta memunculkan berbagai sudut pandang dari setiap anggotanya, baik itu positif maupun negatif.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana ibu-ibu baru di Malang Raya memahami depresi dalam film *Baby Blues*.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana ibu-ibu baru di Malang Raya memaknai depresi dalam film *Baby Blues*.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Akademis

Peneliti berharap bahwa penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam bentuk literatur serta dapat dijadikan referensi untuk penelitian yang lebih mendalam tentang kajian studi resepsi, khususnya mengenai *Baby Blues* yang disajikan oleh peneliti.

1.4.2. Manfaat Praktis

Bagi Pembaca: Penulis berharap penelitian ini dapat menjadi sumber edukasi dan meningkatkan kesadaran diri dalam mengantisipasi

masalah depresi pada *Baby Blues*, serta memberikan pengetahuan dini mengenai kondisi *Baby Blues* dan cara mengatasinya kepada semua orang.

Bagi Penulis: Penelitian ini diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan dan pemahaman terhadap teori-teori yang telah dipelajari penulis selama masa perkuliahan.

