

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogowungu dan Puskesmas Miri: Studi Cross-sectional

Lufi Fifby Yanti¹, Faizah Betty Rahayuningsih^{1*}

¹Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Corresponding Author: fbr200@ums.ac.id

Article Info

Article History:

08-12-2025,
31-12-2025,
02-07-2026,

Kata Kunci:

Dukungan Keluarga,
Kualitas Hidup,
Postpartum

Keywords:

Family Support,
Postpartum,
Quality of Life

Abstrak

Masa postpartum merupakan fase transisi yang dapat memengaruhi kesejahteraan ibu. Dukungan keluarga berperan penting dalam menjaga kualitas hidup ibu postpartum. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup ibu postpartum. Kebaruan penelitian ini terletak pada penyediaan bukti empiris kontekstual mengenai hubungan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup ibu postpartum dalam konteks layanan kesehatan primer dengan karakteristik sosial budaya keluarga, yang masih terbatas dilaporkan dalam literatur Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif deskriptif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sebanyak 90 ibu postpartum dipilih melalui teknik purposive sampling. Dukungan keluarga diukur menggunakan *Postpartum Support Questionnaire* (PSSQ), sedangkan kualitas hidup diukur menggunakan *Maternal Postpartum Quality of Life Instrument* (MPQOL-I). Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-square dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 55,6% responden memiliki dukungan keluarga tinggi dan 86,7% memiliki kualitas hidup tinggi. Uji Chi-square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup ibu postpartum ($p < 0,000$). Ibu dengan dukungan keluarga tinggi cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan intervensi berbasis keluarga dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan maternal pada periode postpartum.

Abstract

The postpartum period is a transitional phase that can affect the well-being of mothers. Family support plays an important role in maintaining the quality of life of postpartum mothers. This study aims to analyze the relationship between family support and the quality of life of postpartum mothers. The novelty of this study lies in providing contextual empirical evidence on the relationship between family support and the quality of life of postpartum mothers in the context of primary health care with socio-cultural characteristics of families, which is still limited in Indonesian literature. This study used a descriptive correlational quantitative design with a cross-sectional approach. A total of 90 postpartum mothers were selected using purposive sampling. Family support was measured using the Postpartum Support Questionnaire (PSSQ), while quality of life was measured using the Maternal Postpartum Quality of Life Instrument (MPQOL-I). Data analysis was performed using the Chi-square test with a significance level of 0.05. The results showed that 55.6% of respondents had high family support and 86.7% had a high quality of life. The Chi-square test showed a significant relationship between family support and the quality of life of postpartum mothers ($p < 0.000$). Mothers with high family support tended to have a better quality of life. These findings emphasize the importance of strengthening family-based interventions in improving the quality of life and maternal health in the postpartum period.

Pendahuluan

Masa postpartum merupakan periode transisi yang rentan bagi perempuan karena melibatkan perubahan fisik, emosional, psikososial (Tosto et al., 2023). Postpartum bisa menjadi waktu yang menyenangkan sekaligus menantang, karena persalinan dan pengasuhan anak membawa berbagai perubahan fisiologis dan psikososial bagi ibu (Hong & Buntup, 2023). Periode nifas masa pemulihan ibu setelah proses kehamilan dan melahirkan berlangsung selama enam minggu, disertai perubahan sistem reproduksi dan laktasi, tetapi juga perubahan psikologis berupa kecemasan, depresi, gangguan tidur (Aisy & Idriani, 2023; Rahayuningsih, 2021).

Masalah kesehatan ibu postpartum merupakan isu global. WHO melaporkan bahwa pada tahun 2020 terjadi 287.000 kematian maternal yang terjadi selama kehamilan, persalinan, atau masa nifas, dengan 95% terjadi di negara berpenghasilan rendah-menengah (WHO, 2024). Meskipun terjadi penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia dalam beberapa dekade terakhir, angka tersebut masih jauh dari target Sustainable Development Goals (SDGs) yaitu 70 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2023).

Proses pemulihan selama masa nifas terdiri dari dua aspek, yaitu adaptasi fisik dan psikologis (Astri et al., 2020). Pada periode ini, gangguan suasana hati ibu memiliki beragam gejala, mulai dari perubahan suasana hati, kecemasan, gangguan tidur, hingga gejala yang lebih parah seperti halusinasi dan delusi pada kasus psikosis ibu (Rahayuningsih, 2023). Kekurangan dukungan keluarga dapat meningkatkan risiko gangguan mental hingga 1,5 kali lebih tinggi pada ibu postpartum (Alao et al., 2024). Dukungan keluarga terdiri dari dukungan emosional, informasional, dan instrumental yang membantu ibu mengelola perubahan fisik maupun psikologis setelah melahirkan (Rahayuningsih, 2021).

Kualitas hidup ibu postpartum merupakan konsep multidimensional yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan, serta sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial (Jeong et al., 2021; Puspita & Sastrawan, 2023). Kualitas hidup ibu postpartum dipengaruhi oleh pemahaman mengenai depresi postpartum, pemahaman yang baik meningkatkan kualitas hidup dan tingkat depresi yang lebih tinggi menurunkan tingkat kualitas hidup (Matumadi et al., 2024). Kualitas hidup ibu setelah melahirkan dipengaruhi oleh kondisi internal seperti kesehatan fisik dan psikologis, serta kondisi eksternal seperti dukungan sosial dan kualitas pelayanan kesehatan (Yulindar, 2023).

Penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup ibu postpartum masih relatif sedikit di Kecamatan Tlogowungu, yang memiliki karakteristik sosial budaya keluarga besar dan akses pelayanan kesehatan maternal yang terbatas dibandingkan wilayah perkotaan (Kartika et al., 2021). Kondisi ini berpotensi menghasilkan dinamika dukungan keluarga yang berbeda dan memengaruhi kualitas hidup ibu postpartum, sehingga diperlukan penelitian yang lebih spesifik dan berbasis konteks lokal. Belum ada penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dan kualitas hidup ibu postpartum di Kecamatan Tlogowungu Kabupaten Pati dan Kecamatan Miri Kabupaten Sragen yang memiliki karakteristik sosial budaya keluarga besar.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup ibu postpartum di Puskesmas Tlogowungu dan Puskesmas Miri sebagai dasar pengembangan intervensi berbasis keluarga untuk meningkatkan kesehatan maternal. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup ibu postpartum.

Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional dan metode cross sectional. Deskriptif korelasional bertujuan untuk menggambarkan hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya (Yanti et al., 2021). Penelitian cross sectional merupakan jenis penelitian di mana peneliti mengumpulkan data variabel independen dan dependen pada satu waktu tertentu (Wulandari & Mufdlilah, 2020). Dengan demikian, hasil penelitian ini diinterpretasikan sebatas pada adanya hubungan atau asosiasi antarvariabel dan tidak dimaksudkan untuk menjelaskan hubungan sebab-akibat. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tlogowungu dan Puskesmas Miri, dimulai 6 Agustus hingga 31 Agustus tahun 2025.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik purposive sampling. Pengambilan sampel dilakukan berdasarkan kriteria atau pertimbangan yang telah ditetapkan (Ani et al., 2021). Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 90 ibu postpartum, dengan 45 responden berasal dari Puskesmas Tlogowungu dan 45 responden dari Puskesmas Miri. Sampel ditentukan berdasarkan ketersediaan responden yang memenuhi kriteria selama periode penelitian dan tidak didasarkan pada perhitungan power analysis, sehingga merupakan salah satu keterbatasan metodologis penelitian ini. Memenuhi kriteria inklusi, yaitu ibu yang melahirkan normal maupun sectio caesarea, berusia 20-45 tahun, berada pada masa nifas, ibu yang memiliki keluarga, serta bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah ibu yang tidak memiliki keluarga, riwayat gangguan mental sebelum kehamilan, dan ibu dengan kondisi postpartum komplikasi berat.

Dukungan keluarga diukur menggunakan *Postpartum Support Questionnaire* (PSSQ) yang terdiri dari 50 item dengan skala Likert 7 poin, mencakup dukungan emosional, informasi, instrumental, dan penghargaan (Hopkins & Campbell, 2008). Kualitas hidup ibu postpartum diukur menggunakan *Maternal Postpartum Quality of Life Instrument* (MPQOL-I) yang terdiri dari 16 item dengan skala Likert 5 poin, mencakup empat domain utama: fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (Mokhtaryan-Gilani et al., 2022). Kedua instrumen telah melalui proses translation-back translation oleh ahli bahasa dan dinyatakan valid melalui uji Pearson Product Moment dengan hasil r -hitung $>$ r -tabel (0,361) serta signifikan pada $p < 0,05$. Uji reliabilitas juga menunjukkan bahwa kedua instrumen sangat reliabel, masing-masing dengan nilai Cronbach's Alpha 0,970 untuk PSSQ dan 0,900 untuk MPQOL-I, Kategorisasi skor PSSQ yaitu rendah (50–150), sedang (151-250), dan tinggi (251-350). Kategorisasi skor MPQOL-I yaitu rendah (16–37), sedang (38–59), dan tinggi (60–80).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang dibagikan langsung kepada responden setelah mereka mendapat penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta menandatangani *informed consent*. Data sekunder karakteristik ibu diperoleh dari catatan rekam medis puskesmas. Setelah data terkumpul, dilakukan proses *editing* untuk memastikan kelengkapan data, *coding* untuk pemberian kode numerik pada setiap jawaban, *entry data* ke perangkat lunak, serta *cleaning* guna menghindari kesalahan penginputan.

Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-square dengan tingkat signifikansi 0,05. Namun, karena terdapat sel dengan frekuensi harapan <5 yang melanggar asumsi Chi-Square tidak terpenuhi maka digunakan Fisher's Exact Test sebagai alternatif.

Penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan prinsip etika dalam penelitian kesehatan. Untuk memastikan bahwa penelitian dilakukan dengan integritas, serta menghormati hak dan kesejahteraan subjek yang terlibat (Alfarizi & Listyaningrum, 2024). Semua responden diberikan kebebasan penuh untuk berpartisipasi atau menolak tanpa konsekuensi apapun. Penelitian ini telah dinyatakan layak secara etis oleh komisi etik penelitian kesehatan RSUD Dr. Moewardi dengan Nomor: 2.271/X/HREC/2025.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n=90)		Peresentase %
		Puskesmas Tlogowungu (n=45)	Puskesmas Miri (n=45)	
Usia (Tahun)	<20 Tahun	4	2	6,7%
	21-25 Tahun	8	13	23,3%
	26-30 Tahun	23	19	46,7%
	31-35 Tahun	6	8	15,6%
	>35 Tahun	4	3	7,8%
Desa	Beragam (24 desa)	45	45	100%
Pendidikan	SD	3	1	4,4%
	SMP	12	12	26,7%
	SMA	26	26	57,8%
	D3	0	0	0%
	Perguruan Tinggi	4	6	11,1%
Berat Badan Ibu	40-45 kg	1	3	4,4%
	46-50 kg	15	6	23,3%
	51-55 kg	8	7	16,7%
	56-60 kg	12	15	30,0%
	61-65 kg	4	8	13,3%
	66-70 kg	1	3	4,4%
	>70 kg	4	3	7,8%

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa sebagian besar ibu postpartum berada pada kelompok usia 26–30 tahun (46,7%) dan berpendidikan SMA (57,8%). Ibu memiliki berat badan 56-60 kg (30%).

Tabel 2. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi		Peresentase %
		Puskesmas Tlogowungu (n=45)	Puskesmas Miri (n=45)	
Jumlah Kehamilan	1	18	14	35,6%
	2	20	23	46,7%
	3	2	7	10,0%
	4	4	1	5,6%
	5	1	0	2,2%
Jenis Persalinan	Normal	33	14	52,2%
	Sectio Caesarea	12	31	47,8%
Masa Nifas (Hari)	Hari 1-7	11	14	27,8%
	Hari 8-14	14	10	26,7%
	Hari 15-21	19	4	25,6%
	Hari 22-28	1	8	10,0%
	Hari 29-35	0	5	5,6%
	Hari 36-42	0	4	4,4%
Jumlah Anak	1	24	15	43,3%
	2	17	22	43,3%
	3	1	6	7,8%
	4	2	2	5,6%
	5	0	0	0%

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa obstetri, hampir setengah responden merupakan multipara dengan jumlah kehamilan dua kali (46,7%), dan jenis persalinan terbagi hampir seimbang antara normal (52,2%) dan section caesarea (47,8%). Sebagian besar responden berada pada masa nifas hari 1-7 (30%), yaitu periode awal pemulihan ibu setelah melahirkan.

Tabel 3. Gambaran Dukungan Keluarga

Variabel	Kategori	Frekuensi	Peresentasi %
Dukungan Keluarga	Rendah	10	11.1%
	Sedang	30	33.3%
	Tinggi	50	55.6%
	Total	90	100%

Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat bahwa dari total 90 responden, sebagian besar ibu postpartum memiliki tingkat dukungan keluarga yang tinggi, yaitu sebanyak 50 orang (55,6%). Sementara itu, sebanyak 30 responden (33,3%) memiliki dukungan keluarga dalam kategori sedang, dan hanya 10 responden (11,1%) yang mengalami dukungan keluarga rendah.

Tabel 4. Gambaran Kualitas Hidup

Variabel	Kategori	Frekuensi	Peresentasi %
Dukungan Keluarga	Rendah	8	8,9%
	Sedang	4	4,4%
	Tinggi	78	86,7%
	Total	90	100%

Berdasarkan tabel 4, menunjukkan bahwa dari total 90 responden, sebagian besar memiliki kualitas hidup tinggi, yaitu sebanyak 78 orang (86,7%). Sebanyak 4 responden (4,4%) memiliki kualitas hidup sedang, sedangkan 8 responden (8,9%) tergolong memiliki kualitas hidup rendah.

Tabel 5. Uji Korelasi Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Ibu Post Partum di Puskesmas Tlogowungu dan Puskesmas Miri

Dukungan Keluarga	Kualitas Hidup						Total		p-value
	Rendah		Sedang		Tinggi		f	%	
	F	%	f	%	f	%			
Rendah	8	8,9%	2	2,2%	0	0	10	11,1%	0,000
Sedang	0	0%	1	1,1%	29	32,2%	30	33,3%	
Tinggi	0	0%	1	1,1%	49	54,4%	50	55,6%	
Total	8	8,9%	4	4,4%	78	86,7%	90	100%	

*Uji statistik: Chi-Square

Berdasarkan tabel 5, hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup ibu postpartum ($p = 0,000 < 0,05$). Pola distribusi data menunjukkan bahwa responden dengan dukungan keluarga rendah cenderung memiliki kualitas hidup rendah, sedangkan dukungan keluarga sedang dan tinggi didominasi oleh kualitas hidup tinggi. Nilai Pearson Chi-Square sebesar 79,954 ($df = 4$), bersama dengan hasil uji Likelihood Ratio dan Linear-by-Linear Association yang sama-sama signifikan ($p = 0,000$), mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat kuat dan konsisten.

Karakteristik Responden

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Tlogowungu memiliki distribusi yang beragam dan berpotensi dapat memengaruhi kualitas hidup serta kebutuhan dukungan keluarga. Berdasarkan tabel 1, usia mayoritas responden berada pada rentang 26–30 tahun, yang merupakan usia produktif ideal sehingga secara fisiologis dan psikologis lebih siap menghadapi proses post partum. Hasil ini konsisten dengan penelitian Al Rehaili et al. (2023) yang menyatakan bahwa ibu dengan usia 26-35 tahun memiliki kualitas hidup fisik dan psikologis yang lebih baik dibandingkan dengan ibu berusia di bawah 25 tahun. Penelitian Ribeiro et al. (2021) menunjukkan bahwa usia di atas 32 tahun

dapat meningkatkan risiko tekanan psikologis sehingga dukungan keluarga tetap menjadi faktor protektif penting. Dalam hal ini menegaskan bahwa meskipun sebagian besar responden berada pada usia produktif, kualitas hidup ibu post partum tetap membutuhkan intervensi dukungan keluarga yang memadai.

Karakteristik tempat tinggal responden menunjukkan bahwa ibu yang tinggal di wilayah pedesaan memiliki kondisi sosial dan akses kesehatan yang berbeda dibandingkan wilayah perkotaan. Studi Dikmen & Topuz. (2021) menunjukkan bahwa ibu di wilayah perkotaan memiliki akses pelayanan kesehatan lebih baik yang berdampak pada kualitas hidup lebih tinggi. Namun, ikatan sosial yang kuat di pedesaan menjadi faktor pelindung yang dapat meningkatkan dukungan keluarga. Penelitian Nugroho & Sefanadia. (2019) mengungkapkan bahwa kondisi sosial-ekonomi dan status gizi ibu di pedesaan dapat memengaruhi kesehatan ibu dan bayi. Dengan demikian, dukungan keluarga di pedesaan memiliki peran strategis dalam mengimbangi keterbatasan akses informasi kesehatan.

Pendidikan responden sebagian besar merupakan lulusan SMA, yang menunjukkan bahwa mayoritas ibu memiliki kapasitas dasar untuk memahami informasi kesehatan, namun tetap membutuhkan edukasi berkelanjutan. Penelitian Wulandari & Mufdlilah. (2020) menyatakan bahwa pendidikan berhubungan signifikan dengan kualitas hidup ibu postpartum ($p = 0.008$). Siswanti et al. (2024) menegaskan bahwa ibu dengan berpendidikan tinggi memiliki pengetahuan dan kepercayaan diri lebih baik di banding ibu dengan pendidikan rendah. selain itu pendidikan juga memberikan wawasan yang berkaitan dengan kesehatan perempuan. Temuan penelitian ini memperkuat bahwa tingkat pendidikan yang memadai memungkinkan ibu lebih responsif terhadap dukungan keluarga dan layanan kesehatan.

Mayoritas ibu postpartum memiliki berat badan dalam rentang 46–60 kg, yang masih berada pada kisaran normal untuk fase pascapersalinan. Variasi ini merupakan bagian dari proses fisiologis pemulihan tubuh setelah melahirkan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Van Ha et al. (2020) retensi berat badan pada 6–12 bulan postpartum masih umum terjadi, di mana lebih dari 25% ibu mengalami retensi ≥ 5 kg. Penelitian Misgina et al. (2022) menunjukkan bahwa perubahan berat badan postpartum dapat berkisar dari penurunan hingga kenaikan 5,5 kg dalam 18–24 bulan setelah melahirkan, menggambarkan bahwa fluktuasi berat badan merupakan proses adaptasi normal. Dengan demikian, distribusi berat badan responden dalam penelitian ini mencerminkan pola fisiologis yang wajar pada masa postpartum dan tidak menunjukkan penyimpangan yang dapat memengaruhi kualitas hidup secara langsung.

Sebagian besar ibu postpartum merupakan multipara 46.7 %, diikuti primipara 35.6%, sementara hanya sedikit yang memiliki paritas tiga atau lebih. Temuan ini sejalan dengan penelitian Siswanti et al. (2024) yang menunjukkan bahwa mayoritas ibu postpartum berada pada kelompok paritas tidak berisiko. Paritas diketahui memengaruhi kualitas hidup ibu setelah melahirkan, dimana multipara cenderung memiliki kemampuan adaptasi lebih baik karena pengalaman pada kehamilan dan persalinan sebelumnya (Wulandari & Mufdlilah, 2020). Ibu

primipara sering membutuhkan dukungan lebih intensif karena kurangnya pengalaman dalam menghadapi masa nifas, sehingga dukungan keluarga menjadi faktor penting dalam membantu proses adaptasi fisik maupun psikologis (Aziza & Rahayuningsih, 2022).

Jenis persalinan pada penelitian ini menunjukkan proporsi yang hampir seimbang antara persalinan normal (52,2%) dan sectio caesarea (47,8%). Temuan ini sejalan dengan penelitian Yomiga & Eliezer. (2023) yang menunjukkan proporsi serupa antara persalinan pervaginam dan operasi caesar. Secara klinis, ibu dengan persalinan normal cenderung mengalami pemulihan fisik yang lebih cepat, kemampuan mobilisasi yang lebih baik, serta tingkat nyeri dan kelelahan yang lebih rendah dibandingkan ibu yang menjalani sectio caesarea (Ahmed et al., 2024).

Masa nifas responden menunjukkan bahwa sebagian besar ibu berada pada periode nifas awal hingga pertengahan (1–21 hari). Temuan ini relevan mengingat fase awal masa nifas merupakan periode paling kritis, ketika perubahan fisiologis dan emosional berlangsung intens, sehingga kebutuhan akan dukungan keluarga meningkat secara signifikan. Menurut Rahayuningsih. (2021) fase nifas awal sering disertai kecemasan, kelelahan, dan ketidakpastian, terutama pada ibu yang baru pertama kali melahirkan, sehingga dukungan emosional dan instrumental dari keluarga berperan penting dalam membantu ibu beradaptasi. Masa nifas yang lebih awal cenderung berkaitan dengan kebutuhan perawatan diri dan pemulihan fisik yang lebih tinggi, sehingga kualitas dukungan yang diberikan keluarga dapat mempengaruhi kenyamanan dan kualitas hidup ibu. Sejalan dengan penelitian Schobinger et al. (2022) menegaskan bahwa dukungan keluarga selama masa nifas penting untuk mengurangi stres, mempercepat proses adaptasi, dan meningkatkan kesejahteraan ibu.

Jumlah anak menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah ibu memiliki anak pertama dan kedua (masing-masing 43,3%). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa paritas tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup ibu postpartum, karena baik ibu primipara maupun multipara tetap memerlukan bimbingan, dukungan emosional, dan bantuan praktis selama masa nifas (Aziza & Rahayuningsih, 2022).

Gambaran Dukungan Keluarga

Berdasarkan hasil analisis data sebagian besar ibu postpartum menerima dukungan keluarga pada kategori tinggi 55.6%, dengan kategori sedang 33.3%, dan kategori dukungan rendah (11,1%). Temuan ini sejalan dengan Sri et al. (2021) yang menjelaskan bahwa masyarakat pedesaan umumnya memiliki budaya kekeluargaan yang kuat sehingga dukungan emosional, informasional, dan instrumental dapat diberikan secara konsisten. Bentuk dukungan seperti empati, perhatian, bantuan fisik, dan dukungan finansial terbukti membantu ibu mengatasi stres pascapersalinan (Fitriyani & Gea, 2023). Dengan demikian, dukungan keluarga memainkan peran sentral dalam menjaga stabilitas psikologis dan fisik ibu postpartum.

Gambaran Kualitas Hidup

Berdasarkan hasil analisis data mayoritas responden memiliki kualitas hidup tinggi (86,7%), dengan kategori sedang (4,4%) dan rendah (8,9%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Siswanti et al. (2024) yang menunjukkan proporsi kualitas hidup tinggi sebesar 68,8% pada ibu yang sedang masa nifas di wilayah Puskesmas Rasau Jaya. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas ibu postpartum mampu beradaptasi dengan perubahan fisik maupun psikologis yang terjadi setelah melahirkan. Kualitas hidup postpartum merupakan indikator multidimensional yang dipengaruhi oleh kesejahteraan fisik, mental, sosial, dan lingkungan (Oktafia et al., 2021).

Pada periode ini ibu dihadapkan pada berbagai tantangan seperti kelelahan, keterbatasan fisik, gangguan tidur, dan tuntutan pengasuhan, sehingga penilaian kualitas hidup penting untuk memahami kondisi kesehatan ibu secara komprehensif (Wulandari & Mufdlilah, 2020). Aisy & Indriani. (2023) menegaskan bahwa kualitas hidup merupakan indikator yang menggambarkan tingkat kesejahteraan individu, semakin tinggi skor tersebut semakin baik kondisi kualitas hidup bagi seorang ibu.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan

Berdasarkan hasil analisis data uji Chi-Square pada data penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup ibu postpartum ($p = 0,000 < 0,05$). Artinya, kualitas hidup ibu setelah melahirkan sangat dipengaruhi oleh tingkat dukungan keluarga yang diterima-semakin tinggi dukungan keluarga, semakin baik kualitas hidup yang dirasakan. Nilai Pearson Chi-Square sebesar 79,954 ($df = 4$) mengindikasikan adanya perbedaan proporsi yang bermakna antara tingkat dukungan keluarga dengan kategori kualitas hidup ibu. Hasil uji Likelihood Ratio dan Linear-by-Linear Association yang juga signifikan ($p = 0,000$) semakin memperkuat bahwa hubungan antara kedua variabel ini bersifat kuat dan konsisten.

Penelitian ini sejalan dengan Siswanti et al. (2024) menyatakan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup ibu nifas ditunjukkan dari nilai $p = 0,012$ ($p < 0,05$). Dalam penelitian Khademi et al. (2023) menunjukkan bahwa PQOL (Postpartum Quality of Life) dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu dukungan keluarga, dukungan emosional, dan FSS. Dukungan komprehensif dari keluarga, sebagai pihak pertama yang berada di sekitar ibu setelah melahirkan, dapat meningkatkan kualitas hidup mereka dengan memperbaiki fungsi fisik, mental, serta kemampuan dalam mengasuh anak, dan dapat sangat membantu dalam menghadapi situasi yang menantang ini.

Penelitian ini diperkuat penelitian Aristiya & Rahayuningsih. (2023) dukungan orang tua dan mertua terbukti berpengaruh terhadap kualitas hidup ibu nifas. Semakin baik dukungan orang tua dan mertua yang diperoleh ibu nifas, maka akan semakin baik pula kualitas hidup ibu nifas. terutama melalui dukungan instrumental dan emosional dalam menghadapi perubahan

pascapersalinan. Secara teoritis, dukungan keluarga meningkatkan rasa aman, mengurangi stres, dan membantu ibu beradaptasi dengan tuntutan fisik maupun psikologis setelah melahirkan. Dengan demikian, dukungan keluarga dapat dipahami sebagai determinan utama dalam peningkatan kualitas hidup ibu postpartum.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup ibu postpartum, di mana ibu yang menerima dukungan keluarga tinggi menunjukkan kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan ibu yang menerima dukungan rendah maupun sedang. Dukungan keluarga dalam bentuk emosional, informasional, dan instrumental terbukti berkontribusi terhadap proses pemulihan fisik, stabilitas psikologis, serta adaptasi sosial ibu nifas. Dengan demikian temuan ini mencerminkan hubungan atau asosiasi antarvariabel dan tidak dapat diinterpretasikan sebagai hubungan sebab-akibat mengingat desain penelitian yang bersifat *cross sectional*.

Secara praktis, temuan ini mengimplikasikan bahwa perawat perlu memperkuat peran edukatif melalui pemberian informasi yang komprehensif kepada keluarga mengenai pentingnya pendampingan menyeluruh pada ibu setelah melahirkan. Perawat juga diharapkan mengembangkan intervensi berbasis keluarga, seperti pendampingan, konseling singkat, serta penguatan kapasitas keluarga dalam membantu ibu mengelola perubahan fisik dan emosional pada periode postpartum.

Berdasarkan hasil penelitian, direkomendasikan agar fasilitas pelayanan kesehatan meningkatkan program edukasi keluarga, menyediakan modul pendampingan yang terstruktur, serta memperkuat pemantauan kondisi psikologis ibu pada masa nifas. Upaya tersebut diharapkan mampu meningkatkan konsistensi dan efektivitas dukungan keluarga sehingga berdampak pada peningkatan kualitas hidup ibu postpartum. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau intervensi untuk mengkaji hubungan ini secara lebih mendalam dan mengevaluasi perubahan kualitas hidup ibu postpartum dari waktu ke waktu.

Referensi

- Ahmed, B., Alsayegh, B., Ahmed, F., & Aljufari, Z. (2024). Postpartum Quality of Life in Primiparous Women after Normal Vaginal Delivery versus Caesarean Section. *Open Journal of Obstetrics and Gynecology*, 14(07), 1027–1045. <https://doi.org/10.4236/ojog.2024.147083>
- Aisy, R., & Idriani. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Ibu Post Partum Di Puskesmas Cakung Barat Jakarta Timur Tahun 2023*.
- Al Rehaili, B. O., Al-Raddadi, R., ALenezi, N. K., & ALYami, A. H. (2023). Postpartum quality of life and associated factors: a cross-sectional study. *Quality of Life Research*, 32(7), 2099–2106. <https://doi.org/10.1007/s11136-023-03384-3>
- Alao, M. A., Ibrahim, O. R., Yekinni, S. A., Sotimehin, S. A., Diala, U. M., Briggs, D. C., Musa, A. Z., Imam, Z. O., Famutimi, E. O., Idris, A. A., Ayuk, A. C., Iloh, K. K., Odimegwu, C. L., Adeyemi, A. T., Medupin, P. F., Adeniyi, Y. C., Nnamani, K. O., &

- Tongo, O. O. (2024). Breastfeeding support as predictors of sustainable breastfeeding practices of nursing mothers with common mental disorders in tertiary hospital nurseries in Nigeria: a cross sectional study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 834. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-07031-8>
- Alfarizi, L. M., & Listyaningrum, N. (2024). *Perlindungan Hukum Bagi Subjek Penelitian Kesehatan Ditinjau Dari Etika Dan Tanggung Jawab*. <http://www.depkes.go.id/article/view/17070700004/program-indonesia-sehatdangan->
- Ani, J., Lumanauw, B., & Tampenawas, J. L. A. (2021). Pengaruh Citra Merek, Promosi dan Kualitas Layanan Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Pada E-Commerce Tokopedia di Kota Manado the Influence of Brand Image, Promotion And Service Quality on Consumer Purchase Decisions on Tokopedia E-Commerce in Manado . 663 *Jurnal EMBA*, 9(2), 663–674.
- Aristiya, N., & Rahayuningsih, F. B. (2023). *The Relationship Between the Support of Parents and Parents-in-Law Toward Quality of Life in Postpartum Mothers*. Atlantis Press International BV. https://doi.org/10.2991/978-94-6463-184-5_23
- Astri, R., Fatmawati, A., & Gartika, N. (2020). Dukungan Sosial Pada Ibu Postpartum Primipara Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 16. <https://jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/JKP>
- Aziza, A. N., & Rahayuningsih, F. B. (2022). *The Influence of Maternal Characteristics on the Quality of Life of Postpartum Mothers*. 1–12.
- Dikmen, R., & Topuz, S. (2021). *The Effect of Postpartum Quality of Life upon Maternal Attachment*. 14(2), 1448–1459.
- Fitriyani, D., & Gea, W. A. (2023). *Hubungan Keluarga dengan Kesejahteraan Ibu Nifas*. 10(1), 1350–1354.
- Hong, S. A., & Buntup, D. (2023). Maternal Depression during Pregnancy and Postpartum Period among the Association of Southeast Asian Nations (ASEAN) Countries: A Scoping Review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 20, Nomor 6). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/ijerph20065023>
- Hopkins, J., & Campbell, S. B. (2008). Development and validation of a scale to assess social support in the postpartum period. *Archives of Women's Mental Health*, 11(1), 57–65. <https://doi.org/10.1007/s00737-008-0212-5>
- Jeong, Y. J., Nho, J. H., Kim, H. Y., & Kim, J. Y. (2021). Factors influencing quality of life in early postpartum women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18062988>
- Kartika, I., Suryani, I., & Claudya, T. P. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Proses Persalinan The Relationship Of Family Support With Anxiety Level Of Pregnant Mothers Facing The Delivery Process*. <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php>
- Kemendes RI. (2023). *PROFIL KESEHATAN INDONESIA 2023*. <https://kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2023>
- Khademi, K., Kaveh, M. H., Ghahremani, L., Nazari, M., & Karimi, M. (2023). The impact of family social support on postpartum quality of life among Iranian women: structural equation modelling. *Journal of International Medical Research*, 51(2), 1–8. <https://doi.org/10.1177/03000605221147198>
- Matumadi, I. U., Caorong, L. A., & Bangcola, A. A. (2024). Postpartum depression, risk factors, support perception, and quality of life among primipara mothers in Rural Lanao del Sur, Philippines: A descriptive-predictive study. *Journal of Healthcare Administration*, 3(2), 135–148. <https://doi.org/10.33546/joha.3602>

- Misgina, K. H., Groen, H., Bezabih, A. M., Boezen, H. M., & van der Beek, E. M. (2022). Postpartum weight change in relation to pre-pregnancy weight and gestational weight gain in women in low-income setting: Data from the kite cohort in the northern part of Ethiopia. *Nutrients*, *14*(1). <https://doi.org/10.3390/nu14010131>
- Mokhtaryan-Gilani, T., Kariman, N., Nia, H. S., Doulabi, M. A., & Nasiri, M. (2022). The Maternal Postpartum Quality of Life Instrument (MPQOL-I): development and psychometric evaluation in an exploratory sequential mixed-method study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, *22*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04900-y>
- Nugroho, A., & Sefanadia, P. (2019). *Perbedaan determinan balita stunting pedesaan dan perkotaan di provinsi lampung*. *15*(2), 84–94.
- Oktafia, R., Deviana, R., Studi, P., Keperawatan, I., Yogyakarta, U. M., Kasihan, T., & Yogyakarta, B. (2021). *Hubungan Kelelahan Postpartum Pada Ibu Primipara*. *4*(2), 66–73.
- Puspita, Z., & Sastrawan, S. (2023a). Analisis Kualitas Hidup Ibu Paska Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, *11*(2), 435–444. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v11i2.2023.602>
- Puspita, Z., & Sastrawan, S. (2023b). Analisis Kualitas Hidup Ibu Paska Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, *11*(2), 435–444. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v11i2.2023.602>
- Rahayuningsih, F. B. (2021). *Peningkatan Kualitas Hidup Ibu Nifas*. Nuha Medika.
- Rahayuningsih, F. B. (2023). Postpartum Mom Mood Disorders. *Jurnal Eduhealt*, *14*(04), 2023. <http://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health>
- Rahayuningsih, F. B., Hakimi, M., Haryanti, F., & Anganthi, N. R. N. (2021). Social Support and Postpartum Quality of Life During The Postpartum Period. *Journal of Health Journal*, *15*(2011), 88–93. <http://iiste.org/Journals/index.php/JHMN/article/viewFile/24457/25033>
- Ribeiro, S. G., Aquino, C. B. de Q., Martins, E. S., Guedes, T. G., Aquino, P. de S., & Pinheiro, A. K. B. (2021). Factors that interfere in the quality of life related to the health of women in the postpartum period in northeastern Brazil. *Texto e Contexto Enfermagem*, *30*, 1–14. <https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2019-0009>
- Rohadatul' Aisy, & Indriani. (2023). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Ibu Post Partum di Puskesmas Cakung Barat Jakarta Timur Tahun 2023*.
- Schobinger, E., Vanetti, M., Ramelet, A. S., & Horsch, A. (2022). Social support needs of first-time parents in the early-postpartum period: A qualitative study. *Frontiers in Psychiatry*, *13*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1043990>
- Siswanti, P. Y., Sulistiawati, R., & Sari, U. S. C. (2024). Kualitas Hidup Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Puskesmas Rasau Jaya Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Indonesia*, *2*(4), 157–166. <https://ejournal.ilmukesehatanindonesia.com/index.php/jiki/article/view/110>
- Sri, Y., Suraida, S., Satriaawati, A. C., & Permatasari, D. (2021). *the Relationship Between Family Support With Events of Post Partum Blues Hubungan Dukungan Keluarga dengan kejadian Post Partum Blues*.
- Tosto, V., Ceccobelli, M., Lucarini, E., Tortorella, A., Gerli, S., Parazzini, F., & Favilli, A. (2023). Maternity Blues: A Narrative Review. *Personalized Medicine*, 1 of 14. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/jpm13010154>
- Van Ha, A. V., Zhao, Y., Binns, C. W., Pham, N. M., Nguyen, P. T. H., Nguyen, C. L., Chu, T. K., & Lee, A. H. (2020). Postpartum physical activity and weight retention within one year: A prospective cohort study in Vietnam. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph17031105>
- WHO. (2024, Juni). *Maternal mortality*. <https://www.who.int/news-room/fact->

sheets/detail/maternal-mortality

- Wulandari, R. P., & Mufdlilah, M. (2020). Faktor demografi dan obstetrik dalam mempengaruhi kualitas hidup postpartum. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 129. <https://doi.org/10.26714/jk.9.2.2020.129-142>
- Yanti, P. A., Triratnawati, A., & Astuti, D. A. (2021). Peran Keluarga pada Ibu Pasca Bersalin. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 18. <https://doi.org/10.22146/jkr.58017>
- Yomiga, F. F., & Eliezer, V. (2023). *Gambaran Citra Tubuh Pada Ibu Pasca Persalinan Di Kota Jambi Tahun 2022*. 4(1).
- Yulindar. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Ibu Nifas Di Rumah Sakit Royal Prima Jambi. *Mindwifery Health*, 8. <http://ojs.stikeskeluargabunda.ac.id/index.php/jurnalkebidananjambi>