

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Komunikasi merupakan faktor yang paling utama bagi kehidupan sosial sebagai manusia. Komunikasi yang dilakukan salah satunya adalah komunikasi interpersonal, Devito dalam Liliweri (2015) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi verbal maupun nonverbal yang dilakukan oleh dua orang yang saling bergantung satu dengan yang lainnya (*interdependent people*), dengan kata lain, komunikasi ini terjadi antara orang-orang yang saling terkait, di mana di antara mereka saling memengaruhi satu sama lain, layaknya hubungan pada pasangan suami dan istri. Komunikasi dinilai sangat penting dalam upaya terjalinnya sebuah hubungan pada konteks pasangan. Keharmonisan dalam sebuah hubungan relasi berhubungan dengan komunikasi antarpersonal yang terjalin pada pasangan suami istri (N. R. Dewi & Sudhana, 2013). Menurut Muladsih et al., (2011) kesejahteraan dan keharmonisan hubungan keluarga dipengaruhi oleh pola komunikasi yang digunakan pada keluarga tersebut. Selain itu, upaya untuk menjaga keefektifan komunikasi dapat mengurangi munculnya konflik yang menghadirkan persoalan dalam hubungan pasangan. Salah satunya persoalan yang muncul pada hubungan sebagian pasangan adalah munculnya depresi pasca melahirkan yang terjadi pada ibu setelah kelahiran seorang anak. Dalam periode ini, pasangan suami istri tentunya dihadapkan pada berbagai perubahan dalam menghadapi kondisi baru. Hal ini yang membuat penelitian terhadap pola komunikasi pasangan suami-istri dalam menghadapi depresi pasca melahirkan menjadi penting untuk diteliti.

Depresi pasca melahirkan adalah depresi ringan yang dialami ibu setelah melahirkan dengan gejalanya berupa gangguan emosi, seperti sering menangis, murung, panik, mudah marah (Atmadibrata, 2005). Hal ini didukung pula oleh informasi salah satu web kesehatan *Cleveland Clinic*, bahwa sebanyak 50-75 persen ibu mengalami depresi ringan pasca melahirkan, dan 15 persen dari wanita akan mengalami depresi yang lebih parah dan lebih tahan lama setelah melahirkan. Temuan lain dari Yusari & Risneni (2016) bahwa, terdapat tiga bentuk perubahan sisi psikologis pada ibu pasca melahirkan, meliputi *postpartum blues (baby blues syndrom)*, *postpartum depression* dan *postpartum psikosis*. Sementara itu penelitian. Malus et al. (2016) menunjukkan

adanya korelasi yang signifikan antara tingkat depresi pasca melahirkan dan kualitas hubungan. Hal ini didukung pula oleh adanya penelitian lain yang menyebutkan bahwa pasangan suami-istri yang mengalami masa-masa transisi menjadi orang tua menunjukkan peningkatan pembagian kedudukan peran, sebagai bentuk penurunan kepuasan perkawinan (Cowan, C. P. et al., 1985). Dengan demikian, fenomena kondisi tekanan pasca melahirkan pada pasangan suami istri memerlukan kajian yang harus difokuskan pada hubungan relasi antar pasangan untuk meningkatkan kualitas hubungan pasangan (Garthus-Niegel et al., 2018).

Dukungan suami merupakan aspek yang berhubungan secara signifikan terhadap situasi tekanan (depresi) pasca melahirkan, dan dinilai penting untuk mencegah gejala tersebut (Hasanah, 2014) Terkait dengan hubungan relasi antar suami-istri, Nirwana (2011) menjelaskan terdapat dinamika dalam pembagian tugas antara istri dan suami saat terjadi depresi pasca melahirkan, mengingat hal ini terkait dengan peran dalam mengurus anak seperti memandikan, memberi asi, mengganti popok, dsb. Temuan itu didukung oleh hasil penelitian terhadap 157 wanita dengan rentang usia 30 tahun di daerah Bogor dan Depok bahwa ditemukan korelasi yang signifikan antara kontribusi dukungan suami dengan terjadinya depresi pasca melahirkan (Amalia et al., 2019)

Pemilihan lokus pada penelitian ini juga didukung dengan penelitian Fairus & Widiyanti (2014) yang dilakukan di Lampung memperlihatkan bahwa dari 111 ibu postpartum, didapatkan 59 (53,15 %) yang mengalami kejadian depresi post partum. Berdasarkan hasil tersebut, 59 orang ibu postpartum yang mengalami depresi, didapat 27 orang (45,76%) responden yang tidak mendapat dukungan suami. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan suami dengan kejadian depresi pasca melahirkan. Tingkat fenomena depresi pasca melahirkan yang cukup tinggi tersebut menjadi salah satu latar belakang penelitian ini dilakukan di Lampung tepatnya di Kota Bandar Lampung. Selain itu, pra-riset juga dilakukan melalui pencarian informan yang pernah menjadi pasien di salah satu klinik bersalin di Kota Bandar Lampung. Pemilihan klinik ini didasari oleh tingkat persalinan yang cukup tinggi, sampai akhirnya didapatkan dua informan yang bersedia untuk memberikan pernyataan dalam pra-riset. Ibu DL (29) menjelaskan bahwa komunikasi yang dijalin dengan pasangan atau suami pasca kehadiran anak sangatlah buruk, "*kami berdua semakin lama semakin menjauh dan cuek satu sama lain*", tuturnya. Sedangkan Ibu OP

(30) menuturkan bahwa komunikasi yang terjalin juga kurang baik, ditambah suami sibuk dengan pekerjaan dan jarang menghabiskan waktu dengan istri. Sehingga Kota Bandar Lampung dirasa tepat untuk dijadikan lokus penelitian ini.

Berdasarkan tinjauan literatur, Patrizia Romito (1990) juga telah menganalisis hubungan yang signifikan antara depresi pasca persalinan dan hubungan yang buruk dengan suami. Hal lain menunjukkan keterkaitannya dengan aspek hubungan komunikasi. Sehingga pendekatan komunikasi dipandang penting untuk menelaah fenomena ini. Penelitian ini akan mengkaji mengenai pola komunikasi pasangan saat mengalami tekanan (depresi) pasca melahirkan di Kota Bandar Lampung yang dilengkapi dengan menggunakan *Relational Turbulance Theory* sebagai konteks gangguan relasi antar suami-istri.

Pola komunikasi merupakan gambaran sederhana dari proses komunikasi yang memperlihatkan kaitan antara satu komponen komunikasi dengan komponen lainnya (Soejanto, 2005). Beberapa pola komunikasi yang dijelaskan oleh (DeVito, 2001) dalam hubungan relasi interpersonal pada pasangan diantaranya *equality pattern*, *balance split pattern*, *unbalanced split pattern*, dan *monopoly pattern*. Periode depresi pasca melahirkan yang terjadi pada pasangan seperti dijelaskan sebelumnya menyebabkan terjadi perubahan atau transisi yang dalam proses penyesuaian dapat dianggap sebagai gangguan hubungan relasi, atau dalam hal ini munculnya turbulensi. RTT mencoba menggambarkan bagaimana seseorang berpikir, merasakan, dan berkomunikasi ketika keadaan berubah dalam hubungan mereka (Knobloch, Solomon, Theiss & McLaren, 2018). Teori ini mendefinisikan bentuk perpindahan/transisi sebagai masa transformasi selama perkembangan hubungan yang mengharuskan individu untuk merestrukturisasi hubungan antara satu dengan yang lain (Knobloch et al, 2018). Bentuk dari transisi dapat berupa perubahan dalam lingkungan relasional yang dapat bervariasi dan sifatnya bisa positif maupun negatif, merupakan hal yang besar atau bisa juga kecil, dan datangnya bisa dalam waktu yang bertahap maupun tiba-tiba.

Mengalami tekanan (depresi) pasca melahirkan tentu saja tidak menghindarkan pasangan dari terjadinya konflik, menurut teori RTT, individu yang mengalami turbulensi relasional mengartikan hubungan mereka terlibat dalam pola komunikasi yang tidak sinkron, yang pada gilirannya, mengurangi berbagai hasil. Bentuk dari hasil tersebut antara lain; menyelesaikan fungsi komunikasi instrumental seperti menawarkan dukungan, mengelola konflik, dan membujuk satu sama lain; dan

menafsirkan pesan relasional (Knobloch, et al, 2018). *Relational Turbulance Theory* didasari oleh konsep tentang ketidakpastian dari bidang komunikasi antarpribadi (Berger & Bradac dalam Suter et al, 2018) dan saling ketergantungan (bantuan dan gangguan) dari psikologi sosial (Berscheid dalam Suter & Seurer, 2018), dan mengasumsikan bahwa perubahan dalam lingkungan relasional memicu ketidakpastian hubungan dan mengganggu proses saling ketergantungan. Sehingga menimbulkan efek bias pada penilaian pikiran seseorang, reaksi emosional, dan perilaku komunikasi dalam menanggapi kondisi tertentu (L. K. Knobloch et al., 2018). Menurut (Knobloch et al., 2018) terdapat banyak pengalaman hidup yang bisa membawa potensi turbulensi relasional, salah satunya adalah perubahan peran menjadi orang tua dan kelahiran seorang anak, yang selaras dengan konteks penelitian ini.

Seperti halnya yang ditemukan dalam fenomena *baby blues syndrome*., terjadinya perubahan terhadap kondisi keluarga, baik dalam lingkup komunikasi, peran, dan sebagainya karena adanya tanggung jawab baru yang menuntut penyesuaian diri baik bagi ibu. Roswiyani (2010) menyatakan kebahagiaan/ketidakhahagiaan pernikahan termasuk ke dalam faktor psikologis yang bisa menyebabkan depresi pasca melahirkan. Terlebih jika hubungan dengan pasangan kurang bahagia selama periode kehamilan, komunikasi terhambat, kurangnya afeksi, atau ketidaksesuaian keinginan, menimbulkan kemungkinan ibu mengalami depresi pasca melahirkan. Minimnya dukungan emosional dari suami berperan penting dalam mempengaruhi munculnya depresi (Simpson et al, 2003). Kurangnya keselarasan antar suami-istri juga berkesempatan menimbulkan kesenjangan afeksi di antara mereka berdua (Curran et al., 2005); kesenjangan afeksi akan menurunkan kualitas hubungan rumah tangga dan dukungan suami juga menjadi semakin menurun. Akibatnya, istri semakin merasa dirinya kurang diperhatikan, dan istri menjadi lebih rentan terhadap gejala depresi.

Dahro dalam Maulida (2019) menjelaskan bahwa wanita yang berhasil dalam menyesuaikan diri dengan peran dan aktivitas barunya akan bersemangat untuk mengasuh bayinya, namun bagi sebagian wanita yang kurang berhasil dalam menyesuaikan diri dengan baik akan mengalami perubahan emosi. Perubahan kondisi ini haruslah disikapi dengan cara-cara yang benar agar pasangan dalam hal ini suami dan istri bisa menyesuaikan diri dengan masa transisi atas bertambahnya peran dan tanggung jawab dalam melewati/ menghadapi gejala depresi yang muncul.

Berdasarkan paparan fenomena yang didapat dari penelitian terdahulu sudah dijelaskan di atas, penelitian ini akan mengkaji bagaimana aspek-aspek dalam *Relational Turbulance Theory* dapat diterapkan untuk mengetahui bagaimana pola komunikasi pasangan saat menghadapi depresi pasca melahirkan. Penelitian ini akan dilakukan secara kualitatif dan teknik pengumpulan data melalui proses wawancara dan observasi terhadap pasangan suami-istri yang mengalami tekanan pasca melahirkan dengan lokus penelitian di Kota Bandar Lampung.

1.2 Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada pola komunikasi pasangan dalam hal ini suami dan istri, yang istrinya pernah mengalami gejala depresi pasca melahirkan (*postpartum blues* atau *baby blues syndrome*)

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan di atas, penulis menetapkan rumusan masalah dari penelitian ini adalah, Bagaimana pola komunikasi pasangan dalam menghadapi depresi pasca melahirkan?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pola komunikasi yang dimiliki pasangan dalam hubungan relasi selama mengalami periode depresi pasca melahirkan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

- 1.5.1.1 Sebagai sarana untuk mengembangkan ilmu komunikasi dalam ranah komunikasi keluarga dengan konteks pasangan yang mengalami gejala *postpartum blues*.
- 1.5.1.2 Sebagai bahan referensi dan sumber informasi dalam rangka terlaksananya penelitian lebih lanjut.
- 1.5.1.3 Sebagai bahan pengembangan wawasan mengenai komunikasi keluarga dan komunikasi interpersonal dengan penerapan *Relational Turbulance Theory*

1.5.2 Manfaat Praktis

- 1.5.2.1 Memberikan pengetahuan dan pemahaman baru untuk peneliti mengenai komunikasi keluarga dalam konteks menghadapi *postpartum blues*
- 1.5.2.2 Memberikan pemahaman dan wawasan kepada penderita BBS dan pasangan mengenai cara-cara yang mungkin bisa dilakukan untuk mengurangi dan mengatasi hadirnya konflik terkait gejala depresi.

1.6 Waktu Penelitian

Tabel 1.1 Waktu Penelitian

Kegiatan	2020												2021		
	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar
Menentukan Tema Penelitian															
Pra-penelitian dan Observasi															
Penyusunan Proposal															
Pengajuan Seminar Proposal															
Pengumpulan Data															
Penelitian (Wawancara)															
Pengolahan Hasil															

Penelitian																		
Sidang Akhir																		

(Sumber: Olahan Penulis)