PENERAPAN ASKEB PENANGANAN AWAL POST PARTUM BLUES DENGAN MUROTAL AL-QUR'AN PADAIBU NIFAS NY ''S'' DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN "Y" KOTA PADANG TAHUN 2021

Feri Musharyadi, M.KOM [1], Sri Suciana, S.S.T.M.K.M [2], Dwi Cantika Zenisa[3]

STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jalan Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba Padang

Email : ferimusharyadi@gmail.com

Abstract

Background :*Post partum blues is the mood felt by the mother after giving birth which lasts for 3-6 days in the first 14 days after giving birth, where this feeling is related to her baby.*

Objective: *The purpose of murotul Al-Qur'an is to avoid post partum blues in postpartum mothers at the "Y" Midwife Independent Practice in 2021 through a comprehensive midwifery management mindset approach and documenting it through SOAP.*

Methods*: This care uses a descriptive observational research design with a case study approach that was carried out at the Independent Practice of Midwives "Y" in Padang City on 12-27 June 2021.*

Research: *ResultsThe results of the care obtained that the postpartum mother's condition was within normal limits, it was shown on the acquisition of the results of observation of vital signs, TFU and lochea according to the involution stage, can breastfeed their babies well, can carry out daily baby care and mothers can adjust to the postpartum period. The conclusion is that the early treatment of post partum blues by listening to the murotal al-qur'an has a significant effect on preventing post partum blues in postpartum mothers, and carrying out positive activities such as listening to the murotal al-qur'an as an effort to prevent the occurrence of post partum blues during the puerperium. .*

Keywords*: Nifas, Post Partum Blues, Listening to Murotal Al-qur'an, SOAP*

Latar Belakang : Post partum blues merupakan suasana hati yang dirasakan ibu setelah melahirkan berlangsung selama 3-6 hari dalam 14 hari pertama pasca melahirkan, dimana perasaan ini berkaitan dengan bayinya.

Tujuan : Tujuan dari murotul Al-Qur'an adalah untuk menghindari post partum blues pada ibu nifas di Praktik Mandiri Bidan "Y" pada tahun 2021 melalui pendekatan pola pikir manajemen asuhan kebidanan secara komprehensif dan mendokumentasikannya melalui SOAP.

Metode: Asuhan ini menggunakan desain penelitian observasional deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan di Praktik Mandiri Bidan "Y" di Kota Padang pada tanggal 12-27 juni 2021.

Hasil Penelitian : Hasil asuhan yang didapatkan bahwa kondisi ibu nifas dalam batas normal hal tersebut ditunjukan pada perolehan hasil observasi tanda-tanda vital, TFU dan lochea sesuai dengan tahap involusi, dapat menyusui bayinya dengan baik, dapat melakukan perwatan bayi sehari-hari serta ibu dapat menyesuaikan diri pada masa nifas. Kesimpulan bahwa penanganan awal post partum blues dengan mendengarkan murotalal-qur'an memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pencegahan post partum blues pada ibu nifas, dan melakukan kegiatan positif seperti mendengarkan murotal al-qur'an sebagai upaya mencegah terjadinya postpartum blues pada masa nifas.

Kata kunci: Nifas, Post Partum Blues,Mendengarkan Murotal Al-qur'an, SOAP

PENDAHULUAN

Melahirkan adalah sebuah karunia terbesar bagi wanita dan moment yang sangat membahagiakan, tapi kadang harus menemui kenyataan bahwa tak semua menganggap seperti itu karena ada juga wanita yang mengalami kesedihan dankemurungan setelah melahirkan. Banyak orang menganggap bahwa kehamilan adalah kodrat yang harus dilalui dan peristiwa ilmiah yang wajar, tapi bagi wanitayang mengalami hal tersebut dapat mengakibatkan ibu mengalami perasaan sedihdantakut,sehingg mempengaruhi emosional dan ensitifitas ibu pasca melahirkan bahkan sampai terjadi depresi(Daeli,2012).

Salah satu masalah dari ibu *post partum* adalah *post partum blues*. Post partumblues merupakan suasana hati yang dirasakan ibu setelah melahirkan berlangsungselama 3-6 hari dalam 14 hari pertama pasca melahirkan, dimana perasaan iniberkaitan dengan bayinya. *Post partum blues* ini termasuk gangguan mental yangringan, gangguan ini tidak dipedulikan hanya saja gangguan ini dianggap efekkeletihan dari pasca persalinan (Mansur,2009). Kondisi ini dapat hilang dengansendirinya dengan dukungan dari keluarga dan teman dekat, namun jika tidak adadukungan dari keluarga dan teman dekat gangguan ini akan semakin parah sampai menyebabkan post partum depression (Misykat,2019).

Post Partum Blues (PPB) sudah dikenal sejak lama yaitu ibu yang mengalami kesedihan atau kemurungan setelah melahirkan,hal ini disebabkan oleh perubahan hormon dalam tubuh seorang wanita selama kehamilan,dan juga perasaan sedih yang berkaitan dengan bayinya setelah melahirkan, sudah dikenal sejak 460 tahun sebelum Masehi, oleh Hippocrates Post Partum Blues (PPB) atau sering juga disebut martenity blues.Ini ditandai seperti gejala cemas tanpa sebab, menangis tanpa sebab, tidak sabar, tidak percaya diri, mudah tersinggu, merasa kurang menyanyangi bayinya (Marmi,2012).

Menurut *World Health Organitation* (WHO), Post partum Depression sendiri mempengaruhi sekitar 13% perempuan yang ada di dunia. Di Indonesia, tingkatan depresi pasca melahirkan mencapai 19.8%. Jumlah total orang yang hidup dengan depresi di dunia sekitar 322 juta penduduk. Sedangkan di Asia Tenggara adalah27%,Di Indonesia angka kejadian depresi sedang 3,7% Itu artinya Indonesia berada pada Urutan kedua setelah India 4,5%(WHO,2017).

Angka kejadian Post Partum Blues (PPB) diluar negeri cukup tinggi mencapai 26-85%, dapat disimpulkan bahwa 20% wanita melahirkan menderita Post Partum Blues (PPB). Dibelanda tahun 2001 diperkirakan 2-10%ibu melahirkan gangguan ini.Penelitian ini di pernah di lakukan seperti Swedia, Australia, Italiadan Indonesia dengan menggunakan *Edingburg baby blues syndrome Postnatal Depression Scal* (EDPS) tahun 1993 menunjukkan 73% wanita mengalami PPB.

Di Jawa Tengah memiliki angka kejadian *post partum blues* 11%, dari jumlah keseluruhan ibu nifas21.000 .Dalam hal ini di Indonesia 50-70% wanita pascapersalinan lebih rendah dibandingkan negara-negara lain(Hidayat,2007).

Menurut Kruckman 2011) menyatakan terjadinya post partum blues pasca salin di pengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya

yaitu, faktor umur yaitu dengan umur sangat mudaakan mempengaruhi kesiapan mental ibu dalam perannya sebagai orang tua, kedua faktor pengalaman yaitu mengingat bahwa peran seorang ibu dan segala yang berkaitan dengan bayinya merupakan situasiyang baru bagi dirinya dan dapat menimbulkan stress, ketiga faktor pendidikan yaitu perempuan yang berpendidikan tinggi menghadapi tekanan sosialdan konflik peran antara tuntutan sebagai perempuan yang memiliki dorongan untuk bekerja atau dengan peran sebagai orang tua dari anaknya, keempat proses persalinan yaitu semakin besar trauma fisik yang ditimbulkan pada saat persalinan kemungkinan akan menghadapi depresi pasca bersalin,kelima factor dukungan sosial yaitu banyaknya kerabat yang membantu pada saat kehamilan, persalinan, dan pasca bersalin.

Pendekatan psikologi dalam bidang kesehatan untuk menurunkan stres yang dialami pada ibu post partum blues telah banyak dikembangkan. Salah satunya adalah pendekatan dengan memperhatikan spiritual. Pendekatan spiritual dengan menggunakan psikologis dipandang sebagai salah satu alternatif yang dinilai penting dan efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri, optimisme dan kekebalan pasien. Pendekatan psikoreligius dengan menggunakan media yang dianggap suci oleh individu menunjukkan hasil yang signifikan untuk mengurangistres (Miller, Gall & Corbeil, 2011).

Mendengarkan bacaan Al-Quran sebagai kitab suci umat Islam memiliki pengaruh positif dalam menurunkan stres. Penelitian yang dilakukan oleh Yustisia (2012) menunjukkan bahwa bacaan Al Quran terbukti efektif dalam menurunkan tingkat stres pada pasien dengan gangguan *mood* (depresi) di Rumah Sakit Jiwa Malang. Sedangkan Ibu post partum dengan jarak anak dekat, kehamilan tidak diinginkan,kurang istirahat, kurang perhatian suami,kurang perhatian keluarga rentan terhadap stres. Salah satu pendekatans piritual yang mudah dilakukan kepada Ibu postpartum blues yakni mendengarkan Ayat ayat suci Al-Quran dalam kondisi berbaring.

Perlakuan mendengarkan ayat-ayat Al-Quran dilaksanakan selama lima hari berturut-turut. Berdasarkan hasil analisis wawancara dan observasi yang dilaksanakan secara intensif ,Subjek akan menunjukkan perkembangan positif.Hal ini dapat dilihat dari pola makan, pola istirahat dan kondisi emosi subjek yang menunjukkan perkembangan positif. Bacaan ayat-ayat Al-Quran dapat memberikan banyak manfaat bagi pendengarnya. Anwar (2010) mengatakan bahwa bacaan dapat memberikan ketentraman jiwa. Bacaan ayat-ayat Al-Quran juga dapat mengobati ketidakstabilan jiwa, goncangan psikis dan mental (Najati,2003) .Hal tersebut dikarenakan ayat-ayat didalam Al-Quran jug memiliki kekuatan untuk menyembuhkan kecemasan, depresi dan permasalahan emosionallainnya (Elkadi, 1985). Bacaan ayat-ayat Al-Quran dapat memberikan ketenangan bagi yang mendengarkannya meskipun tidak mengetahui artinya (Thayyarah,2013). Ketenangan tersebut dapat mencapai 97% dengan diikuti perubahan fisiologis seperti penurunan derajat ketegangan sistem saraf otonom(Shalih, 2012). Ayat-ayat Al-Quran yang dibacakan sesuai kaidah tajwid

(bacaan Al-Quran yang benar) dapat meningkatkan gelombang delta didalam otak (Abdurrochmandkk,2008). Adanya peningkatan gelombang otak tersebut mengindikasikan bahwa individu dalam keadaan rileks.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Qadiy,2008) tentang pengaruh Al-Qur'an bagi tubuh, berhasil membuktikan hanya dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an, seorang muslim dapat merasakan perubahan fisiologis yangsangat besar. Penurunan depresi, kecemasan, kesedihan, memperoleh ketenangan jiwa, menangkal berbagai macam penyakit merupakan pengaruh umum yang dirasakan orang yang melakukan teknik terapi ini (Al-Kaheel,2011).

Hasil temuan penulis di PMB "Y" pada tanggal 12 Juni 2021, Ny. S P1A0H1 datang dengan keluhan Ibu merasa lelah setelah melahirkan dan merasa mudah marah, ibu belum bisa menyesuaikan diri dengan peran barunya menjadi seorang ibu apalagi bayinya sering rewel danmenangis. Berdasarkan hal tersebut, maka Ny. S diberikan asuhan Murotul Al-Qur'an selama 3 hari serta diberikan asuhan kebidanan nifas normal.

METODE PELAKSANAAN

Rancangan asuhan yang akan direncanakan oleh penulis menggunakan desain asuhan *observasional deskriptif* dengan pendekatan Studi Kasuspada ibu nifas untuk mempelajari tentang penerapan asuhan kebidanan murotul Al-Qur'an pada ibu nifas tersebut dengan baik dan benar. Tempat dan waktu penelitian asuhan penerapan Murotul Al-Qur'an untuk menenangkan ibu pada ibu nifas dengan post partum blues dilaksanakan di Praktek Mandiri Bidan "Y" di kota Padang pada tanggal 12 sampai 29 Juni 2021. Jenis data pada asuhan ini diperoleh dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari responden langsung yang didapatkan melalui wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik. Data sekunder diperoleh dari dokumen rekam medik bpm, buku kia ibu, buku jurnal atau hasil penelitian terdahulu terkait dengan tema asuhan. Alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data asuhan kebidanan dalam pemberian asuhan murotul Al-Qur'an pada ibu nifasini berupa set peralatan murotul Al-Qur'an, set pemeriksaan fisik ibu nifas, Format asuhan kebidanan, buku KIA, dan lembar observasi post partum blues. Metode pengumpulan data dengan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pemeriksaan penunjang.

KASUS

Pada kunjungan 1 ibu mengeluhkan merasa lelah setelah melahirkan dan merasa mudah marah, ibu belum bisa menyesuaikan diri dengan peran barunya menjadi seorang ibu apalagi bayinya sering rewel dan menangis. Diberikan asuhan nifas normal, dan Murotul Al-Qur'an. Pada kunjungan 2 ibu mengatakan masih sulit tidur karena bayinya sering rewel, ibu mulai bisa beradaptasi dengan kondisinya sekarang dan mulai menjadi peran barunya sebagai seorang ibu. Di lakukan asuhan murotal Al-Qur'an untuk menilai kembali apakah Ibu sudah benar dalam melakukannya, dan asuhan nifas normal. Pada kunjungan 3 ibu mengatakan kondisinya sudah sangat baik, ibu sudah mulai tidur dengan nyenyak dan terbangun ketika ingin menyusui

bayinya atau ketika bayinya ingin menyusu. Di berikan asuhan murotul Al-Qur'an untuk menilai kembali, dan asuhan nifas normal. Pada kasus ibu sudah menerima keadaannya dan tidak lagi mengalami post partum blues, dan implementasi yang telah direncanakan semua nya terlaksana pada waktu memberikan asuhan kebidanan kepada pasien.

PEMBAHASAN

Data Subjektif

Pada kasus ny.S kunjungan pertama mengatakan Ibu merasa lelah setelah melahirkan dan merasa mudah marah, ibu mengatakan sulli tmenyesuaikan diri sebagai peran barunya apalagi ketika bayi rewel danmenangis. Pada kujungan kedua tanggal 20 juni 2021 ibu mengatakan sulittidur, karena bayi ibu sering rewel. Dan setelah mendengarkan morotalalquran yang pertama ibu sudah merasa lebih baik dari sebelumnya. Pada kunjungan ke 3, pada tanggal 27 juni 2021 ibu mengatakan keadaan ibu sudah sangat membaik setelah mendapatkan asuhan medengarkan morotal alquran yang kedua.

Secara teori keluhan yang ibu rasakan ini adalah keluhan yang biasa dirasakan wanita setelah melahirkan. Hal ini sejalan dengan teori sehingga tidak ada kesenjangan antara teori dengan kasus.

Berdasarkan uraian diatas terdapat persamaan antara teori dengan gejala yang timbul pada kasus post partum blues. Hal ini membuktikan bahwa tidak ditemukan adanya kesenjangan antara teori dan kasus.

Data Objektif

Pada kasus NY.S hasil pemeriksaan pada kunjungan tgl 12 juni 2021 yaitu, Data umum Ku ibu: Baik Kesadaran : Composmentis ekspresi ibu meringis saat bergerak ibu tidak acuh saat ditanya ibu terlihat sedih. TD:110/70 mmHg.N: 78x/menit P:22x/menit S : 36,7 ◦C. Padakunjungan kedua tanggal 18 juni 2021, Ibu sudah mulai menerima dengan peran barunya dan sedikit kelelahan. TD:110/70mmHg .N:78x/menit P:22x/menit S : 36,7 ◦C. Pada kunjungan ketiga tanggal 27 juli 2021, Ibu kelihatan sudah tampak ceria. TD:120/70mmHg. N:78x/menit P:22x/menit S : 36,7◦C.

Secara teori tidak ada data objektif yang di jadikan dasar post partum blues.

Interpretasi Data

Diagnosa kebidanan pada pasien nifas, ibu P1A0H1 6 jam post partum dengan post partum blues.

Ibu 6 jam postpartum dinyatakan dengan Ibu mengatakan melahirkan pada tanggal 12 juni 2021 pukul 15.00 wib. Pada pemeriksaan fisik ditemukan TFU 2 jari di bawah pusat, tampak pengeluaran lokia rubra pada jalan lahir ibu. Partus, Abortus, dan Hidup dinyatakan dengan ibu mengatakan ini adalah anak pertama lahir hidup dan tidak pernah mengalami keguguran sebelumnya. Post partum blues dinyatakan denganmengatakan Ibu merasa lelah setelah melahirkan dan merasa mudah marah, ibu mengatakan sullit menyesuaikan diri sebagai peran barunya apalagi ketika bayi rewel dan menangis.

Berdasarkan teori, Setelah proses persalinan berakhir terjadi proses involusi uteri

yang ditandai dengan penurunan tinggi fundus uteri yang terjadi berangsur-angsur, uterus ibu yang baru melahirkan masih membesar, jika diraba dari luar tinggi fundus uteri kira – kira 1 jari bawah pusatpasca persalinan.

Berdasarkan uraian diatas terdapat persamaan antara teori nifas dan post partum bluesdengan gejala yang timbul pada kasus. Hal ini membuktikan bahwa tidak ditemukan adanya kesenjangan antara teori dan kasus.

Perencanaan

Rencana asuhan yang diberikan kepada ibu adalah mendengarkan murotal al-qur'an, adapun asuhan penanganan postpartumblues yaitu komunikasi terapeutik bertujuan untuk menciptakan hubungan baik antara bidan dengan pasien untuk kesembuhan pasien dengan cara mendorong pasien untuk mampu meredakan segala ketegangan emosinya dan dapat memahami dirinya sendiri. Peningkatan support mental yang dapat dilakukan oleh suami dan keluarga seperti meminta suami untuk membantu mengerjakan pekerjaan rumah, mengurus bayi, suami lebih menemani ibu dalam kesibukan merawat bayinya, suami lebih perhatian terhadap isri dan permasalahan yang dihadapi istrinya dan ibu dianjurkan sering berkumpul denganteman terdekat maupun keluarga. Selanjurnya menganjurkan ibu untuk belajar menenangkan diri dengan cara menarik nafas panjang, tidur ketika bayi tidur, berolah raga ringan, ikhlas dan tulus dengan peran baru sebagai ibu, bicarakan rasa cemas dan komunikasikanlah masalah yang ada, bersifat lebih fleksibel dan bergabung pada kelompok-kelompok ibu baru.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi mendengarkan murotal al-qur'an sangat membantu ibu nifas dalam mencegah kontruksi post partum blues karena salah satu diantara mukjizat al-qur'an yang sudah terbukti sejak diturunkannya hingga saat ini yaitu bisa menjadi penyembuh, termasuk penyembuh hati yang membuat orang mendengarkannya menjadi lebih tenang dan sabar dalam mengahadapi segala masalah.

Asuhan Nifas normal juga diterapkan pada kasus ini, tidak ada kesenjangan antara teori dan praktik yang di lakukan pada kasus ini.

Pelaksanaan atau implementasi

Pada KunjunganI asuhan yang telah diberikan adalah memberitahukan kepada ibubahwa keadaan umum ibu dan bayi baik, ttvdalam batas normal, TFU 2 jari dibawah pusat, kondung kemih kosong dan perdarahan dalam batas normal, menjelaskan kepada ibu bahwa keluhan rasa nyeri yang ibu alami merupakan hal yang normal karena saat melahirkan terjadi robekan padaperineum ibu dan menganjurkan ibu untuk mobilisasi dini dengan caramenyuruhibu untuk melakukan miring kiri dan kanan, mengingatkan ibu untuk selalu memantau kontraksi uterus dimana perut ibu teraba bundar dan keras artinya uterus berkontraksi baik, jika perut ibu lembek maka uterus ibu tidak berkontraksi dengan baik akan menyebabkan perdarahan, untuk mengatasinya ibu/ keluarga melakukan masase dengan cara meletakkan satu tangan diatas perut ibu sambil menggerakkan tangan memutar searah jarum jam hingga perut teraba keras, menganjurkan ibu melakukan hubungan antara ibu dan bayi (bondingattatchmen), menganjurkan ibu untuk

menyusui bayinya dan tidak membuang ASI pertama yang bewarna kekuningan (colostrum) karena ASI pertama mengandung kekebalan tubuh bayi, memberitahu ibu tentang gizi seimbang agar kebutuhan bayi pada masalaktasi dapat terpenuhi, seperti makan 50 gr atau satu mangkok sayuran danbuah-buahan, 50 gr atau satu ikan dan minum susu dan memakan makanan yang mengandung zat gizi yang banyak untuk membantu melancarkan produksi ASI, memberitahu dan menjelaskan kepada ibu bahwa keadaan ibu saat ini mengalami post partum blues dan ibu, membutuhkan dukungan psikologis seperti kebutuhan fisik ibu lainnya, menjelaskan kepada ibu cara mengatasi keadaan post partum blues ibu yaitu: komunikasikan segala permasalahan yang dirasakan ibu kepada keluarga, meminta keluraga untuk tetap memberikan dukungan kepada ibudanbersikap, mendengarkan kepada ibu murotal al-qur'an selama 10-15 menit dengan surah al-kahfi, memberitahu ibu akan dilakukan kunjungan kedua kerumah ibu pada tanggal 20 juni 2021.

Pada Kunjungan II asuhan yang diberikan adalah memberitahukan kepada ibu bahwa keadaan umum ibu dan bayi baik, ttv dalam batas normal, TFU pertengahan pusat ke symphisis, kontraksi uterus baik, dan tidak ada perdarahan abnormal dan tidak berbau, menilai adanya tanda-tanda demam dan infeksi pada ibu memastikan cukup makanan, cukup cairan dan istirahat. Memakan makanan yang bergizi dan asupan nutrisi yang cukup untuk metabolism dan proses pembentukan ASI yaitu karbohidrat, protein, buah, sayuran dan minum air putih minimal 3 liter/ hari dan istirahat yang cukup serta meminumpil zat besi, menganjurkan ibu untuk menyusui bayinya dan menganjurkan ibu untuk tetap melakukan ASI eksklusif selama 6 bulan, menanyakan kepada ibu bagaimana keadaan ibu setelah mendengarkan murotalal-qur'an pada kunjungan sebelumnya, mendengarkan kembali kepada ibu murotal al-qur'an yang ke dua selama10-15menit dengan surah al-kahfi, memberitahu ibu akan dilakukan kunjungan kembali pada tanggal 27 juni 2021

Pada KunjunganIII asuhan yang diberikan adalah memberitahukan kepada ibu bahwa keadaan umum ibu dan bayi baik, ttv dalam batas normal, TFU tidak teraba, dan tidak ada perdarahan abnormal dan tidak berbau, menilai adanya tanda-tanda demam dan infeksi pada ibu memastikan cukup makanan, cukup cairan dan istirahat. Memakan makanan yang bergizi dan asupan nutrisi yang cukup untuk metabolismedan proses pembentukan ASI yaitu karbohidra, protein, buah, sayuran dan minum air putih minimal 3liter/hari dan istirahat yang cukup seta meminum pil zat besi, menganjurkan ibu untuk menyusui bayinya dan menganjurkan ibu untuk tetap melakukan ASI eksklusif selama 6 bulan, menanyakan kepada ibu bagaimana keadaan ibu setelah mendengarkan murotal al-qur'an pada kunjungan sebelumnya, mengucapkan selamat kepada ibu karna ibu sudah berhasil melewati masa postpartum bluesnya

Pelaksanaan yang dilakukan dan asuhan yang telah diberikan kepada klien sesuai dengan implementasi yang telah dirancang dan telah sesuai dengan teori yang ada, sehingga tidak ada kesenjangan antara teori dan praktik yang dilaksanakan.

Evaluasi

Pada kunjungan 1 evaluasi yang dilakukanuntuk menilai apakah asuhan yang diberikan efektif dan apakah asuhan tersebutmeliputi pemenuhan kebutuhan benar telah terpenuhi, rencana dianggap efektif jika memang efektif dalam pelaksanaannya. Ibu sudah mengetahui hasil pemeriksaan, ibu sudah mengetahui apa itu post partum blues, ibu sudah mengetahui apa saja yang harus dilakukan agar mengurangi keluhan yang ibu rasakan.

Pada Kunjungan 2 ibu sudah mengetahui hasil pemeriksaan, ibu selalu berfikir positif atas keluhan nya, ibu bisa mengurangi postpartum bluesnya dengan murotal al-qur'an selama 10-15 menit, ibu mengatakan sudah merasakan berkurangnya keluhan yang dirasakan jika ibu menerapkan asuhan yang telah diberikan. Pada Kunjungan 3 ibu sudah mengetahui hasil pemeriksaan, ibu sudah sangatsenang dan berterimakasih kepada petugas karena hasil asuhannya tentangpost partum blues dengan murotal al-qur'an sangat baik untuk mengatasi keluhannya.

Hasil evaluasi setelah melakukan asuhan kebidanan selama 3 hari di rumah kilen. Ibu tidak mengalami komplikasi, post partum blues teratasi dan ibu sudah baik dalam merawat diri dan bayinya. Post partum blues tidak akan terjadi apabila telah di lakukan penangan yang tepat pada pasien, dan asuhan yang telah diberikan kepada ibu dilakukan dengan baik dan benar.

Dengan demikian dapat terlihat bahwa proses Manajemen Asuhan Kebidanan yang diterapkan pada Ny "S" 6 jam Post Partum dengan post partum blues cukup berhasil dan efektif.

DAFTAR PUSTAKA

Ade Nailul (2019), *Syndrom Baby Blues, Kesan Dan Penanganan Dalam Al-Qur'an.* Volume 04,Nomor 02.

Allades, Sri Maryati. Moh Iqbal (2014), *Post Partum Blues Sindrome*, Pada Kelahiran Anak Pertama,ISSN:2252-6358.

Brillian, Kusumastuti, (2016). *Efektifitas Terapi Murrotal Terhadap Pencegahan Postpartum Blues.*

DiahPurnama. (2020). Hubungan Persepsi Ibu Post Partum Dengan Kejadian *Baby Blues Syndrome*Dikliniik Rismala Kisaran Tahun 2020, e-ISSN:2621-2627, Volume 3.

Mia Dwianna Widyaningtyas. 2019. *Pengalaman Komunikasi Ibu dengan Baby Blues Syndrome dalam Pradigma Naratif.* ISSN:2303-2006, Volume 3, Nomor 2.

Rukiyah, A. Y., Yulianti, L., & Liana, M. (2012). *Asuhan Kebidanan III (Nifas).* Jakarta: Cv. Trans Info Media.

Ryanawati, Uki., & Bhisma. (2018).*Prevalence And Determinants Of Postpartum Depression In Sukoharjo District, Central Java.* e-ISSN:2549-0257.

Suryati (2008),*The Baby Blues And Postnatal Depression*, Jurnal Kesehatan Masyarakat.